

**Государственное автономное учреждение
дополнительного образования Новосибирской области
«Спортивная школа по хоккею «Сибирь»**

УТВЕРЖДАЮ

Директор

ГАУ ДО НСО «СШ по хоккею
«Сибирь»

Л.И. Крутохвостов

Приказ № 19 от «7» августа 2023 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

**о контрольно-переводных нормативах для зачисления (перевода)
обучающихся, проходящих спортивную подготовку на этап начальной
подготовки, учебно-тренировочный этап, этап совершенствования
спортивного мастерства, этап высшего спортивного мастерства по виду
спорта хоккей.**

1. Общие сведения

Настоящее Положение разработано с целью формализации единых правил/критериев спортивного отбора в системе многолетней подготовки обучающихся ГАУ ДО НСО «СШ по хоккею «Сибирь», в соответствии с Приказом Министерства спорта РФ от 16 ноября 2023 г. N 997 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта хоккей» и дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта хоккей ГАУ ДО НСО «СШ по хоккею «Сибирь» (раздел 4).

Настоящее Положение определяет требования для обучающихся, проходящих спортивную подготовку по виду спорта хоккей, для зачисления (перевода):

- на этап начальной подготовки (далее НП);
- учебно-тренировочный этап (далее УТ);
- этап совершенствования спортивного мастерства (далее ССМ)
- этап высшего спортивного мастерства (далее ВСМ)
- Контрольно-переводные испытания являются обязательными для всех обучающихся ГАУ ДО НСО «СШ по хоккею «Сибирь».

Применяемые средства для решения задач по спортивному отбору воспитанников в системе многолетней подготовки обучающихся ГАУ ДО НСО «СШ по хоккею «Сибирь»:

- спортивное тестирование;
- педагогическое наблюдение;
- медико-биологические критерии при зачислении, отчислении или переходе хоккеистов на всех этапах подготовки

2. Цели контрольно-приемных (переводных) испытаний.

Целью сдачи контрольно-приемных (переводных) нормативов (далее КПН) по общефизической (далее ОФП) и специальной спортивной подготовки (далее СФП) является измерение и оценка различных показателей обучающегося для оценки

эффективности учебно-тренировочного процесса и зачисления (перевода) его на следующий этап подготовки.

3. Порядок проведения контрольно-приемных (переводных) испытаний.

- 3.1. К контрольно-приемным (переводным) испытаниям допускаются все обучающиеся, прошедшие предыдущий этап спортивной подготовки и имеющие врачебный допуск на день сдачи КПН.
- 3.2. Обучающиеся, выезжающие на учебно-тренировочные и спортивные мероприятия, могут пройти итоговые испытания досрочно.
- 3.3. Оценка показателей ОФП и СФП проводится в соответствии с КПН по виду спорта «Хоккей».
- 3.4. КПН принимаются один раз в год по СФП, ОФП (май-август), результаты заносятся в протокол, обсуждаются на педагогическом совете и выносятся на утверждение педагогическим советом.
- 3.5. КПН принимаются комиссией, созданной в ГАУ ДО НСО «СШ по хоккею «Сибирь», приказом директора, в которую входит тренер-преподаватель, старший тренер-преподаватель, заместитель директора, инструктор-методист, медицинский работник и др.
- 3.6. По итогам контрольно-приемных (переводных) испытаний заполняется протокол сдачи тестов.
- 3.7. Перед проведением тестирования необходимо объяснить обучающимся его цель, методику выполнения, критерии оценки за отдельные задания, обоснование средней оценки за все тесты.
- 3.8. Перед тестированием должна быть проведена разминка.
- 3.9. Все измерения проводятся по единой методике. Могут проводиться как на учебно-тренировочных занятиях, так и в форме внеучебных мероприятий.
- 3.10. Форма проведения тестирования обучающихся ГАУ ДО НСО «СШ по хоккею «Сибирь» должна предусматривать их стремление показать наилучший результат.
- 3.11. В период проведения КПН приказом директора создается апелляционная комиссия для решения спорных вопросов при проведении контрольно-приемных (переводных) испытаний.

4. Порядок зачисления (перевода) обучающегося на следующий этап спортивной подготовки в ГАУ ДО НСО «СШ по хоккею «Сибирь»

- 4.1 Обучающийся зачисляется (переводится) на следующий этап спортивной подготовки при условии выполнения КПН по ОФП и СФП и положительной динамики индивидуальной игровой статистики, а также оценки и характеристики специальных спортивных навыков.
- 4.2 Зачисление (перевод) обучающегося досрочно на следующий этап спортивной подготовки может проводиться по решению педагогического совета на основании выполнения КПН по ОФП, СФП и показанных высоких спортивных результатах.
- 4.3 Обучающийся, успешно сдавший КПН и принимавший участие в официальных спортивных мероприятиях по виду спорта «хоккей», зачисляется (переводится) на следующий этап спортивной подготовки.
- 4.4. Если на одном из этапов спортивной подготовки, указанных в части 1, результаты прохождения спортивной подготовки не соответствуют требованиям, установленным настоящим положением в п 5-7, прохождение следующего этапа спортивной подготовки не допускается. Вне зависимости от результатов

прохождения любого этапа спортивной подготовки, указанного в пунктах 5-7 настоящего положения, обучающиеся вправе продолжить прохождение спортивной подготовки на спортивно-оздоровительном этапе при его наличии в Учреждении.

4.5. На основе результатов КПН и заполненных оценочных листов в каждой группе формируется общий рейтинг Обучающихся. Обучающиеся, находящиеся по сумме набранных баллов в допустимом в соответствии с требованиями к наполняемости групп числе, переходят на следующий год обучения или этап спортивной подготовки. В случае одинакового показателя баллов у нескольких обучающихся, предпочтительному зачислению (переводу) подлежит Обучающийся, набравший большее количество баллов по результатам оценки и характеристики специальных спортивных навыков обучающегося.

4.6. Требования к наполняемости групп определяются в соответствии с пунктом 8 Порядка приема на обучение по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта хоккей ГАУ ДО НСО «СШ по хоккею «Сибирь».

5. Нормативы общей физической и специальной подготовки для зачисления (перевода) в группы этапа начальной подготовки.

5.1 Показатели уровня подготовленности обучающихся в возрасте 8 лет (НП 1г.СП.)

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки НП-1, юноши

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив на 3 балла	Норматив на 4 балла	Норматив на 5 баллов
1.	Бег 20 м с высокого старта*	сек	4,5	4,4	4,2
2.	Прыжок в длину отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги*	см	135	145	150
3.	И.П. – упор лежа Сгибание и разгибание рук*	Количество раз	15	17	20
4.	Бег на коньках на 20 м**	сек	4,8	4,6	4,4
5.	Бег на коньках на 20 м спиной веред**	сек	6,8	6,6	6,4
6.	Бег на коньках слаломный без шайбы**	сек	13,5	13,3	13,0
7.	Бег на коньках слаломный с ведением шайбы**	сек	15,5	15,3	14,0
8.	Бег на коньках челночный 6х9 м**	сек	17,0	16,9	16,8
9.	Комбинированный тест*	сек	40	38	36

*Обязательное упражнение.

**Упражнения на выбор (выполнение не менее трёх).

Уровень спортивной квалификации испытуемого для зачисления (перевода) на этап НП-1 не устанавливается.

5.2 Показатели уровня подготовленности обучающихся в возрасте 9 лет (НП 1г.СП.)

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки НП-1, юноши

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив на 3 балла	Норматив на 4 балла	Норматив на 5 баллов
1.	Бег 20 м с высокого старта*	сек	4,3	4,2	4,0

2.	Прыжок в длину отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги*	см	150	155	160
3.	И.П. – упор лежа Сгибание и разгибание рук*	Количество раз	25	30	35
4.	Бег на коньках на 20 м**	сек	4,5	4,4	4,3
5.	Бег на коньках на 20 м спиной веред**	сек	5,6	5,5	5,3
6.	Бег на коньках слаломный без шайбы**	сек	11	10,8	10,4
7.	Бег на коньках слаломный с ведением шайбы**	сек	12,6	12,0	11,8
8.	Бег на коньках челночный 6х9 м**	сек	17,0	16,5	16,2
9.	Комбинированный тест*	сек	36	34	33

*Обязательное упражнение.

