

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ
УКРАЇНИ**

ЗАТВЕРДЖЕНО

Ректор НУФВСУ,

голова приймальної комісії



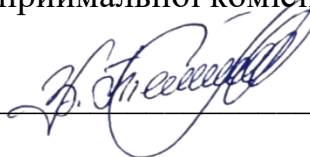

_____ Є.В. Імас

ПРОГРАМА

творчого конкурсу з **обраного виду спорту**
для здобуття ступеня бакалавра
за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт
спеціалізація – тренерська діяльність в обраному виді спорту
(вейкбординг, вітрильний спорт, веслування на човнах «Дракон», веслувальний
слалом, веслування академічне, веслування на байдарках і каное, плавання,
синхронне плавання, підводний спорт, водне поло, стрибки у воду)

Розглянуто і затверджено на засіданні
приймальної комісії НУФВСУ,
протокол № 4 від 26 квітня 2024 р.

Відповідальний секретар
приймальної комісії НУФВСУ



В. В. Теліус

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Програма творчого конкурсу з обраного виду спорту (веслування академічне, веслування на байдарках і каное, веслувальний слалом, веслування на човнах «Дракон», вейкбординг, вітрильний спорт, плавання, синхронне плавання, підводний спорт, водне поло, стрибки у воду) включає комплекс контрольних вправ та нормативів, які дозволяють шляхом тестування специфічних та практично значущих здібностей та якостей з точки зору вимог спортивної діяльності у обраному виді спорту, оцінити рівень спеціальної та технічної підготовленості вступників.

Змістова частина випробувань (комплекс контрольних вправ та нормативів) творчого конкурсу складена на основі навчальних програм для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих спортивних шкіл з веслування академічного; веслування на байдарках і каное, веслувального слалому, веслування на човнах «Дракон»; вітрильного спорту, синхронного плавання, водного поло, стрибків у воду, підводного спорту).

Творчий конкурс проводиться згідно розкладу, який затверджено приймальною комісією та погоджено у МОН України.

Загальний час на виконання тестових завдань на одного вступника складає 10-12 хв.

Підсумковий бал творчого конкурсу (відповідно до кількості вправ) розраховується за формулою:

1) $PB = (X1 + X2 + X3) / 3$, де

X1- кількість балів у першому тесті;

X2- кількість балів у другому тесті;

X3- кількість балів у третьому тесті.

2) $PB = (X1 + X2) / 2$, де

X1- кількість балів у першому тесті;

X2- кількість балів у другому тесті.

Увага! Результат у тесті менше 100 балів не враховується при підрахунку підсумкового балу, але отримана сума все одно ділиться на загальну кількість тестів у програмі творчого конкурсу.

Для успішного складання творчого конкурсу та потрапляння до загального рейтингу необхідно отримати не менше 100 балів у підсумку.

Вимоги для проведення зйомки виконання тестових завдань для он-лайн трансляції:

1. При виконанні всіх тестових вправ вступник має потрапляти у кадр повністю (у повний зріст);
2. Камера розташовується у статичному положенні на висоті 1,6-1,8 метри;
3. При складанні тестів (згинання розгинання рук в упорі лежачи, піднімання тулуба у сід) камера розташовується під кутом 30-40 градусів до горизонтальної площини, вступник має потрапляти у кадр повністю;
4. Зйомка здійснюється за допомогою штатива або іншої особи (помічника).

Інструкція проходження програми творчого конкурсу

1. Перед початком творчого конкурсу для вступників буде проведена консультація про умови проведення творчого конкурсу та перевірка документів (паспорта).
2. Прийом творчого конкурсу буде проходити в он-лайн режимі з допомогою програми Zoom.
3. Вступник має підключитися за 15 хвилин до початку творчого конкурсу за відповідним посиланням.
4. Вступник має знаходитися на спортивному майданчику або у спортивному залі.
5. Вступник повинен бути одягнений у відповідну спортивну форму та мати необхідний інвентар для свого виду спорту (за потреби):
 - Водне поло: м'яч для жінок - №4 вага: 400 - 450 г, для чоловіків 600-650 г
 - Скакалку
6. Вступник розташовує камеру в статичному положенні на рівні поясу та таким чином, щоб його було повністю видно під час виконання фізичної вправи творчого конкурсу.
7. Прийом творчого конкурсу буде відбуватися по одному вступнику, решта будуть знаходитися в залі очікування.
8. Оголошення результатів творчого конкурсу проводиться відразу після його складання.

