УТВЕРЖДАЮ
Министр спорта
Республики Беларусь
_____С.М.Ковальчук
«4» мая 2026

КРИТЕРИИ
отбора кандидатов для зачисления в училища олимпийского резерва по стрельбе пулевой

СОГЛАСОВАНО
Общественное объединение «Белорусская федерация стрелкового спорта»
_____В.А.Юрчик
«__» 04 2026

СОГЛАСОВАНО
Заместитель Министра спорта
Республики Беларусь
_____А.И.Барауля
«29» 04 2026

СОГЛАСОВАНО
Учреждение образования «Республиканское государственное училище олимпийского резерва»
_____А.В.Барбашинский
«__» 04 2026

СОГЛАСОВАНО
Управление спорта Министерства спорта Республики Беларусь
_____
«29» 04 2026

СОГЛАСОВАНО
Учреждение «Республиканский центр олимпийской подготовки по стрелковым видам спорта»
_____В.В.Степанюк
«__» 04 2026

Минск, 2026

КРИТЕРИИ ОТБОРА КАНДИДАТОВ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ В УЧИЛИЩА ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА ПО СТРЕЛЬБЕ ПУЛЕВОЙ

I. Общие сведения

К сдаче нормативов допускаются кандидаты, имеющие медицинскую справку установленного образца о допуске к занятиям стрельбой пулевой.

При сдаче нормативов по ОФП выставляется отметка по каждому из указанных нормативов, для успешного прохождения отбора кандидат должен набрать количество баллов, в соответствии с критериями в таблицах.

Основным критерием отбора в училища олимпийского резерва является спортивный результат (занятое место на соревнованиях) либо технический результат, показанный в спортивных дисциплинах, включенных в реестр видов спорта Республики Беларусь для стрельбы пулевой, подтверждающий спортивное звание (разряд).

При равнозначном спортивном результате предпочтение отдается кандидату, лучше сдавшему нормативы по ОФП.

В случае необходимости зачисления кандидата, который не смог набрать минимальное количество баллов по ОФП, решение о зачислении в УОР принимает приемная комиссия с участием, при необходимости, руководства учреждения «Республиканский центр олимпийской подготовки по стрелковым видам спорта» и общественного объединения «Белорусская федерация стрелкового спорта».

При зачислении на 1 курс при наличии результатов, указанных в критериях, руководствоваться следующими нормативными правовыми актами:

Указ Президента Республики Беларусь от 27 января 2022 г. № 23 «О правилах приема лиц для получения высшего и среднего специального образования»;

Постановление Министерства спорта и туризма Республики Беларусь от 21 марта 2017 г. № 18 «О вопросах приема лиц в училища олимпийского резерва для получения среднего специального образования».

Возраст, лет	Класс, курс	Спортивное звание/разряд	Ранг соревнований и занятые места	Вид программы	Суммарный результат по нормативам ОФП
12 – 13	7	б/р	Участие в спортивных соревнованиях, включенных в областные и городские календарные планы спортивных мероприятий	В соответствии со спортивными дисциплинами, включенных в реестр видов спорта Республики Беларусь (для стрельбы пулевой)	20 и более
13 – 14	8	не ниже юношеского разряда	Участие в спортивных соревнованиях, включенных в областные и городские календарные планы спортивных мероприятий: Первенство области (г. Минска) – 1-8 место Спартакиада ДЮСШ – 1-6 место либо показанный технический результат, подтверждающий спортивный разряд		22 и более
14 – 15	9	не ниже 2 разряда	Участие в спортивных соревнованиях, включенных в республиканский календарный план спортивных мероприятий: Первенство Республики Беларусь – 1-10 место Спартакиада ДЮСШ – 1-8 место Спартакиада УОР 1 – 6 место либо показанный технический результат, подтверждающий спортивный разряд		23 и более
15 – 17	10 – 11	не ниже 1 разряда	Участие в спортивных соревнованиях, включенных в республиканский календарный план спортивных мероприятий: ОДМ Республики Беларусь – 1-6 место Первенство Республики Беларусь 1 – 5 место Спартакиада УОР 1 – 3 место этап Кубка Республики Беларусь – 1-8 место финал Кубка Республики Беларусь – 1-8 место Кубок БФСС – 1-10 место Чемпионат Республики Беларусь – 1-10 место либо показанный технический результат, подтверждающий спортивный разряд		24 и более
17 и старше	1	не ниже кандидата в мастера спорта	Участие в спортивных соревнованиях, включенных в республиканский календарный план спортивных мероприятий: ОДМ Республики Беларусь – 1-3 место Первенство Республики Беларусь 1 – 3 место		25 и более

			Спартакиада УОР 1 – 2 место этап Кубка Республики Беларусь – 1-6 место финал Кубка Республики Беларусь – 1-8 место Кубок БФСС – 1-10 место Чемпионат Республики Беларусь – 1-10 место либо показанный технический результат, подтверждающий спортивное звание (разряд)		

II. Нормативы по ОФП

Нормативные оценки общей физической подготовленности в стрельбе пулевой (юноши)