**Упражнения на выбор (выполнение не менее трёх).

Уровень спортивной квалификации испытуемого для зачисления (перевода) на этап НП-1 не устанавливается.

5.3 Показатели уровня подготовленности обучающихся в возрасте 10 лет (НП 2г СП.)

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления (перевода) в группы на этапе начальной подготовки НП-2, юноши

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив на 3 балла	Норматив на 4 балла	Норматив на 5 баллов
1.	Бег 20 м с высокого старта*	сек	4,1	4,0	3,9
2.	Прыжок в длину отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги*	см	160	168	175
3.	И.П. – упор лежа Сгибание и разгибание рук*	Количество раз	35	40	45
4.	Бег на коньках на 20 м**	сек	4,1	3,9	3,8
5.	Бег на коньках на 20 м спиной веред**	сек	5,4	5,2	4,9
6.	Бег на коньках слаломный без шайбы**	сек	11	10,8	10,4
7.	Бег на коньках слаломный с ведением шайбы**	сек	12,5	11,8	11,2
8.	Бег на коньках челночный 6х9 м**	сек	16,2	16,0	15,6
9.	Комбинированный тест*	сек	35	33	32

*Обязательное упражнение.

**Упражнения на выбор (выполнение не менее трёх).

Уровень спортивной квалификации испытуемого для зачисления (перевода) на этап НП-2 не устанавливается.

5.4 Показатели уровня подготовленности обучающихся в возрасте 11 лет (НП 3г.СП.)

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки НП-3, юноши

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив на 3 балла	Норматив на 4 балла	Норматив на 5 баллов
-------	------------	-------------------	---------------------	---------------------	----------------------

1.	Бег 20 м с высокого старта*	сек	4,1	3,8	3,6
2.	Прыжок в длину отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги*	см	170	175	180
3.	И.П. – упор лежа Сгибание и разгибание рук*	Количество раз	35	40	45
4.	Бег на коньках на 20 м**	сек	4,1	3,9	3,8
5.	Бег на коньках на 20 м спиной веред**	сек	5,2	5,0	4,9
6.	Бег на коньках слаломный без шайбы**	сек	10,8	10,6	10,2
7.	Бег на коньках слаломный с ведением шайбы**	сек	12,0	11,5	11,0
8.	Бег на коньках челночный 6х9 м**	сек	16,0	15,9	15,5
9.	Комбинированный тест*	сек	34	33	32

*Обязательное упражнение.

**Упражнения на выбор (выполнение не менее трёх).

Уровень спортивной квалификации испытуемого для зачисления (перевода) на этап НП-3 не устанавливается.

Примечание. Подсчитывается средний балл за все выполненные упражнения. Минимальный средний балл для зачисления на этап начальной подготовки – 3 балла. В случае набора кандидатами для зачисления в группы НП-1, НП-2, НП-3 равного количества баллов, при ограниченном количестве вакантных мест, решение о зачислении будет принято приемной комиссией.

Описание тестов

Тест 1 «Бег 20 м с высокого старта». Определяет развитие скоростных качеств. Два испытуемых в высокой стойке становятся к линии старта, не наступая на нее. По сигналу оба бегут вперед и на полной скорости пересекают линию финиша. Выполняются две попытки. Учитывается лучшая.

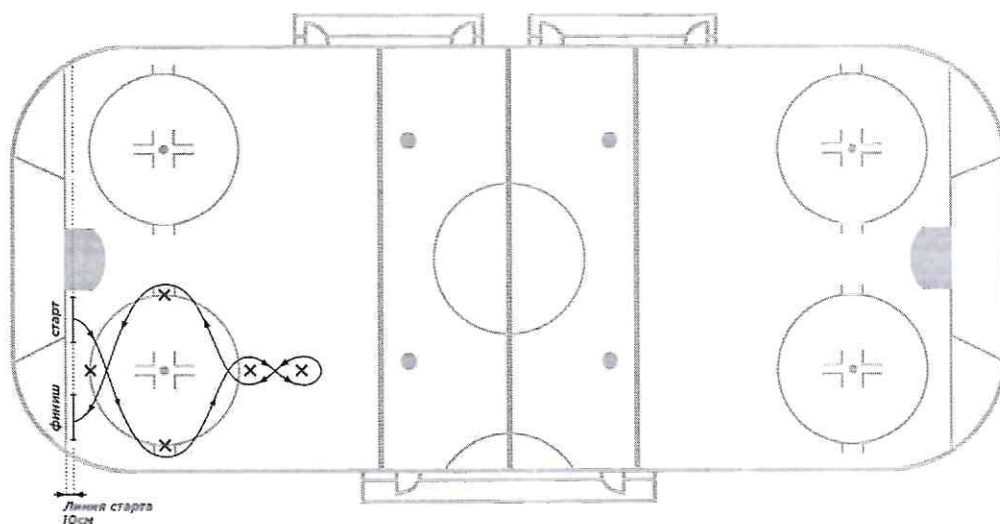
Тест 2 «Прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги». Определяет развитие скоростно-силовых качеств мышц нижних конечностей. Испытуемый в высокой стойке становится к линии старта, не наступая на нее, поставив ноги на ширину 15-20 см, несколько раз слегка сгибая ноги, делает махи руками вперед-назад, затем, выполняя мах руками вперед-вверх, совершает прыжок толчком двух ног вперед как можно дальше, приземляясь на обе ноги. Выполняются две попытки. Учитывается лучшая. Измеряется расстояние от дальнего края стартовой линии до ближайшего места, где спортсмен коснулся пола

Тест 3 «И.П. - упор лежа. Сгибание и разгибание рук». Определяет силовые качества мышц верхнего плечевого пояса и рук. Испытуемый принимает положение упор лежа. Руки и тело выпрямлены. Из исходного положения согнуть руки (до 90 градусов), грудью слегка коснуться пола, затем руки снова полностью выпрямить (и. п.- сгибание –разгибание - и. п.). Упражнение останавливается, когда испытуемый начинает выполнять задание с погрешностями (неполное выпрямление рук и сгибание рук, выполнение упражнения с согнутой спиной).

Тест 4 «Бег на коньках 20 м». Определяет уровень развития специальных скоростных качеств и техники катания лицом вперед. Два испытуемых в высокой стойке становятся к линии старта так, чтобы коньки и клюшка находились за ней. По сигналу оба катятся вперед и на полной скорости пересекают линию финиша. Выполняются две попытки. Учитывается лучшая.

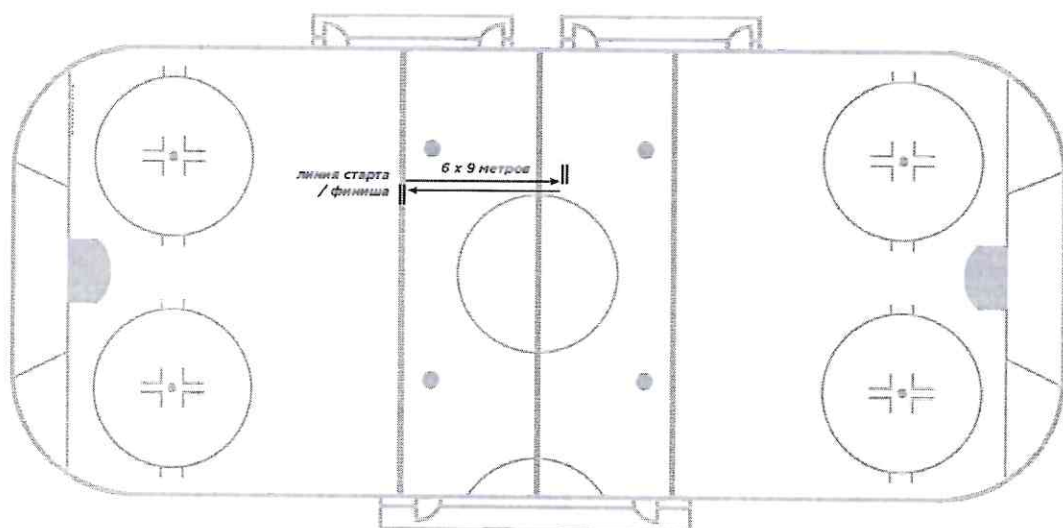
Тест 5 «Бег на коньках спиной вперед 20 м». Определяет уровень координационных способностей, специальных скоростных качеств и техники бега на коньках спиной вперед. Два испытуемых в высокой стойке становятся к линии старта спиной вперед так, чтобы коньки и клюшка находились за ней. По сигналу оба катятся спиной вперед и на полной скорости пересекают линию финиша. Выполняются две попытки. Учитывается лучшая.