ВЕЙКБОРДИНГ

Бали	Стрибки на скакалці за 2 хв., кіл. разів, чол.	Стрибки на скакалці за 2 хв., кіл. разів, жін.	Згинання-розгинання рук в упорі лежачі, кіл. разів,чол.	Згинання-розгинання рук в упорі лежачі, кіл. разів, жін.	Піднімання тулуба у сід з положення лежачи за 1 хв., кіл. разів, чол.	Піднімання тулуба у сід з положення лежачи за 1 хв., кіл. разів, жін.	Примітки*
200	200 та >	220 та >	45 та >	28 та >	> 52	> 46	Бездоганне виконання.
199	199	219	44	27	52	46	
198	198	218	44	26	52	46	
197	197	217	44	26	52	46	
196	196	216	44	26	52	46	
195	195	215	44	26	51	45	
194	194	214	44	26	51	45	
193	193	213	43	25	51	45	
192	192	212	43	25	51	45	
191	191	211	43	25	51	45	
190	190	210	43	25	50	44	Може бути незначна помилка у техніці виконання вправ
189	189	209	43	25	50	44	
188	188	208	42	24	50	44	
187	187	207	42	24	50	44	
186	186	206	42	24	50	44	
185	185	205	42	24	49	43	
184	184	204	42	24	49	43	
183	183	203	41	23	49	43	
182	182	202	41	23	49	43	
181	181	201	41	23	49	43	
180	180	200	41	23	48	42	Трапляються окремі (не більше 2) помилки у техніці виконання вправ
179	179	199	41	23	48	42	
178	178	198	40	22	48	42	
177	177	197	40	22	48	42	
176	176	196	40	22	48	42	
175	175	195	40	22	47	41	
174	174	194	40	22	47	41	
173	173	193	39	21	47	41	
172	172	192	39	21	47	41	
171	171	191	39	21	47	41	
170	170	190	39	21	46	40	Трапляються окремі (не більше 5) помилки у техніці виконання вправ
169	169	189	39	21	46	40	
168	168	188	38	20	46	40	
167	167	187	38	20	46	40	
166	166	186	38	20	46	40	
165	165	185	38	20	45	39	
164	164	184	38	20	45	39	
163	163	183	38	19	45	39	
162	162	182	37	19	45	39	
161	161	181	37	19	45	39	
160	160	180	37	19	44	38	Трапляються значні (не більше 8) помилки у техніці виконання вправ
159	159	179	37	19	44	38	
158	158	178	37	19	44	38	
157	157	177	36	18	44	38	
156	156	176	36	18	44	38	
155	155	175	36	18	43	37	
154	154	174	36	18	43	37	
153	153	173	36	17	43	37	

152	152	172	35	17	43	37	Трапляється багато значних помилок у техніці виконання вправ
151	151	171	35	17	43	37	
150	150	170	35	17	41	36	
149	149	169	35	17	41	36	
148	148	168	35	16	41	36	
147	147	167	34	16	40	35	
146	146	166	34	16	40	35	
145	145	165	34	16	40	35	
144	144	164	34	16	39	34	
143	143	163	34	15	39	34	
142	142	162	33	15	39	34	
141	141	161	33	15	38	33	
140	140	160	33	15	38	33	
139	139	159	33	15	38	33	
138	138	158	33	14	37	32	
137	137	157	32	14	37	32	
136	136	156	32	14	37	32	
135	135	155	32	14	36	31	
134	134	154	32	14	36	31	
133	133	153	32	13	36	31	
132	132	152	31	13	35	30	
131	131	151	31	13	35	30	
130	130	150	31	13	35	30	
129	129	149	31	13	34	29	
128	128	148	31	12	34	29	
127	127	147	30	12	33	28	
126	126	146	30	12	33	28	
125	125	145	30	12	32	27	
124	124	144	30	12	32	27	
123	123	143	30	11	31	26	
122	122	142	29	11	31	26	
121	121	141	29	11	30	25	
120	120	140	29	11	30	25	
119	119	139	29	11	29	24	
118	118	138	29	10	29	24	
117	117	137	28	10	28	23	
116	116	136	28	10	28	23	
115	115	135	28	10	27	22	
114	114	134	28	10	27	22	
113	113	133	28	9	26	21	
112	112	132	27	9	26	21	
111	111	131	27	9	25	20	
110	110	130	27	9	25	20	
109	109	129	27	9	24	19	
108	108	128	27	8	24	19	
107	107	127	26	8	23	18	
106	106	126	26	8	23	18	
105	105	125	26	8	22	17	
104	104	124	26	8	22	17	
103	103	123	25	7	21	16	
102	102	122	25	7	21	16	
101	101	121	25	7	20	15	
100	<101	<120	<25	<7	<20	<15	Не виконані окремі технічні елементи

*Учасники вступних випробувань на час іспиту повинні мати інвентар, спортивну форму та відповідне обладнання.

ВІТРИЛЬНИЙ СПОРТ

Бали	Стрибки на скакалці за 2 хв., кіл. разів, чол.	Стрибки на скакалці за 2 хв., кіл. разів, жін.	Згинання-розгинання рук в упорі лежачі, кіл. разів,чол.	Згинання-розгинання рук в упорі лежачі, кіл. разів, жін.	Піднімання тулуба у сід з положення лежачи за 1 хв., кіл. разів, чол.	Піднімання тулуба у сід з положення лежачи за 1 хв., кіл. разів, жін.	Примітки*
200	200 та >	220 та >	36 та >	22 та >	> 52	> 46	Бездоганне виконання.
199	199	219	35	21	52	46	
198	198	218	35	21	52	46	
197	197	217	35	21	52	46	
196	196	216	35	21	52	46	
195	195	215	35	21	51	45	
194	194	214	35	21	51	45	
193	193	213	35	21	51	45	
192	192	212	35	21	51	45	
191	191	211	35	21	51	45	
190	190	210	35	21	50	44	
189	189	209	35	21	50	44	
188	188	208	34	20	50	44	
187	187	207	34	20	50	44	
186	186	206	34	20	50	44	
185	185	205	34	20	49	43	
184	184	204	34	20	49	43	
183	183	203	34	20	49	43	
182	182	202	34	20	49	43	
181	181	201	34	20	49	43	
180	180	200	34	20	48	42	Трапляються окремі (не більше 2) помилки у техніці виконання вправ
179	179	199	34	20	48	42	
178	178	198	33	19	48	42	
177	177	197	33	19	48	42	
176	176	196	33	19	48	42	
175	175	195	33	19	47	41	
174	174	194	33	19	47	41	
173	173	193	33	19	47	41	
172	172	192	33	19	47	41	
171	171	191	33	19	47	41	
170	170	190	33	19	46	40	
169	169	189	33	19	46	40	
168	168	188	32	18	46	40	
167	167	187	32	18	46	40	
166	166	186	32	18	46	40	
165	165	185	32	18	45	39	
164	164	184	32	18	45	39	