Тест	Балл	Возраст, лет					
		12	13	14	15	16	17
Бег 1000 м., мин., сек.	5	3,59 и менее	3,51 и менее	3,45 и менее	3,40 и менее	3,35 и менее	3,30 и менее
	4	4,00-4,25	3,52-4,23	3,46-4,05	3,41-4,00	3,36-3,55	3,31-3,50
	3	4,26-5,21	4,24-5,18	4,06-4,58	4,01-4,39	3,56-4,34	3,51-4,29
	2	5,22-5,51	5,19-5,49	4,59-5,47	4,40-5,39	4,35-5,34	4,30-5,09
	1	5,52 и более	5,50 и более	5,48 и более	5,40 и более	5,35 и более	5,10 и более
Подтягивания, раз	5	9 и более	10 и более	11 и более	12 и более	13 и более	14 и более
	4	8 – 9	9 – 10	10 – 12	11 – 13	12 – 13	12 – 14
	3	5 – 7	5 – 8	6 – 9	7 – 10	7 – 11	8 – 11
	2	3 – 4	3 – 4	3 – 5	4 – 6	5 – 6	5 – 7
	1	2 и менее	2 и менее	2 и менее	3 и менее	4 и менее	4 и менее
Прыжки через скакалку, раз (без остановки)	5	25 и более	30 и более	35 и более	40 и более	45 и более	50 и более
	4	23-24	28-29	33-34	38-39	43-44	48-49
	3	21-22	26-27	31-32	36-37	41-42	46-47
	2	19-20	24-25	29-30	34-35	39-40	44-45
	1	18 и менее	23 и менее	28 и менее	33 и менее	38 и менее	43 и менее
Поднимание туловища из положения лежа, (60 сек, раз)	5	55 и более	56 и более	58 и более	60 и более	61 и более	57 и более
	4	48-54	49-55	53-57	54-59	56-60	53-56
	3	42-47	43-48	45-52	47-53	48-55	46-52
	2	35-41	36-42	39-44	41-46	42-47	41-45
	1	34 и менее	35 и менее	38 и менее	40 и менее	41 и менее	40 и менее
Наклон вперед, см	5	15 и более	16 и более	16 и более	18 и более	19 и более	23 и более
	4	12 – 14	13 – 15	14 – 15	14 – 17	16 – 18	18 – 22
	3	7 – 11	8 – 12	9 – 13	10 – 13	11 – 15	13 – 17
	2	4 – 6	5 – 7	6 – 8	7 – 9	8 – 10	8 – 12
	1	3 и менее	4 и менее	5 и менее	6 и менее	7 и менее	7 и менее

Нормативные оценки общей физической подготовленности в стрельбе пулевой (девушки)

Тест	Балл	Возраст, лет					
		12	13	14	15	16	17
Бег 1000 м., мин., сек.	5	4,29 и менее	4,25 и менее	4,20 и менее	4,15 и менее	4,11 и менее	3,55 и менее
	4	4,30-4,55	4,26-4,44	4,21-4,37	4,16-4,28	4,12-4,26	3,56-4,06
	3	4,56-5,32	4,45-5,23	4,38-5,21	4,29-5,17	4,27-5,04	4,07-4,36
	2	5,33-6,10	5,24-5,59	5,22-5,53	5,18-5,52	5,05-5,45	4,35-5,15
	1	6,11 и более	6,00 и более	5,54 и более	5,51 и более	5,46 и более	5,16 и более
Отжимания, раз	5	25 и более	27 и более	28 и более	29 и более	30 и более	32 и более
	4	22 – 24	24 – 26	25 – 27	26 – 28	26 – 29	29 – 31
	3	17 – 21	18 – 23	19 – 24	20 – 25	21 – 25	24 – 28
	2	10 – 16	11 – 17	12 – 18	13 – 19	17 – 20	20 – 23
	1	9 и менее	10 и менее	11 и менее	12 и менее	16 и менее	19 и менее
Прыжки через скакалку, раз (без остановки)	5	25 и более	30 и более	35 и более	40 и более	45 и более	50 и более
	4	23-24	28-29	33-34	38-39	43-44	48-49
	3	21-22	26-27	31-32	36-37	41-42	46-47
	2	19-20	24-25	29-30	34-35	39-40	44-45
	1	18 и менее	23 и менее	28 и менее	33 и менее	38 и менее	43 и менее
Поднимание туловища из положения лежа, (60 сек., раз)	5	54 и более	55 и более	56 и более	59 и более	60 и более	57 и более
	4	47-53	48-54	49-55	54-58	55-59	53-56
	3	42-46	44-47	44-48	47-53	50-54	46-52
	2	36-41	39-43	40-43	43-46	44-49	41-45
	1	35 и менее	38 и менее	39 и менее	42 и менее	43 и менее	40 и менее
Наклон вперед, см	5	16 и более	18 и более	19 и более	22 и более	23 и более	25 и более
	4	13 – 15	15 – 17	16 – 18	18 – 21	19 – 22	21 – 24
	3	8 – 12	10 – 14	12 – 15	13 – 17	14 – 18	15 – 20
	2	5 – 7	7 – 9	9 – 11	9 – 12	10 – 13	11 – 14
	1	4 и менее	6 и менее	8 и менее	8 и менее	9 и менее	10 и менее

III. Методика выполнения тестовых заданий по ОФП.

При проведении тестирования следует уделить особое внимание соблюдению требований инструкции и созданию единых условий для выполнения упражнений для всех тестируемых.