Тест 6 «Бег на коньках слаломный без шайбы». Определяет уровень развития координационных способностей, техники маневренного катания. Испытуемый в высокой стойке становится к линии старта (расположена на расстоянии 10 см от линии ворот по направлению к кругу вбрасывания) так, чтобы коньки и клюшка находились за ней. По сигналу испытуемый стартует и обегает 5 стоек. Четыре стойки расположены по периметру круга вбрасывания и одна стойка на расстоянии 17 м 36 см от линии старта, напротив верхней стойки, расположенной на круге вбрасывания. Таким образом, три стойки находятся на осевой линии, проходящей через точку вбрасывания и по 1-й стойки справа и слева перпендикулярно осевой линии. Прежде чем дать старт, надо убедиться, что испытуемому известен маршрут, по которому он должен пройти. Выполняются две попытки. Учитывается лучшая.



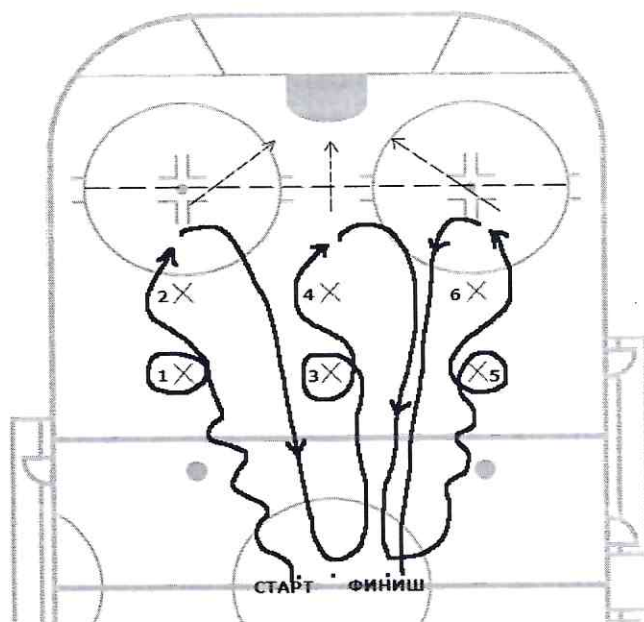
Тест 7 «Бег на коньках слаломный с ведением шайбы». Определяет уровень развития координационных способностей, техники маневренного катания и техники владения клюшкой и шайбой. Тест выполняется так же, как и предыдущий, но с ведением шайбы. Выполняются две попытки. Учитывается лучшая. Для оценки техники владения клюшкой рекомендуется принимать во внимание разницу между выполнением упражнения с шайбой и без шайбы.

Тест 8 «Бег на коньках челночный 6х9 м». Определяет уровень специальных скоростно-силовых качеств и техники передвижения на коньках и торможений. Испытуемый в высокой стойке становится к линии старта так, чтобы коньки и клюшка находились за ней. По сигналу испытуемый катится вперед до отметки 9 м, где выполняет резкое торможение, и должен преодолеть девятиметровый отрезок шесть раз. Торможения выполняются поочередно правым и левым боком. Результат теста не засчитывается, если испытуемый прежде, чем двигаться в обратную сторону, не коснется коньком линии старта или противоположной линии и тормозит только одним боком.



Тест 9. По свистку испытуемый подбирает 1 шайбу и начинает движение к стойке №1, обкатывает ее с правой стороны вокруг и продолжает движение к стойке №2, обкатывает ее с левой стороны и выполняет бросок по воротам верхом в любой угол (бросок выполняется до точки вбрасывания), не прекращая движение испытуемый возвращается в центральный круг подбирая вторую шайбу и выполняет движение к стойке №3, обкатывает ее с правой стороны вокруг далее двигаясь к стойке №4, обкатывает ее с левой стороны, выполняет бросок низом в любой угол не прекращая движения возвращается в центральный круг, подбирает третью шайбу продолжает движение к стойке №5 обкатывает ее с левой стороны вокруг, далее двигаясь к стойке №6 обкатывает ее с правой стороны и выполняет бросок по воротам верхом в любой угол (бросок выполняется до точки вбрасывания), не прекращая движения испытуемый возвращается к линии финиша. Всё упражнение выполняется на время, секундомер включается во время старта и останавливается по прибытию испытуемого на финиш.

Примечание: за неправильное обкат стойки или не обкат ее, начисляется 2 штрафные секунды к общему времени, за непопадание в ворота начисляется 2 штрафные секунды к общему времени, за правильное выполнение броска вычитается 4 секунды от общего времени.



6. Нормативы общей физической и специальной подготовки для зачисления (перевода) в группы учебно-тренировочного этапа (этап спортивной специализации).

6.1 Показатели уровня подготовленности обучающихся в возрасте 12 лет (УТГ 1г.СП.)

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления (перевода) в группы на учебно-тренировочном этапе УТ-1, юноши

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив на 3 балла	Норматив на 4 балла	Норматив на 5 баллов
1.	Бег 30 м с высокого старта*	с	5,4	5,3	5,1
2.	Прыжок в длину отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги*	см	170	175	180
3.	И.П. – вис хватом сверху на высокой перекладине. Сгибание и разгибание рук*	Количество раз	6	7	8
4.	Бег 1 км с высокого старта*	Мин, сек	4,5	4,4	4,2
5.	Бег на коньках на 30 м*	сек	5,4	5,2	5,0
6.	Бег на коньках челночный 6х9 м**	сек	15,5	15	14,5
7.	Бег на коньках на 30 м спиной веред**	сек	6,6	6,4	6,2
8.	Бег на коньках слаломный без шайбы**	сек	10,5	10,2	9,8
9.	Бег на коньках слаломный с ведением шайбы**	сек	11,2	10,9	10,1
10.	Бег на коньках челночный в стойке вратаря**	сек	41,8	41,3	41,1

11.	Бег на коньках по малой восьмерке лицом и спиной вперёд в стойке вратаря**	сек	41,5	41,0	40,0
12.	Комбинированный тест**	сек	34	33	32

*Упражнение на выбор (выполнить не менее трёх).

**Обязательное упражнение для игроков (защитник, нападающий).

** Обязательное упражнение для вратарей.

Уровень спортивной квалификации испытуемого для зачисления (перевода) на этап УТ-1. не устанавливается.

6.2. Показатели уровня подготовленности обучающихся в возрасте 13 лет (УТГ 2г СП.)

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления (перевода) в группы на учебно-тренировочном этапе УТ-2, юноши

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив на 3 балла	Норматив на 4 балла	Норматив на 5 баллов
1.	Бег 30 м с высокого старта*	сек	5,3	5,1	4,8
2.	Прыжок в длину отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги*	см	180	185	190
3.	И.П. – вис хватом сверху на высокой перекладине. Сгибание и разгибание рук*	Количество раз	7	8	9
4.	Бег 1 км с высокого старта*	Мин, сек	4,5	4,3	4,1
5.	Бег на коньках на 30 м*	сек	5,2	4,9	4,7
6.	Бег на коньках челночный 6х9 м**	сек	15,1	14,6	14,2
7.	Бег на коньках на 30 м спиной веред**	сек	6,4	6,1	5,9
8.	Бег на коньках слаломный без шайбы**	сек	10,0	9,8	9,6
9.	Бег на коньках слаломный с ведением шайбы**	сек	11,0	10,8	9,9
10.	Бег на коньках челночный в стойке вратаря**	сек	38,0	36,0	35,0
11.	Бег на коньках по малой восьмерке лицом и спиной вперёд в стойке вратаря**	сек	42,0	41,0	40,0
12.	Комбинированный тест**	сек	33	32	31

*Упражнение на выбор (выполнить не менее трёх).