163	163	183	32	18	45	39	Трапляються значні (не більше 8) помилки у техніці виконання вправ
162	162	182	32	18	45	39	
161	161	181	32	18	45	39	
160	160	180	32	18	44	38	
159	159	179	32	18	44	38	
158	158	178	32	18	44	38	
157	157	177	31	17	44	38	
156	156	176	31	17	44	38	
155	155	175	31	17	43	37	
154	154	174	31	17	43	37	
153	153	173	31	17	43	37	
152	152	172	31	17	43	37	
151	151	171	31	17	43	37	
150	150	170	31	17	41	36	Трапляється багато значних помилок у техніці виконання вправ
149	149	169	31	17	41	36	
148	148	168	31	17	41	36	
147	147	167	31	17	40	35	
146	146	166	31	17	40	35	
145	145	165	31	17	40	35	
144	144	164	31	17	39	34	
143	143	163	31	17	39	34	
142	142	162	31	17	39	34	
141	141	161	31	17	38	33	
140	140	160	31	17	38	33	
139	139	159	31	17	38	33	
138	138	158	31	17	37	32	
137	137	157	31	17	37	32	
136	136	156	31	17	37	32	
135	135	155	31	17	36	31	
134	134	154	31	17	36	31	
133	133	153	31	17	36	31	
132	132	152	31	17	35	30	
131	131	151	31	17	35	30	
130	130	150	31	17	35	30	
129	129	149	31	17	34	29	
128	128	148	30	16	34	29	
127	127	147	30	16	33	28	
126	126	146	30	16	33	28	
125	125	145	30	16	32	27	
124	124	144	30	16	32	27	
123	123	143	30	16	31	26	
122	122	142	30	16	31	26	

121	121	141	30	16	30	25	
120	120	140	30	16	30	25	
119	119	139	30	16	29	24	
118	118	138	29	15	29	24	
117	117	137	29	15	28	23	
116	116	136	29	15	28	23	
115	115	135	29	15	27	22	
114	114	134	29	15	27	22	
113	113	133	29	15	26	21	
112	112	132	29	15	26	21	
111	111	131	29	15	25	20	
110	110	130	29	15	25	20	
109	109	129	29	15	24	19	
108	108	128	28	14	24	19	
107	107	127	28	14	23	18	
106	106	126	28	14	23	18	
105	105	125	28	14	22	17	
104	104	124	28	14	22	17	
103	103	123	28	14	21	16	
102	102	122	28	14	21	16	
101	101	121	28	14	20	15	
100	<100	<120	<28	<14	<20	<15	Не виконані окремі технічні елементи

*Учасники вступних випробувань на час іспиту повинні мати інвентар, спортивну форму та відповідне обладнання.

153	153	173	36	17	43	37	Трапляється багато значних помилок у техніці виконання вправ
152	152	172	35	17	43	37	
151	151	171	35	17	43	37	
150	150	170	35	17	41	36	
149	149	169	35	17	41	36	
148	148	168	35	16	41	36	
147	147	167	34	16	40	35	
146	146	166	34	16	40	35	
145	145	165	34	16	40	35	
144	144	164	34	16	39	34	
143	143	163	34	15	39	34	
142	142	162	33	15	39	34	
141	141	161	33	15	38	33	
140	140	160	33	15	38	33	
139	139	159	33	15	38	33	
138	138	158	33	14	37	32	
137	137	157	32	14	37	32	
136	136	156	32	14	37	32	
135	135	155	32	14	36	31	
134	134	154	32	14	36	31	
133	133	153	32	13	36	31	
132	132	152	31	13	35	30	
131	131	151	31	13	35	30	
130	130	150	31	13	35	30	
129	129	149	31	13	34	29	
128	128	148	31	12	34	29	
127	127	147	30	12	33	28	
126	126	146	30	12	33	28	
125	125	145	30	12	32	27	
124	124	144	30	12	32	27	
123	123	143	30	11	31	26	
122	122	142	29	11	31	26	
121	121	141	29	11	30	25	
120	120	140	29	11	30	25	
119	119	139	29	11	29	24	
118	118	138	29	10	29	24	
117	117	137	28	10	28	23	
116	116	136	28	10	28	23	
115	115	135	28	10	27	22	
114	114	134	28	10	27	22	
113	113	133	28	9	26	21	
112	112	132	27	9	26	21	
111	111	131	27	9	25	20	
110	110	130	27	9	25	20	
109	109	129	27	9	24	19	
108	108	128	27	8	24	19	
107	107	127	26	8	23	18	
106	106	126	26	8	23	18	
105	105	125	26	8	22	17	
104	104	124	26	8	22	17	
103	103	123	25	7	21	16	
102	102	122	25	7	21	16	
101	101	121	25	7	20	15	
100	<101	<121	<25	<7	<20	<15	Не виконані окремі

							технічні елементи
--	--	--	--	--	--	--	----------------------

*Учасники вступних випробувань на час іспиту повинні мати інвентар, спортивну форму та відповідне обладнання.