1. Бег на 1000 м.
(для оценки уровня общей выносливости)
Выполняется с высокого старта на беговой дорожке или ровной местности, на земляном или асфальтовом покрытии.
Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,1 секунды.

2а. Подтягивание на перекладине (юноши).
(для оценки уровня силовой (динамической) выносливости мышц плечевого пояса)
Исходное положение: вис на перекладине, руки прямые хватом сверху (участник с помощью судьи принимает и.п.). Самостоятельно остановить раскачивание и зафиксировать на 0,5 сек. видимое для судьи положение виса.
Подтягивание выполнено правильно, если руки сгибаются непрерывным движением, подбородок выше перекладины. Далее – руки разгибаются полностью, ноги не сгибаются в коленных суставах, движения выполняются без рывков и махов.
Пауза между повторениями не должна превышать 3 секунды.
Измеряется количество раз.
Ошибки, в результате которых норматив не засчитывается:
нарушение требований к исходному положению (неправильный хват рук, согнутые в локтевых суставах руки и в коленных суставах ноги, перекрещенные ноги);
нарушение техники выполнения испытания;
подбородок тестируемого ниже уровня грифа перекладины;
фиксация исходного положения менее чем на 1 секунду;
подтягивание рывками или с использованием маха ногами (туловищем);
явно видимое поочередное (неравномерное) сгибание рук.

2б. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа (отжимание) (девушки).
(для оценки уровня силовой (динамической) выносливости мышц плечевого пояса, а также статической выносливости мышц спины, брюшного пресса, таза и ног)
Исходное положение: упор лёжа, голова, туловище и ноги составляют прямую линию.
Сгибание рук выполняется до касания грудью пола или предмета высотой не более 3 см, не нарушая прямой линии тела; разгибание производится до полного выпрямления рук при сохранении прямой линии «голова – туловище – ноги».
Даётся одна попытка. Фиксируется количество отжиманий при условии правильного выполнения теста в произвольном темпе.
Ошибки, в результате которых тест не засчитывается:
-касания пола коленями, бедрами, тазом;
-нарушения прямой линии «плечи — туловище — ноги»;
-отсутствие фиксации И.П.;
-не синхронное разгибание рук;
-расстояние от груди до пола превышает 5 см в нижнем положении;

О.С. Карагай

3. Прыжки через скакалку
(для оценки уровня развития скоростных и координационных способностей).
И.п. – основная стойка, скакалка сзади, концы скакалки в руках. Упражнение выполняется без остановки на двух ногах с вращением скакалки вперед, на каждое вращение скакалки – один прыжок. При задевании скакалки ногами и вынужденной остановке счет останавливается и обнуляется. Дается 2 попытки. Фиксируется максимальное количество прыжков без остановки.
Ошибки, в результате которых тест не засчитывается:
1 Перешагивание скакалки (прыжки с ноги на ногу).
2 Два прыжка на 1 вращение скакалки.
Критерием служит максимальное количество прыжков, выполненных без остановки без ошибок.

4. Поднимание туловища из положения лёжа
(для оценки уровня силовой (динамической) выносливости мышц брюшного пресса).
Упражнение выполняется в течение 60 сек. Для выполнения тестирования создаются пары, один из партнёров выполняет упражнение, другой – удерживает его ноги за ступни и голени и одновременно ведёт счёт. Затем участники меняются местами.
И.п – лёжа на спине на гимнастическом мате, пальцы рук «в замке» за головой, локти вперед, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты партнером к полу, лопатки касаются мата. Участник выполняет максимальное количество подъемов, касаясь локтями бедер (коленей), с последующим возвратом в исходное положение.
Ошибки, в результате которых тест не засчитывается:
-отсутствие касания локтями бёдер (коленей).
-отсутствие касания лопатками мата.
-пальцы разомкнуты «из замка».

5. Наклон вперед
(для оценки подвижности в тазобедренных суставах и эластичности мышц, активной гибкости позвоночника).
И.п. – стоя на полу (или на скамейке, платформе), ноги выпрямлены в коленях, ступни ног соединены.
При выполнении теста участник по команде выполняет два предварительных наклона. При третьем наклоне касается пола (или платформы) пальцами или ладонями двух рук и фиксирует результат в течение двух секунд.
Ошибки, в результате которых тест не засчитывается:
-сгибание ног в коленях.
-фиксация результата пальцами одной руки.
-отсутствие фиксации результата в течение двух секунд
Результат, когда пальцы рук выше уровня стоп, определяется знаком «-», ниже (касание пола пальцами или ладонями) – знаком « + ».

О.С. Кафатей