**Обязательное упражнение для игроков (защитник, нападающий).

** Обязательное упражнение для вратарей.

Уровень спортивной квалификации испытуемого для зачисления (перевода) на этап УТ-2. не устанавливается.

6.3 Показатели уровня подготовленности обучающихся в возрасте 14 лет (УТГ 3г.СП.)

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления (перевода) в группы на тренировочном этапе УТ-3, юноши

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив на 3 балла	Норматив на 4 балла	Норматив на 5 баллов
-------	------------	-------------------	---------------------	---------------------	----------------------

1.	Бег 30 м с высокого старта*	сек	5,1	4,9	4,7
2.	Прыжок в длину отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги*	см	185	200	210
3.	И.П. – вис хватом сверху на высокой перекладине. Сгибание и разгибание рук*	Количество раз	8	9	10
4.	Бег 1 км с высокого старта*	Мин, сек	4,4	4,2	4,0
5.	Бег на коньках на 30 м*	сек	4,9	4,7	4,5
6.	Бег на коньках челночный 6х9 м**	сек	14,6	14,0	13,5
7.	Бег на коньках на 30 м спиной веред**	сек	6,0	5,7	5,5
8.	Бег на коньках слаломный без шайбы**	сек	9,5	9,2	9,0
9.	Бег на коньках слаломный с ведением шайбы**	сек	10,0	9,8	9,4
10.	Бег на коньках челночный в стойке вратаря**	сек	37,0	36,0	35,0
11.	Бег на коньках по малой восьмерке лицом и спиной вперёд в стойке вратаря**	сек	37,5	37,0	36,0
12.	Комбинированный тест**	сек	32	31	30

*Упражнение на выбор (выполнить не менее трёх).

**Обязательное упражнение для игроков (защитник, нападающий).

** Обязательное упражнение для вратарей.

Уровень спортивной квалификации испытуемого для зачисления (перевода) на этап УТ-3 от третьего юношеского разряда.

6.4 Показатели уровня подготовленности обучающихся в возрасте 15 лет (УТГ-4г.СП.)

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления (перевода) в группы на учебно-тренировочном этапе УТ-4, юноши

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив на 3 балла	Норматив на 4 балла	Норматив на 5 баллов
1.	Бег 30 м с высокого старта*	с	4,9	4,7	4,6
2.	Прыжок в длину отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги*	см	210	220	230
3.	И.П. – вис хватом сверху на высокой перекладине. Сгибание и разгибание рук*	Количество раз	9	10	11
4.	Бег 1 км с высокого старта*	Мин, сек	4,2	4,1	3,9
5.	Бег на коньках на 30 м*	сек	4,8	4,6	4,4
6.	Бег на коньках челночный 6х9 м**	сек	14,0	13,3	13,1
7.	Бег на коньках на 30 м спиной веред**	сек	5,8	5,5	5,3
8.	Бег на коньках слаломный без шайбы**	сек	9,2	9,0	8,7
9.	Бег на коньках слаломный с ведением шайбы**	сек	9,8	9,6	9,2
10.	Бег на коньках челночный в стойке вратаря**	сек	36,0	35,0	34,0
11.	Бег на коньках по малой восьмерке лицом и спиной вперёд в стойке вратаря**	сек	37,0	36,0	35,0
12.	Комбинированный тест**	сек	30	29	27

*Упражнение на выбор (выполнить не менее трёх).

**Обязательное упражнение для игроков (защитник, нападающий).

** Обязательное упражнение для вратарей.

Уровень спортивной квалификации испытуемого для зачисления (перевода) на этап УТ-4 от третьего юношеского разряда.

6.5 Показатели уровня подготовленности обучающихся в возрасте 16 лет (УТГ-5г.СП)

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления (перевода) в группы на учебно-тренировочном этапе УТ-5, юноши

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив на 3 балла	Норматив на 4 балла	Норматив на 5 баллов
1.	Бег 30 м с высокого старта*	сек	4,6	4,5	4,4
2.	Прыжок в длину отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги*	см	230	240	250
3.	И.П. – вис хватом сверху на высокой перекладине. Сгибание и разгибание рук*	Количество раз	11	12	13
4.	Бег 1 км с высокого старта*	Мин, сек	3,5	3,4	3,3
5.	Бег на коньках на 30 м*	сек	4,5	4,4	4,3
6.	Бег на коньках челночный 6х9 м**	сек	13,0	12,9	12,5
7.	Бег на коньках на 30 м спиной веред**	сек	5,4	5,3	5,2
8.	Бег на коньках слаломный без шайбы**	сек	9,2	8,8	8,5
9.	Бег на коньках слаломный с ведением шайбы**	сек	9,6	9,2	8,9
10.	Бег на коньках челночный в стойке вратаря**	сек	32,0	31,0	30,0
11.	Бег на коньках по малой восьмерке лицом и спиной вперёд в стойке вратаря**	сек	32,0	31,0	30,0
12.	Комбинированный тест**	сек	29	28	26

*Упражнение на выбор (выполнить не менее трёх).

**Обязательное упражнение для игроков (защитник, нападающий).

** Обязательное упражнение для вратарей.

Уровень спортивной квалификации испытуемого для зачисления (перевода) на этап УТ-5 от третьего юношеского разряда.

Примечание. Подсчитывается средний балл за все выполненные упражнения. Минимальный средний балл для зачисления на учебно-тренировочный этап подготовки – 3 балла. В случае набора кандидатами для зачисления в группы УТ-1, УТ-2, УТ-3, УТ-4, УТ-5 равного количества баллов, при ограниченном количестве вакантных мест, решение о зачислении будет принято приемной комиссией.

Описание тестов

Тест 1 «Бег 30 м с высокого старта». Определяет уровень развития скоростных качеств. Два испытуемых в высокой стойке становятся к линии старта, не наступая на нее. По сигналу оба бегут вперед и на полной скорости пересекают линию финиша. Выполняются две попытки. Учитывается лучшая.

Тест 2 «Прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги». Определяет уровень развития скоростно-силовых качеств мышц нижних конечностей. Испытуемый в высокой стойке становится к линии старта, не наступая на нее, поставив ноги на ширину 15-20 см, несколько раз слегка сгибая ноги, делает махи руками вперед-назад, затем, выполняя мах руками вперед-вверх, совершает прыжок толчком двух ног вперед как можно дальше, приземляясь на обе ноги. Выполняются две попытки. Учитывается лучшая. Измеряется расстояние от дальнего края стартовой линии до ближайшего места, где испытуемый коснулся пола.

Тест 3 «И.П. - вис хватом сверху на высокой перекладине». Сгибание и разгибание рук. Определяет уровень развития силовых качеств мышц плечевого пояса и рук. Из исходного положения вис на перекладине хватом кистями рук сверху, ноги вместе, руки полностью выпрямлены, испытуемый выполняет сгибание рук (за счет силы, не рывком) и возвращается в исходное положение. При сгибании рук подбородок должен быть выше перекладины, а ноги прямые и вместе.

Тест 4 «Бег 1 км с высокого старта». Определяет уровень развития выносливости. Несколько испытуемых в высокой стойке становятся к линии старта, не наступая на нее. По сигналу все бегут и на полной скорости пересекают линию финиша. Тест следует проводить на беговой дорожке стадиона (400 м). Надо удостовериться, что испытуемые раньше на тренировке пробегали эту дистанцию и напомнить испытуемым, что не следует стартовать слишком быстро, а пробегать дистанцию следует по возможности с равномерной скоростью. По пересечении линии финиша сообщить результат (испытуемый должен его запомнить).

Тест 5 «Бег на коньках 30 м». Определяет уровень развития специальных скоростных качеств и техники катания лицом вперед. Два испытуемых в высокой стойке становятся к линии старта так, чтобы коньки и клюшка находились за ней. По сигналу оба катятся вперед и на полной скорости пересекают линию финиша. Выполняются две попытки. Учитывается лучшая.