ВЕСЛУВАЛЬНИЙ СЛАЛОМ

Бали	Стрибки на скакалці за 2 хв., кіл. разів, чол.	Стрибки на скакалці за 2 хв., кіл. разів, жін.	Згинання-розгинання рук в упорі лежачі, кіл. разів,чол.	Згинання-розгинання рук в упорі лежачі, кіл. разів, жін.	Піднімання тулуба у сід з положення лежачи за 1 хв., кіл. разів, чол.	Піднімання тулуба у сід з положення лежачи за 1 хв., кіл. разів, жін.	Примітки*
200	>200	>220	>50	> 35	> 52	> 46	Бездоганне виконання.
199	199	219	50	35	52	46	
198	198	218	50	35	52	46	
197	197	217	50	35	52	46	
196	196	216	50	35	52	46	
195	195	215	49	34	51	45	
194	194	214	49	34	51	45	
193	193	213	49	34	51	45	
192	192	212	49	34	51	45	
191	191	211	49	34	51	45	
190	190	210	48	33	50	44	
189	189	209	48	33	50	44	Може бути незначна помилка у техніці виконання вправ
188	188	208	48	33	50	44	
187	187	207	48	33	50	44	
186	186	206	48	33	50	44	
185	185	205	47	32	49	43	
184	184	204	47	32	49	43	
183	183	203	47	32	49	43	
182	182	202	47	32	49	43	
181	181	201	47	32	49	43	
180	180	200	46	31	48	42	
179	179	199	46	31	48	42	
178	178	198	46	31	48	42	
177	177	197	46	31	48	42	
176	176	196	46	31	48	42	
175	175	195	45	30	47	41	
174	174	194	45	30	47	41	
173	173	193	45	30	47	41	
172	172	192	45	30	47	41	
171	171	191	45	30	47	41	
170	170	190	44	29	46	40	
169	169	189	44	29	46	40	Трапляються окремі (не більше 5) помилки у техніці виконання вправ
168	168	188	44	29	46	40	
167	167	187	44	29	46	40	
166	166	186	44	29	46	40	
165	165	185	43	28	45	39	
164	164	184	43	28	45	39	
163	163	183	43	28	45	39	
162	162	182	43	28	45	39	
161	161	181	43	28	45	39	
160	160	180	42	27	44	38	
159	159	179	42	27	44	38	
158	158	178	42	27	44	38	
157	157	177	42	27	44	38	
156	156	176	42	27	44	38	
155	155	175	42	26	43	37	
154	154	174	41	26	43	37	

153	153	173	41	26	43	37	Трапляється багато значних помилок у техніці виконання вправ
152	152	172	41	26	43	37	
151	151	171	41	26	43	37	
150	150	170	41	26	41	36	
149	149	169	40	25	41	36	
148	148	168	40	25	41	36	
147	147	167	40	25	40	35	
146	146	166	40	25	40	35	
145	145	165	40	25	40	35	
144	144	164	39	24	39	34	
143	143	163	39	24	39	34	
142	142	162	39	24	39	34	
141	141	161	39	24	38	33	
140	140	160	39	24	38	33	
139	139	159	38	23	38	33	
138	138	158	38	23	37	32	
137	137	157	38	23	37	32	
136	136	156	38	23	37	32	
135	135	155	38	23	36	31	
134	134	154	37	22	36	31	
133	133	153	37	22	36	31	
132	132	152	37	22	35	30	
131	131	151	37	22	35	30	
130	130	150	37	22	35	30	
129	129	149	36	21	34	29	
128	128	148	36	21	34	29	
127	127	147	36	21	33	28	
126	126	146	36	21	33	28	
125	125	145	36	21	32	27	
124	124	144	35	20	32	27	
123	123	143	35	20	31	26	
122	122	142	35	20	31	26	
121	121	141	35	20	30	25	
120	120	140	35	20	30	25	
119	119	139	34	19	29	24	
118	118	138	34	19	29	24	
117	117	137	34	19	28	23	
116	116	136	34	19	28	23	
115	115	135	34	19	27	22	
114	114	134	33	18	27	22	
113	113	133	33	18	26	21	
112	112	132	33	18	26	21	
111	111	131	32	17	25	20	
110	110	130	32	17	25	20	
109	109	129	32	17	24	19	
108	108	128	31	16	24	19	
107	107	127	31	16	23	18	
106	106	126	31	16	23	18	
105	105	125	30	15	22	17	
104	104	124	30	15	22	17	
103	103	123	30	15	21	16	
102	102	122	29	14	21	16	
101	101	121	29	14	20	15	

100	<100	<120	<29	<14	<20	<15	Не виконані окремі технічні елементи
-----	------	------	-----	-----	-----	-----	--------------------------------------

*Учасники вступних випробувань на час іспиту повинні мати інвентар, спортивну форму та відповідне обладнання

ВЕСЛУВАННЯ АКАДЕМІЧНЕ

Бали	Стрибки на скакалці за 2 хв., кіл. разів, чол.	Стрибки на скакалці за 2 хв., кіл. разів, жін.	Згинання-розгинання рук в упорі лежачі, кіл. разів,чол.	Згинання-розгинання рук в упорі лежачі, кіл. разів, жін.	Піднімання тулуба у сід з положення лежачи за 1 хв., кіл. разів, чол.	Піднімання тулуба у сід з положення лежачи за 1 хв., кіл. разів, жін.	Примітки*
200	>200	>220	36 та >	22 та >	> 52	> 46	Бездоганне виконання.
199	200	220	35	21	52	46	
198	199	219	35	21	52	46	
197	198	218	35	21	52	46	Може бути незначна помилка у техніці виконання вправ
196	197	217	35	21	52	46	
195	196	216	35	21	51	45	
194	195	215	35	21	51	45	
193	194	214	35	21	51	45	
192	193	213	35	21	51	45	
191	192	212	35	21	51	45	
190	191	211	35	21	50	44	Трапляються окремі (не більше 2) помилки у техніці виконання вправ
189	190	210	35	21	50	44	
188	189	209	34	20	50	44	
187	188	208	34	20	50	44	
186	187	207	34	20	50	44	
185	186	206	34	20	49	43	
184	185	205	34	20	49	43	
183	184	204	34	20	49	43	
182	183	203	34	20	49	43	Трапляються окремі (не більше 5) помилки у техніці виконання вправ
181	182	202	34	20	49	43	
180	181	201	34	20	48	42	
179	180	200	34	20	48	42	
178	179	199	33	19	48	42	
177	178	198	33	19	48	42	
176	177	197	33	19	48	42	
175	176	196	33	19	47	41	
174	175	195	33	19	47	41	Трапляються значні (не більше 5) помилки у виконанні обов'язкових технічних елементів.
173	174	194	33	19	47	41	
172	173	193	33	19	47	41	
171	172	192	33	19	47	41	
170	171	191	33	19	46	40	
169	170	190	33	19	46	40	
168	169	189	32	18	46	40	
167	168	188	32	18	46	40	
166	167	187	32	18	46	40	
165	166	186	32	18	45	39	