Тест 6 «Бег на коньках челночный 6х9 м». Определяет уровень развития специальных скоростно-силовых качеств и техники передвижения на коньках и торможений. Испытуемый в высокой стойке становится к линии старта так, чтобы коньки и клюшка находились за ней. По сигналу испытуемый катится вперед до отметки 9 м, где выполняет резкое торможение, и должен преодолеть девятиметровый отрезок шесть раз. Торможения выполняются поочередно правым и левым боком. Результат теста не засчитывается, если испытуемый, прежде чем двигаться в обратную сторону, не коснется коньком линии старта или противоположной линии и тормозит только одним боком.

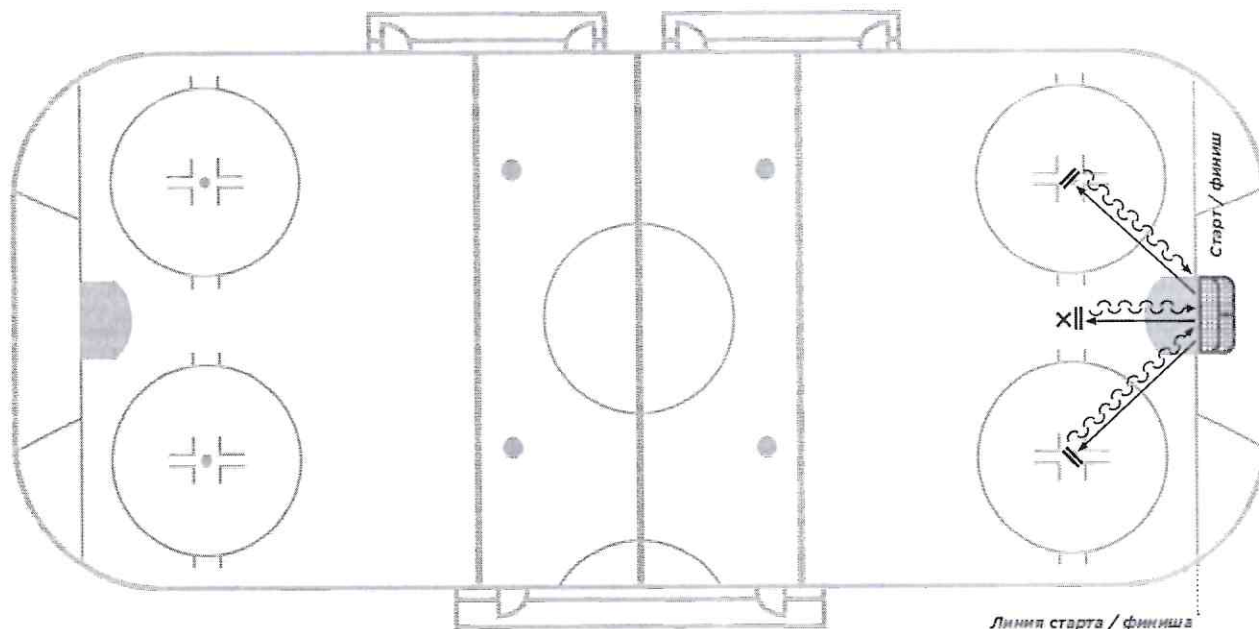
Тест 7 «Бег на коньках спиной вперед 30 м». Определяет уровень развития координационных способностей, специальных скоростных качеств и техники бега на коньках спиной вперед. Два испытуемых в высокой стойке становятся к линии старта спиной вперед так, чтобы коньки и клюшка находились за ней. По сигналу

оба катятся спиной вперед и на полной скорости пересекают линию финиша. Выполняются две попытки. Учитывается лучшая.

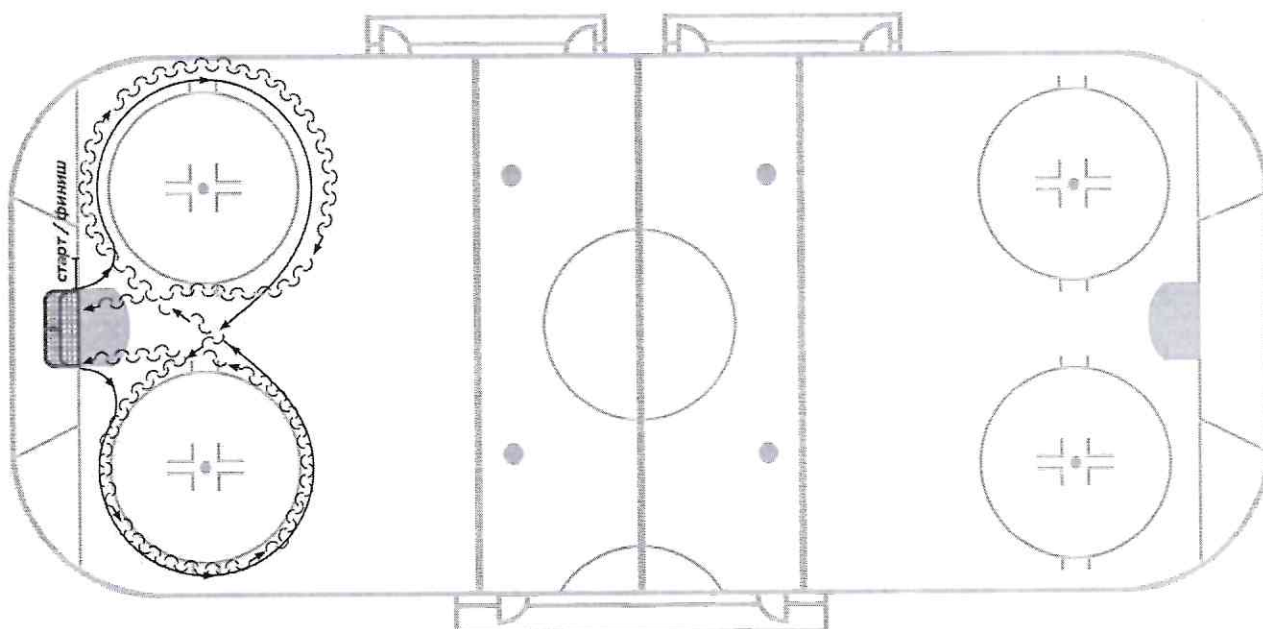
Тест 8 «Бег на коньках слаломный без шайбы». Определяет уровень координационных способностей, техники маневренного катания. Испытуемый в высокой стойке становится к линии старта (расположена на расстоянии 10 см от линии ворот по направлению к кругу вбрасывания) так, чтобы коньки и клюшка находились за ней. По сигналу испытуемый стартует и обегает 5 стоек. Четыре стойки расположены по периметру круга вбрасывания и одна стойка на расстоянии 17 м 36 см от линии старта, напротив верхней стойки, расположенной на круге вбрасывания. Таким образом, три стойки находятся на осевой линии, проходящей через точку вбрасывания и по 1-й стойки справа и слева перпендикулярно осевой линии. Прежде чем дать старт, надо убедиться, что испытуемому известен маршрут, по которому он должен пройти. Выполняются две попытки. Учитывается лучшая.

Тест 9 «Бег на коньках слаломный с ведением шайбы». Определяет уровень координационных способностей, техники маневренного катания и техники владения клюшкой. Тест выполняется так же, как и предыдущий, но с ведением шайбы. Выполняются две попытки. Учитывается лучшая. Для оценки техники владения клюшкой рекомендуется принимать во внимание разницу между выполнением упражнения с шайбой и без шайбы.

Тест 10 «Бег на коньках челночный в стойке вратаря». Определяет уровень специальной выносливости и техники передвижения на коньках. Испытуемый в стойке вратаря становится к левой штанге ворот. По сигналу испытуемый стартует лицом вперед до точки круга конечного вбрасывания слева, выполняет торможение, касаясь ее клюшкой. Далее обратно двигается спиной вперед до ворот, выполняет торможение, касаясь их любой частью тела. Затем лицом вперед достигает следующей отметки, которая размещена на равноудаленном расстоянии на одной прямой параллельной линии ворот между двумя точками конечного вбрасывания. Касается клюшкой отметки, и спиной вперед двигается к воротам. Далее выполняет торможение, касаясь их любой частью тела. Затем лицом вперед двигается до точки круга конечного вбрасывания справа, выполняет торможение, касаясь ее клюшкой, и двигается обратно к воротам, и также касаясь их. Далее выполняет тоже в обратном порядке: точка конечного вбрасывания справа – центральная отметка по центру – точка конечного вбрасывания слева. Финиширует, двигаясь к воротам спиной вперед от точки конечного круга вбрасывания слева.



Тест 11 «Бег на коньках по малой восьмерке лицом и спиной вперед в стойке вратаря». Определяет уровень координационных способностей и техники маневренного катания. Испытуемый в стойке вратаря становится к левой штанге ворот. По сигналу испытуемый стартует лицом вперед и объезжает слева круг конечного вбрасывания так, чтобы коньки находились за ним. Далее, достигнув места между усами круга конечного вбрасывания (дальних от бокового борта), делает переход в положение спиной вперед, объезжая по ходу движения другой круг конечного вбрасывания и двигается до правой штанги ворот. Затем, коснувшись штанги любой частью тела, начинает объезжать круги конечного вбрасывания в обратную сторону в той же последовательности. Завершается тест финишируя спиной вперед касанием ворот любой частью тела.



Тест 12. По свистку испытуемый подбирает 1 шайбу и начинает движение к стойке №1, обкатывает ее с правой стороны вокруг и продолжает движение к стойке №2, обкатывает ее с левой стороны и выполняет бросок по воротам верхом в любой угол (бросок выполняется до точки вбрасывания), не прекращая движение испытуемый возвращается в центральный круг подбирая вторую шайбу и выполняет движение к стойке №3, обкатывает ее с правой стороны вокруг далее двигаясь к стойке №4, обкатывает ее с левой стороны, выполняет бросок низом в любой угол не прекращая движения возвращается в центральный круг, подбирает третью шайбу продолжает движение к стойке №5 обкатывает ее с левой стороны вокруг, далее двигаясь к стойке №6 обкатывает ее с правой стороны и выполняет бросок по воротам верхом в любой угол (бросок выполняется до точки вбрасывания), не прекращая движения испытуемый возвращается к линии финиша. Всё упражнение выполняется на время, секундомер включается во время старта и останавливается по прибытию испытуемого на финиш.

Примечание: за неправильное обкат стойки или не обкат ее, начисляется 2 штрафные секунды к общему времени, за непопадание в ворота начисляется 2 штрафные секунды к общему времени, за правильное выполнение броска вычитается 4 секунды от общего времени.

7. Нормативы общей физической и специальной подготовки для зачисления (перевода) в группы этапа совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства.

7.1 Показатели уровня подготовленности обучающихся в возрасте 17-18 лет (ГССМ)

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления (перевода) в группу на этапе совершенствования спортивного мастерства ССМ, юноши

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив на 3 балла	Норматив на 4 балла	Норматив на 5 баллов
1.	Бег 30 м с высокого старта*	сек	4,5	4,4	4,3
2.	Пятерной прыжок в длину отталкиванием двумя ногами и махом обеих рук, с дальнейшим поочередным отталкиванием каждой из ног*	м, см	11,70	12,50	13,20
3.	И.П. – вис хватом сверху на высокой перекладине. Сгибание и разгибание рук*	Количество раз	12	13	14
4.	И.П. – ноги на ширине плеч. Сгибание ног в положение полуприсед, разгибание И.П. со штангой. Вес штанги равен весу тела*	Количество раз	7	8	9
5.	Бег 400 м с высокого старта*	Мин, сек	1,05	1,03	1,00
6.	Бег 3 км с высокого старта*	Мин,сек	13	12,45	12,30
7.	Бег на коньках на 30 м**	сек	4,6	4,5	4,4

8.	Бег на коньках по малой восьмерке лицом и спиной вперёд**	сек	25	23	21
9.	Бег на коньках челночный 5х54 м**	сек	48	46	44
10.	Бег на коньках челночный в стойке вратаря**	сек	32,0	31,0	30,0
11.	Бег на коньках по малой восьмерке лицом и спиной вперёд в стойке вратаря **	сек	32,0	31,0	30,0
12.	Комбинированный тест**	сек	28	26	25

* Упражнение на выбор (выполнить не менее четырех).

** Обязательное упражнение для игроков (защитник, нападающий).

** Обязательное упражнение для вратарей.

Уровень спортивной квалификации испытуемого для зачисления (перевода) на этап ССМ не ниже II спортивного разряда.

7.2 Показатели уровня подготовленности обучающихся в возрасте 17-18 лет (ВСМ)

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления (перевода) в группу на этап высшего спортивного мастерства ВСМ, юноши

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив на 3 балла	Норматив на 4 балла	Норматив на 5 баллов
1.	Бег 30 м с высокого старта*	сек	4,2	4,1	4,0
2.	Пятерной прыжок в длину отталкиванием двумя ногами и махом обеих рук, с дальнейшим поочередным отталкиванием каждой из ног*	м, см	12	12,60	13,50
3.	И.П. – вис хватом сверху на высокой перекладине. Сгибание и разгибание рук*	Количество раз	14	15	16
4.	И.П. – ноги на ширине плеч. Сгибание ног в положение полуприсед, разгибание И.П. со штангой. Вес штанги равен весу тела*	Количество раз	20	22	25
5.	Бег 400 м с высокого старта*	Мин, сек	1,03	1,00	0,98
6.	Бег 3 км с высокого старта*	Мин, сек	12,3	12,1	12,0
7.	Бег на коньках на 30 м**	сек	4,3	4,2	4,1
8.	Бег на коньках по малой восьмерке лицом и спиной вперёд**	сек	22	21	20
9.	Бег на коньках челночный 5х54 м**	сек	45	44	43
10.	Бег на коньках челночный в стойке вратаря**	сек	32,0	31,0	30,0
11.	Бег на коньках по малой восьмерке лицом и спиной вперёд в стойке вратаря **	сек	32,0	31,0	30,0
12.	Комбинированный тест**	сек	27	25	24

* Упражнение на выбор (выполнить не менее четырех).

** Обязательное упражнение для игроков (защитник, нападающий).

** Обязательное упражнение для вратарей.

Уровень спортивной квалификации испытуемого для зачисления (перевода) на этап ВСМ не ниже I спортивного разряда.

Примечание. Подсчитывается средний балл за все выполненные упражнения. Минимальный средний балл для зачисления(перевода) на этап

совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства – 3 балла. В случае набора кандидатами для зачисления в группы ССМ и ВСМ равного количества баллов, при ограниченном количестве вакантных мест, решение о зачислении будет принято приемной комиссией.

Описание тестов

Тест 1 «Бег 30 м с высокого старта». Определяет уровень скоростных качеств. Два испытуемых в высокой стойке становятся к линии старта, не наступая на нее. По сигналу оба бегут вперед и на полной скорости пересекают линию финиша. Выполняются две попытки. Учитывается лучшая.

Тест 2 «Пятерной прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами и махом обеих рук, с дальнейшим поочередным отталкиванием каждой из ног». Определяет уровень скоростно-силовых качеств мышц нижних конечностей. Испытуемый в высокой стойке становится к линии старта, не наступая на нее, поставив ноги на ширину 15-20 см, несколько раз слегка сгибая ноги, делает махи руками вперед-назад, затем, выполняя мах руками вперед-вверх, совершает первый прыжок толчком двух ног с последующим приземлением на одну ногу. Последующие прыжки выполняются толчком одной ноги, после пятого толчка испытуемый приземляется на обе ноги. Выполняются две попытки. Учитывается лучшая. Измеряется расстояние от дальнего края стартовой линии до ближайшего места, где испытуемый коснулся пола.