164	165	185	32	18	45	39	Трапляються значні (не більше 8) помилки у техніці виконання вправ
163	164	184	32	18	45	39	
162	163	183	32	18	45	39	
161	162	182	32	18	45	39	
160	161	181	32	18	44	38	
159	160	180	32	18	44	38	
158	159	179	32	18	44	38	
157	158	178	31	17	44	38	
156	157	177	31	17	44	38	
155	156	176	31	17	43	37	
154	155	175	31	17	43	37	
153	154	174	31	17	43	37	
152	153	173	31	17	43	37	
151	152	172	31	17	43	37	
150	151	171	31	17	41	36	Трапляється багато значних помилок у техніці виконання вправ
149	150	170	31	17	41	36	
148	149	169	31	17	41	36	
147	148	168	31	17	40	35	
146	147	167	31	17	40	35	
145	146	166	31	17	40	35	
144	145	165	31	17	39	34	
143	144	164	31	17	39	34	
142	143	163	31	17	39	34	
141	142	162	31	17	38	33	
140	141	161	31	17	38	33	
139	140	160	31	17	38	33	
138	139	159	31	17	37	32	
137	138	158	31	17	37	32	
136	137	157	31	17	37	32	
135	136	156	31	17	36	31	
134	135	155	31	17	36	31	
133	134	154	31	17	36	31	
132	133	153	31	17	35	30	
131	132	152	31	17	35	30	
130	131	151	31	17	35	30	
129	130	150	31	17	34	29	
128	129	149	30	16	34	29	
127	128	148	30	16	33	28	
126	127	147	30	16	33	28	
125	126	146	30	16	32	27	
124	125	145	30	16	32	27	
123	124	144	30	16	31	26	

122	123	143	30	16	31	26	
121	122	142	30	16	30	25	
120	121	141	30	16	30	25	
119	120	140	30	16	29	24	
118	119	139	29	15	29	24	
117	118	138	29	15	28	23	
116	117	137	29	15	28	23	
115	116	136	29	15	27	22	
114	115	135	29	15	27	22	
113	114	134	29	15	26	21	
112	113	133	29	15	26	21	
111	112	132	29	15	25	20	
110	111	131	29	15	25	20	
109	110	130	29	15	24	19	
108	109	129	28	14	24	19	
107	108	128	28	14	23	18	
106	107	127	28	14	23	18	
105	106	126	28	14	22	17	
104	105	125	28	14	22	17	
103	104	124	28	14	21	16	
102	103	123	28	14	21	16	
101	102	122	28	14	20	15	
100	<102	<122	<28	<14	<20	<15	Не виконані окремі технічні елементи.

*Учасники вступних випробувань на час іспиту повинні мати інвентар, спортивну форму та відповідне обладнання.

ВЕСЛУВАННЯ НА БАЙДАРКАХ І КАНОЕ

Бали	Стрибки на скакалці за 2 хв., кіл. разів, чол.	Стрибки на скакалці за 2 хв., кіл. разів, жін.	Згинання-розгинання рук в упорі лежачі, кіл. разів,чол.	Згинання-розгинання рук в упорі лежачі, кіл. разів, жін.	Піднімання тулуба у сід з положення лежачи за 1 хв., кіл. разів, чол.	Піднімання тулуба у сід з положення лежачи за 1 хв., кіл. разів, жін.	Примітки*
200	>200	>220	>50	> 35	> 52	> 46	Бездоганне виконання.
199	199	219	50	35	52	46	
198	198	218	50	35	52	46	
197	197	217	50	35	52	46	
196	196	216	50	35	52	46	
195	195	215	49	34	51	45	
194	194	214	49	34	51	45	
193	193	213	49	34	51	45	
192	192	212	49	34	51	45	
191	191	211	49	34	51	45	
190	190	210	48	33	50	44	
189	189	209	48	33	50	44	Може бути незначна помилка у техніці виконання вправ
188	188	208	48	33	50	44	
187	187	207	48	33	50	44	
186	186	206	48	33	50	44	
185	185	205	47	32	49	43	
184	184	204	47	32	49	43	
183	183	203	47	32	49	43	
182	182	202	47	32	49	43	
181	181	201	47	32	49	43	
180	180	200	46	31	48	42	
179	179	199	46	31	48	42	
178	178	198	46	31	48	42	
177	177	197	46	31	48	42	
176	176	196	46	31	48	42	
175	175	195	45	30	47	41	
174	174	194	45	30	47	41	
173	173	193	45	30	47	41	
172	172	192	45	30	47	41	
171	171	191	45	30	47	41	
170	170	190	44	29	46	40	
169	169	189	44	29	46	40	Трапляються окремі (не більше 5) помилки у техніці виконання вправ
168	168	188	44	29	46	40	
167	167	187	44	29	46	40	
166	166	186	44	29	46	40	
165	165	185	43	28	45	39	
164	164	184	43	28	45	39	
163	163	183	43	28	45	39	
162	162	182	43	28	45	39	
161	161	181	43	28	45	39	
160	160	180	42	27	44	38	
159	159	179	42	27	44	38	
158	158	178	42	27	44	38	
157	157	177	42	27	44	38	
156	156	176	42	27	44	38	
155	155	175	42	26	43	37	
154	154	174	41	26	43	37	