Тест 3 «И.П. - вис хватом сверху на высокой перекладине». Сгибание и разгибание рук. Определяет уровень силовых качеств мышц плечевого пояса и рук. Из исходного положения вис на перекладине хватом кистями рук сверху, ноги вместе, руки полностью выпрямлены, испытуемый выполняет сгибание рук (за счет силы, не рывком) и возвращается в исходное положение. При сгибании рук подбородок должен быть выше перекладины, а ноги прямые и вместе.

Тест 4 «И.П. - ноги на ширине плеч. Сгибание ног в положение полу присед, разгибание в И.П. со штангой. Вес штанги равен весу тела». Определяет уровень силовых качеств мышц нижних конечностей. Приседания выполняются со штангой весом собственной массы тела. Из исходного положения стоя, ноги прямые, выполняется полу присед с последующим выпрямлением ног.

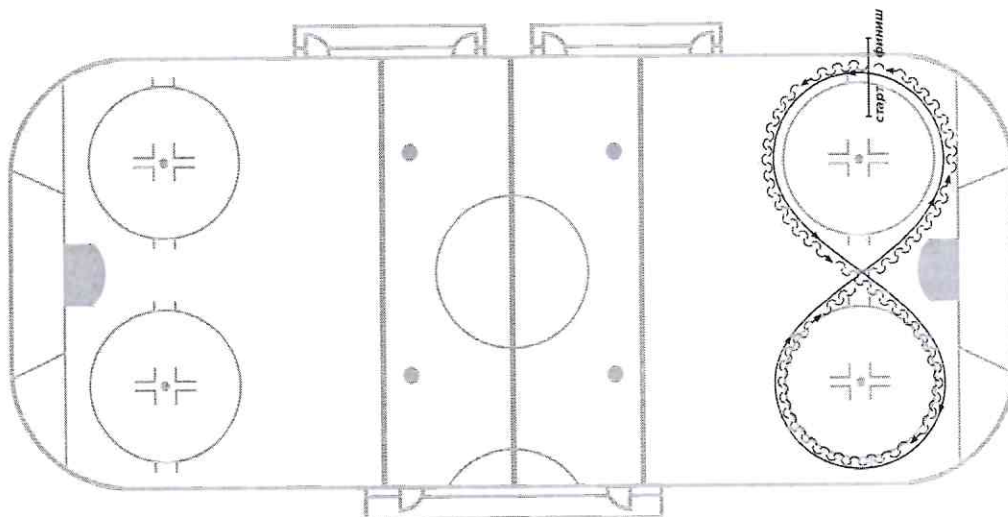
Тест 5 «Бег 400 м с высокого старта». Определяет уровень скоростной выносливости. Два испытуемых в высокой стойке становятся к линии старта, не наступая на нее. По сигналу оба бегут и на полной скорости пересекают линию финиша. Тест следует проводить на беговой дорожке стадиона (400 м).

Тест 6 «Бег 3 км с высокого старта». Определяет уровень общей выносливости. Несколько испытуемых в высокой стойке становятся к линии старта, не наступая на нее. По сигналу все бегут и на полной скорости пересекают линию финиша. Тест следует проводить на беговой дорожке стадиона (400 м). Надо удостовериться, что испытуемые раньше на тренировке пробегали эту дистанцию и напомнить

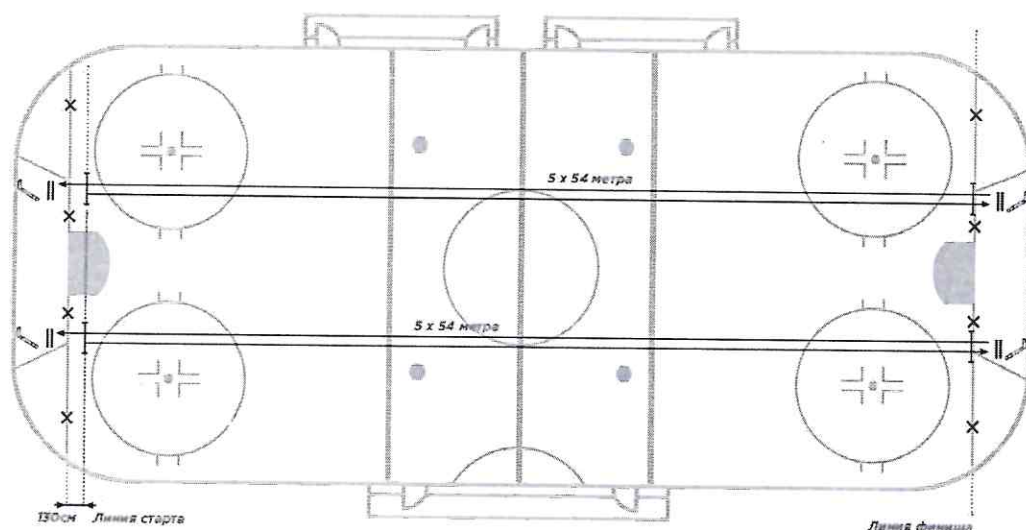
испытуемым, что не следует стартовать слишком быстро, а пробегать дистанцию следует по возможности с равномерной скоростью. Во времени проведения теста постоянно сообщать испытуемым, сколько кругов или метров осталось пройти, а по пересечении линии финиша сообщить результат (испытуемый должен его запомнить).

Тест 7 «Бег на коньках 30 м». Определяет уровень специальных скоростных качеств и техники катания лицом вперед. Два испытуемых в высокой стойке становятся к линии старта так, чтобы коньки и клюшка находились за ней. По сигналу оба катятся вперед и на полной скорости пересекают линию финиша. Выполняются две попытки. Учитывается лучшая.

Тест 8 «Бег на коньках по малой восьмерке лицом и спиной вперед». Определяет уровень координационных способностей и техники маневренного катания. Испытуемый в высокой стойке становится к усу окружности точки конечного вбрасывания (ближний к линии ворот и борту) так, чтобы коньки и клюшка находились за ней. По сигналу испытуемый стартует и осуществляет бег по «малой восьмерке» (вокруг кругов конечного вбрасывания) лицом вперед. Затем на стартовой отметке делает поворот на 180 градусов и проходит ту же дистанцию спиной вперед, финишируя на линии старта. Выполняются две попытки. Учитывается лучшая.



Тест 9 «Бег на коньках челночный 5х54 м». Определяет уровень специальной скоростной выносливости. На линиях ворот устанавливаются по 2 стойки (с одной и другой стороны от ворот) на расстоянии 2, 5 м образуя как бы два «коридора». Два испытуемых в высокой стойке становятся к линии старта (расположена в 130 см от линии ворот по направлению к точкам вбрасывания) так, чтобы коньки и клюшка находились за ней. По сигналу испытуемые катятся вперед до противоположной линии ворот, где выполняет разворот (торможение), делают касание крюком клюшки лицевого борта и катятся в обратном направлении. Финиш после прохождения 5-ти отрезков в момент пересечения линии ворот.



Тест 10 «Бег на коньках челночный в стойке вратаря». Определяет уровень специальной выносливости и техники передвижения на коньках. Испытуемый в стойке вратаря становится к левой штанге ворот. По сигналу испытуемый стартует лицом вперед до точки круга конечного вбрасывания слева, выполняет торможение, касаясь ее клюшкой. Далее обратно двигается спиной вперед до ворот, выполняет торможение, касаясь их любой частью тела. Затем лицом вперед достигает следующей отметки, которая размещена на равноудаленном расстоянии на одной прямой параллельной линии ворот между двумя точками конечного вбрасывания. Касается клюшкой отметки, и спиной вперед двигается к воротам. Далее выполняет торможение, касаясь их любой частью тела. Затем лицом вперед двигается до точки круга конечного вбрасывания справа, выполняет торможение, касаясь ее клюшкой, и двигается обратно к воротам, и также касаясь их. Далее выполняет тоже в обратном порядке: точка конечного вбрасывания справа - центральная отметка по центру - точка конечного вбрасывания слева. Финиширует, двигаясь к воротам спиной вперед от точки конечного круга вбрасывания слева. Выполняются две попытки. Учитывается лучшая.