153	153	173	41	26	43	37	Трапляється багато значних помилок у техніці виконання вправ
152	152	172	41	26	43	37	
151	151	171	41	26	43	37	
150	150	170	41	26	41	36	
149	149	169	40	25	41	36	
148	148	168	40	25	41	36	
147	147	167	40	25	40	35	
146	146	166	40	25	40	35	
145	145	165	40	25	40	35	
144	144	164	39	24	39	34	
143	143	163	39	24	39	34	
142	142	162	39	24	39	34	
141	141	161	39	24	38	33	
140	140	160	39	24	38	33	
139	139	159	38	23	38	33	
138	138	158	38	23	37	32	
137	137	157	38	23	37	32	
136	136	156	38	23	37	32	
135	135	155	38	23	36	31	
134	134	154	37	22	36	31	
133	133	153	37	22	36	31	
132	132	152	37	22	35	30	
131	131	151	37	22	35	30	
130	130	150	37	22	35	30	
129	129	149	36	21	34	29	
128	128	148	36	21	34	29	
127	127	147	36	21	33	28	
126	126	146	36	21	33	28	
125	125	145	36	21	32	27	
124	124	144	35	20	32	27	
123	123	143	35	20	31	26	
122	122	142	35	20	31	26	
121	121	141	35	20	30	25	
120	120	140	35	20	30	25	
119	119	139	34	19	29	24	
118	118	138	34	19	29	24	
117	117	137	34	19	28	23	
116	116	136	34	19	28	23	
115	115	135	34	19	27	22	
114	114	134	33	18	27	22	
113	113	133	33	18	26	21	
112	112	132	33	18	26	21	
111	111	131	32	17	25	20	
110	110	130	32	17	25	20	
109	109	129	32	17	24	19	
108	108	128	31	16	24	19	
107	107	127	31	16	23	18	
106	106	126	31	16	23	18	
105	105	125	30	15	22	17	
104	104	124	30	15	22	17	
103	103	123	30	15	21	16	
102	102	122	29	14	21	16	
101	101	121	29	14	20	15	

100	<100	<120	<29	<14	<20	<15	Не виконані окремі технічні елементи
-----	------	------	-----	-----	-----	-----	--------------------------------------

*Учасники вступних випробувань на час іспиту повинні мати інвентар, спортивну форму та відповідне обладнання

ВОДНЕ ПОЛО

Бали	Прийом та передача м'яча на суші стоячи на відстані 4 м напроти стінки 1 хв. (кіл-ть помилок)		Піднімання тулуба у сід з положення лежачи за 1 хв., кіл. разів, чол.	Піднімання тулуба у сід з положення лежачи за 1 хв., кіл. разів, жін.
200	0	0	> 52	> 46
199	-	-	52	46
198	-	-	52	46
197	-	-	52	46
196	-	-	52	46
195	-	-	51	45
194	-	-	51	45
193	-	-	51	45
192	-	-	51	45
191	-	-	51	45
190	1	1	50	44
189	-	-	50	44
188	-	-	50	44
187	-	-	50	44
186	-	-	50	44
185	-	-	49	43
184	-	-	49	43
183	-	-	49	43
182	-	-	49	43
181	-	-	49	43
180	2	2	48	42
179	-	-	48	42
178	-	-	48	42
177	-	-	48	42
176	-	-	48	42
175	-	-	47	41
174	-	-	47	41
173	-	-	47	41
172	-	-	47	41
171	-	-	47	41
170	3	3	46	40
169	-	-	46	40
168	-	-	46	40
167	-	-	46	40
166	-	-	46	40
165	-	-	45	39
164	-	-	45	39
163	4	4	45	39
162	-	-	45	39
161	-	-	45	39
160	-	-	44	38
159	-	-	44	38
158	-	-	44	38
157	-	-	44	38
156	-	-	44	38
155	5	5	43	37
154	-	-	43	37
153	-	-	43	37
152	-	-	43	37

151	-	-	43	37
150	-	-	41	36
149	-	-	41	36
148	-	-	41	36
147	-	-	40	35
146	-	-	40	35
145	-	-	40	35
144	6	6	39	34
143	-	-	39	34
142	-	-	39	34
141	-	-	38	33
140	-	-	38	33
139	-	-	38	33
138	-	-	37	32
137	-	-	37	32
136	-	-	37	32
135	-	-	36	31
134	7	7	36	31
133	-	-	36	31
132	-	-	35	30
131	-	-	35	30
130	-	-	35	30
129	-	-	34	29
128	-	-	34	29
127	-	-	33	28
126	-	-	33	28
125	8	8	32	27
124	-	-	32	27
123	9	9	31	26
122	-	-	31	26
121	-	-	30	25
120	-	-	30	25
119	-	-	29	24
118	-	-	29	24
117	-	-	28	23
116	-	-	28	23
115	10	10	27	22
114	-	-	27	22
113	-	-	26	21
112	-	-	26	21
111	-	-	25	20
110	-	-	25	20
109	11	11	24	19
108	-	-	24	19
105	-	-	23	18
104	-	-	23	18
103	-	-	22	17
102	-	-	22	17
101	-	-	21	16
100	-	-	<20	<15

1. Прийом та передача м'яча на суші стоячи на відстані 4 м напроти стінки 1 хв. (кіль-ть помилок). Визначається кількість зроблених помилок під час виконання тесту. Помилка зараховується в тому разі, якщо вступник не зловив м'яч або неточно виконав передачу.

ПЛАВАННЯ

Бали	Вистрибування вгору (20 разів), сек	Піднімання тулуба у сід з положення лежачи за 1 хв., кіл. разів, чол.	Піднімання тулуба у сід з положення лежачи за 1 хв., кіл. разів, жін.
200	46,00	> 52	> 46
199	46,10	52	46
198	46,20	52	46
197	46,30	52	46
196	46,40	52	46
195	46,50	51	45
194	46,60	51	45
193	46,70	51	45
192	46,80	51	45
191	46,90	51	45
190	47,00	50	44
189	47,15	50	44
188	47,30	50	44
187	47,45	50	44
186	47,60	50	44
185	47,75	49	43
184	47,90	49	43
183	48,00	49	43
182	48,20	49	43
181	48,40	49	43
180	48,60	48	42
179	48,80	48	42
178	49,00	48	42
177	49,25	48	42
176	49,50	48	42
175	49,75	47	41
174	50,00	47	41
173	50,30	47	41
172	51,00	47	41
171	51,30	47	41
170	52,00	46	40
169	52,30	46	40
168	53,00	46	40
167	53,20	46	40
166	53,40	46	40
165	53,60	45	39
164	53,80	45	39
163	54,00	45	39
162	54,20	45	39

161	54,40	45	39
160	54,60	44	38
159	54,80	44	38
158	56,00	44	38
157	56,20	44	38
156	56,40	44	38
155	56,60	43	37
154	56,80	43	37
153	57,00	43	37
152	57,20	43	37
151	57,40	43	37
150	57,60	41	36
149	57,80	41	36
148	58,00	41	36
147	58,20	40	35
146	58,40	40	35
145	58,60	40	35
144	58,80	39	34
143	59,00	39	34
142	59,20	39	34
141	59,40	38	33
140	59,60	38	33
139	59,80	38	33
138	60,00	37	32
137	60,20	37	32
136	60,40	37	32
135	60,60	36	31
134	60,80	36	31
133	61,00	36	31
132	61,20	35	30
131	61,30	35	30
130	61,40	35	30
129	61,50	34	29
128	61,60	34	29
127	61,70	33	28
126	61,80	33	28
125	61,90	32	27
124	62,00	32	27
123	62,10	31	26
122	62,20	31	26
121	62,30	30	25
120	62,40	30	25

119	62,50	29	24
118	62,60	29	24
117	62,70	28	23
116	62,80	28	23
115	62,90	27	22
114	63,00	27	22
113	63,20	26	21
112	63,30	26	21
111	63,40	25	20
110	63,50	25	20
109	63,60	24	19
108	63,70	24	19
107	63,80	23	18
106	63,90	23	18
105	64,00	22	17
104	64,20	22	17
103	64,40	21	16
102	64,60	21	16
101	64,80	20	15
100	65,00	<20	<15

Вимоги до вправ:

1. Вистрибування вгору поштовхом двома ногами з положення повного присіду 20 разів, фіксується час виконання в секундах.

ПІДВОДНИЙ СПОРТ

Бали	Вистрибування вгору (20 разів), сек	Піднімання тулуба у сід з положення лежачи за 1 хв., кіл. разів, чол.	Піднімання тулуба у сід з положення лежачи за 1 хв., кіл. разів, жін.
200	46,00	> 52	> 46
199	46,10	52	46
198	46,20	52	46
197	46,30	52	46
196	46,40	52	46
195	46,50	51	45
194	46,60	51	45
193	46,70	51	45
192	46,80	51	45
191	46,90	51	45
190	47,00	50	44
189	47,15	50	44
188	47,30	50	44
187	47,45	50	44
186	47,60	50	44
185	47,75	49	43
184	47,90	49	43
183	48,00	49	43
182	48,20	49	43
181	48,40	49	43
180	48,60	48	42
179	48,80	48	42
178	49,00	48	42
177	49,25	48	42
176	49,50	48	42
175	49,75	47	41
174	50,00	47	41
173	50,30	47	41
172	51,00	47	41
171	51,30	47	41
170	52,00	46	40
169	52,30	46	40
168	53,00	46	40
167	53,20	46	40
166	53,40	46	40
165	53,60	45	39
164	53,80	45	39
163	54,00	45	39
162	54,20	45	39

161	54,40	45	39
160	54,60	44	38
159	54,80	44	38
158	56,00	44	38
157	56,20	44	38
156	56,40	44	38
155	56,60	43	37
154	56,80	43	37
153	57,00	43	37
152	57,20	43	37
151	57,40	43	37
150	57,60	41	36
149	57,80	41	36
148	58,00	41	36
147	58,20	40	35
146	58,40	40	35
145	58,60	40	35
144	58,80	39	34
143	59,00	39	34
142	59,20	39	34
141	59,40	38	33
140	59,60	38	33
139	59,80	38	33
138	60,00	37	32
137	60,20	37	32
136	60,40	37	32
135	60,60	36	31
134	60,80	36	31
133	61,00	36	31
132	61,20	35	30
131	61,30	35	30
130	61,40	35	30
129	61,50	34	29
128	61,60	34	29
127	61,70	33	28
126	61,80	33	28
125	61,90	32	27
124	62,00	32	27
123	62,10	31	26
122	62,20	31	26
121	62,30	30	25
120	62,40	30	25

119	62,50	29	24
118	62,60	29	24
117	62,70	28	23
116	62,80	28	23
115	62,90	27	22
114	63,00	27	22
113	63,20	26	21
112	63,30	26	21
111	63,40	25	20
110	63,50	25	20
109	63,60	24	19
108	63,70	24	19
107	63,80	23	18
106	63,90	23	18
105	64,00	22	17
104	64,20	22	17
103	64,40	21	16
102	64,60	21	16
101	64,80	20	15
100	65,00	<20	<15

Вимоги до вправ:

1. Вистрибування вгору поштовхом двома ногами з положення повного присіду 20 разів, фіксується час виконання в секундах.