Тест 11 «Бег на коньках по малой восьмерке лицом и спиной вперед в стойке вратаря». Определяет уровень координационных способностей и техники маневренного катания. Испытуемый в стойке вратаря становится к левой штанге ворот. По сигналу испытуемый стартует лицом вперед и обьезжает слева круг конечного вбрасывания так, чтобы коньки и клюшка находились за ним. Далее, достигнув места между усами круга конечного вбрасывания (дальних от бокового борта), делает переход в положение спиной вперед, обьезжая по ходу движения другой круг конечного вбрасывания и двигается до правой штанги ворот. Затем, коснувшись штанги любой частью тела, начинает обьезжать круги конечного вбрасывания в обратную сторону в той же последовательности. Завершается тест финишируя спиной вперед касанием ворот любой частью тела. Выполняются две попытки. Учитывается лучшая.

Тест 13. По свистку испытуемый подбирает 1 шайбу и начинает движение к стойке №1, обкатывает ее с правой стороны вокруг и продолжает движение к стойке

№2, обкатывает ее с левой стороны и выполняет бросок по воротам верхом в любой угол (бросок выполняется до точки вбрасывания), не прекращая движение испытуемый возвращается в центральный круг подбирая вторую шайбу и выполняет движение к стойке №3, обкатывает ее с правой стороны вокруг далее двигаясь к стойке №4, обкатывает ее с левой стороны, выполняет бросок низом в любой угол не прекращая движения возвращается в центральный круг, подбирает третью шайбу продолжает движение к стойке №5 обкатывает ее с левой стороны вокруг, далее двигаясь к стойке №6 обкатывает ее с правой стороны и выполняет бросок по воротам верхом в любой угол (бросок выполняется до точки вбрасывания), не прекращая движения испытуемый возвращается к линии финиша. Всё упражнение выполняется на время, секундомер включается во время старта и останавливается по прибытию испытуемого на финиш.

Примечание: за неправильное обкат стойки или не обкат ее, начисляется 2 штрафные секунды к общему времени, за непопадание в ворота начисляется 2 штрафные секунды к общему времени, за правильное выполнение броска вычитается 4 секунды от общего времени.

8. Оценка и характеристика специальных спортивных навыков обучающихся

8.1. Тренерский состав в ходе подготовки обучающихся осуществляет педагогические наблюдения и ежегодно предоставляет заполненный оценочный лист по каждому обучающемуся.

8.2. Оценочный лист предоставляется тренером команды, в которую планируются зачисление (перевод) Обучающегося или отчисление из которой обсуждается, перед началом заседания приемной комиссии.

8.3. Принятие решения о зачислении (переводе) обучающегося на следующий этап спортивной подготовки принимается с учетом заполненных оценочных листов и исходя из рейтинга обучающихся.

Оценочный лист Обучающегося для групп НП (8–10 лет)

Дата заполнения		Уровень подготовленности (от 1 до 3 баллов)			Всего баллов
Фамилия Имя испытуемого		Низкий	Средний	Высокий	
Год рождения испытуемого		1	2	3	
1. ПСИХИЧЕСКИЕ ПРОЦЕССЫ ОБУЧАЕМОСТИ					
1.1	Восприятие информации				
1.2	Мотивация к занятиям спортом				
1.3	Спортивная злость (нежелание проигрывать)				
2. КАТАНИЕ					
2.1	Основная стойка (посадка) хоккеиста				
2.2	Бег лицом вперед				
2.3	Бег спиной вперед (скрестный шаг)				
2.4	Маневрирование				
3. ВЛАДЕНИЕ КЛЮШКОЙ И ШАЙБОЙ					
3.1	Ведение шайбы				
3.2	Приём шайбы				
3.3	Передача шайбы				
3.4	Бросок по воротам				
3. ПОНИМАНИЕ ИГРЫ					
3.1	Упреждающие действия (читает ли игру и реагирует ли на изменения в ней)				
3.2	Выбор позиции				
				ИТОГО:	

Оценочный лист нападающего для групп ТГ (11–17 лет)

ОЦЕНОЧНЫЙ ЛИСТ НАПАДАЮЩЕГО ДЛЯ ГРУПП ТГ					
Дата заполнения		Уровень подготовленности (от 1 до 3 баллов)			Всего баллов
Фамилия Имя испытуемого		Низкий 1	Средний 2	Высокий 3	
Год рождения испытуемого					
Позиция нападающего (Л/П/Ц)					
1. КАТАНИЕ					
1.1	Ускорение (первые шаги, способность оторваться от соперника или догнать его)				
1.2	Скорость (установившееся движение)				
2. ВЛАДЕНИЕ ШАЙБОЙ					
2.1	Точность броска (попадает ли в створ, провоцирует ли вратаря на вступление в игру)				
2.2	Умение делать разные броски (качественного броска, щелчка, броска задней стороной клюшки)				
2.3	Владение клюшкой (способен ли вести шайбуна большой скорости, контролировать её в ограниченном пространстве, в углах, у бортов)				
3. КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТЬ					
3.1	Стремление забросить шайбу в ворота (желание сразаться, идти на ворота, приложить усилия к тому, чтобы забить шайбу)				
3.2	Игра 1 против 1 (побеждает ли игрок в ситуациях 1 против 1 как в атаке, так и в обороне)				
4. СИЛОВАЯ ИГРА					
4.1	Игра в углах и у бортов (борется ли за потерянные шайбы)				
4.2	Физическое присутствие (пользуется ли своими размерами и силой, сложно ли против него играть)				
5. ПОНИМАНИЕ ИГРЫ					
5.1	Упреждающие действия (читает ли игру и реагирует ли на изменения в ней, выбирает ли позицию для получения паса, ищет ли возможности для продолжения атаки)				
5.2	Принятие решений (способен ли быстро оценить варианты и принять верное решение)				
6. ИГРА В ОБОРОНЕ					
6.1	Оборонительные способности (чтение игры, контроль дистанции между собой и атакующим соперником)				
6.2	Выбор позиции (перекрытие соперников, активность без шайбы)				
6.3	Оборона на возврате (догоняет ли соперников, старается ли вернуться в зону обороны)				

Оценочный лист защитника для групп ТГ (11-17 лет)

ОЦЕНОЧНЫЙ ЛИСТ ЗАЩИТНИКА ДЛЯ ГРУПП ТГ					
Дата заполнения		Уровень подготовленности (от 1 до 3 баллов)			Всего баллов
Фамилия Имя испытуемого		Низкий	Средний	Высокий	
Год рождения испытуемого		1	2	3	
Позиция защитника (Л/П)					
1. КАТАНИЕ					
1.1	Ускорение (первые шаги, способность оторваться от соперника или догнать его)				
1.2	Манёвренность (работа ног, виражи, торможение и старты)				
1.3	Катание спиной вперёд (общая оценка способности)				
2. ВЛАДЕНИЕ ШАЙБОЙ					
2.1	Владение клюшкой (способен ли вести шайбу на большой скорости, контролировать её в ограниченном пространстве, в углах, у бортов)				
2.2	Защита шайбы (способен ли изменять положение тела и его баланс для того, чтобы отнять шайбу или сохранить её)				
2.3	Первый пас (умение начать атаку, выполнив передачу шайбы партнёру)				
3. КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТЬ					
3.1	Спортивная злость (нежелание проигрывать)				
4. СИЛОВАЯ ИГРА И ОТБОР ШАЙБЫ					
4.1	Игра в углах и у бортов (борется ли за потерянные шайбы)				
4.2	Подкат к сопернику (рационально ли игрок подкатывается к сопернику с целью дальнейшего отбора шайбы)				
4.3	Отбор шайбы клюшкой (умение отобрать или выбить шайбу у соперника клюшкой)				
5. ПОНИМАНИЕ ИГРЫ					
5.1	Упреждающие действия (читает ли игру и реагирует ли на изменения в ней, выбирает ли позицию для получения паса)				
5.2	Принятие решений (способен ли быстро оценить варианты и принять верное решение)				
5.3	Игра под давлением (способен ли принять верное решение при форкеинге соперником или в ключевой ситуации)				
6. ИГРА В ОБОРОНЕ					
6.1	Выбор позиции (перекрытие соперников, активность без шайбы)				
6.2	Работа на позиции (чистка пятачка, связывание "своего" игрока, перехват шайбы)				