СТРИБКИ У ВОДУ

Бали	Силова стійка на руках (утримання, сек.)	Піднімання тулуба у сід з положення лежачи за 1 хв., кіл. разів, чол.	Піднімання тулуба у сід з положення лежачи за 1 хв., кіл. разів, жін.
200	17,0	> 52	> 46
199	16,8	52	46
198	16,6	52	46
197	16,4	52	46
196	16,2	52	46
195	16,0	51	45
194	15,8	51	45
193	15,6	51	45
192	15,4	51	45
191	15,2	51	45
190	15,0	50	44
189	14,9	50	44
188	14,8	50	44
187	14,7	50	44
186	14,6	50	44
185	14,5	49	43
184	14,4	49	43
183	14,3	49	43
182	14,2	49	43
181	14,1	49	43
180	14,0	48	42
179	13,9	48	42
178	13,8	48	42
177	13,7	48	42
176	13,6	48	42
175	13,5	47	41
174	13,4	47	41
173	13,3	47	41
172	13,2	47	41
171	13,1	47	41
170	13,0	46	40
169	12,9	46	40
168	12,8	46	40
167	12,7	46	40
166	12,6	46	40
165	12,5	45	39
164	12,4	45	39
163	12,3	45	39

162	12,2	45	39
161	12,1	45	39
160	12,0	44	38
159	11,9	44	38
158	11,8	44	38
157	11,7	44	38
156	11,6	44	38
155	11,5	43	37
154	11,4	43	37
153	11,3	43	37
152	11,2	43	37
151	11,1	43	37
150	11,0	41	36
149	10,9	41	36
148	10,8	41	36
147	10,7	40	35
146	10,6	40	35
145	10,5	40	35
144	10,4	39	34
143	10,3	39	34
142	10,2	39	34
141	10,1	38	33
140	10,0	38	33
139	9,9	38	33
138	9,8	37	32
137	9,7	37	32
136	9,6	37	32
135	9,5	36	31
134	9,4	36	31
133	9,3	36	31
132	9,2	35	30
131	9,1	35	30
130	9,0	35	30
129	8,8	34	29
128	8,6	34	29
127	8,4	33	28
126	8,3	33	28
125	8,2	32	27
124	8,0	32	27
123	7,6	31	26
122	7,2	31	26
121	7,0	30	25

120	6,6	30	25
119	6,2	29	24
118	6,0	29	24
117	5,6	28	23
116	5,2	28	23
115	5,0	27	22
114	4,6	27	22
113	4,2	26	21
112	4,0	26	21
111	3,6	25	20
110	3,2	25	20
109	2,8	24	19
108	2,6	24	19
107	2,2	23	18
106	2,0	23	18
105	1,6	22	17
104	1,2	22	17
103	1,0	21	16
102	0,8	21	16
101	0,2	20	15
100	0,1	<20	<15

Вступник повинен виконувати вправи кваліфікаційної програми відповідно до правил змагань та розрядних нормативів. При підсумку балів враховується коефіцієнт, відповідно до правил змагань: 2 розряд – 1,0; 1 розряд – 1,05; КМС – 1,1; МС – 1,2.

Вимоги до вступників, які спеціалізуються зі стрибків у воду:

Виконуються вправа:

- силова стійка на руках (утримання, сек.). Час фіксується до моменту коли тулуб або ноги торкнуться опорної поверхні (полу).

СИНХРОННЕ (АРТИСТИЧНЕ) ПЛAVАННЯ

Бали	Силовa стійкa на руках в позиції «Вертикаль» (утримання, сек.)	Піднімання тулуба у сід з положення лежачи за 1 хв., кіл. разів, жін.
200	17,0	> 46
199	16,8	46
198	16,6	46
197	16,4	46
196	16,2	46
195	16,0	45
194	15,8	45
193	15,6	45
192	15,4	45
191	15,2	45
190	15,0	44
189	14,9	44
188	14,8	44
187	14,7	44
186	14,6	44
185	14,5	43
184	14,4	43
183	14,3	43
182	14,2	43
181	14,1	43
180	14,0	42
179	13,9	42
178	13,8	42
177	13,7	42
176	13,6	42
175	13,5	41
174	13,4	41
173	13,3	41
172	13,2	41
171	13,1	41
170	13,0	40
169	12,9	40
168	12,8	40
167	12,7	40
166	12,6	40
165	12,5	39
164	12,4	39

163	12,3	39
162	12,2	39
161	12,1	39
160	12,0	38
159	11,9	38
158	11,8	38
157	11,7	38
156	11,6	38
155	11,5	37
154	11,4	37
153	11,3	37
152	11,2	37
151	11,1	37
150	11,0	36
149	10,9	36
148	10,8	36
147	10,7	35
146	10,6	35
145	10,5	35
144	10,4	34
143	10,3	34
142	10,2	34
141	10,1	33
140	10,0	33
139	9,9	33
138	9,8	32
137	9,7	32
136	9,6	32
135	9,5	31
134	9,4	31
133	9,3	31
132	9,2	30
131	9,1	30
130	9,0	30
129	8,8	29
128	8,6	29
127	8,4	28
126	8,3	28
125	8,2	27
124	8,0	27
123	7,6	26
122	7,2	26

121	7,0	25
120	6,6	25
119	6,2	24
118	6,0	24
117	5,6	23
116	5,2	23
115	5,0	22
114	4,6	22
113	4,2	21
112	4,0	21
111	3,6	20
110	3,2	20
109	2,8	19
108	2,6	19
107	2,2	18
106	2,0	18
105	1,6	17
104	1,2	17
103	1,0	16
102	0,8	16
101	0,2	15
100	0,1	<15

Вступник повинен виконувати вправи кваліфікаційної програми відповідно до правил змагань та розрядних нормативів. При підсумку балів враховується коефіцієнт, відповідно до правил змагань: 2 розряд – 1,0; 1 розряд – 1,05; КМС – 1,1; МС – 1,2.

Вимоги до вступників, які спеціалізуються у синхронному плаванні:

Виконуються дві вправи:

- Силова стійка на руках в позиції «Вертикаль» (утримання, сек.);