

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДОНЕЦКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Институт физической культуры и спорта



НОРМАТИВЫ
вступительного экзамена по виду спорта (**КАРАТЭ**)
для абитуриентов, поступающих на обучение
по образовательной программе

БАКАЛАВРИАТА
на направление подготовки

49.03.01 Физическая культура (*Профиль: Спортивная тренировка*)

Принято на заседании кафедры
спортивных единоборств
пр. № 8 от « 8 » февраля 2021 г.
И.о. зав. кафедрой
Ершов С.И.

НОРМАТИВЫ

дополнительного вступительного испытания

образовательная программа: бакалавриат

направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура (Профиль: Спортивная тренировка)

вид спорта – КАРАТЭ

Мужчины до 35 лет

Количество баллов	I этап								II этап		
	Гяку дзуки (сек)			Маваши гери (сек)			Наклон вперед, стоя на скамье, см	Кихон	Техническая подготовка		
	до 60 кг	до 70 кг	свыше 70 кг	до 60 кг	до 70 кг	свыше 70 кг			Ката	Оговоренные спарринги	
Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований											
100	10,0	12,0	14,0	10,0	12,0	14,0		10			
99	10,1	12,1	14,1	10,1	12,1	14,1					
98	10,2	12,2	14,2	10,2	12,2	14,2					
Выполнение с несоблюдением 2-х действующих требований											
97	10,3	12,3	14,3	10,3	12,3	14,3					
96	10,4	12,4	14,4	10,4	12,4	14,4		9			
95	10,5	12,5	14,5	10,5	12,5	14,5					
Выполнение с несоблюдением 3-х действующих требований											
94	10,6	12,6	14,6	10,6	12,6	14,6					
93	10,7	12,7	14,7	10,7	12,7	14,7					
92	10,8	12,8	14,8	10,8	12,8	14,8		8			
91	10,9	12,9	14,9	10,9	12,9	14,9					
Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований											
90	11,0	13,0	15,0	11,0	13,0	15,0					
89	11,1	13,1	15,1	11,1	13,1	15,1					
	11,2	13,2	15,2	11,2	13,2	15,2		7			
Выполнение с несоблюдением 2-х действующих требований											
88	11,3	13,3	15,3	11,3	13,3	15,3					
87	11,4	13,4	15,4	11,4	13,4	15,4					
	11,5	13,5	15,5	11,5	13,5	15,5					
Выполнение с несоблюдением 3-х действующих требований											
86	11,6	13,6	15,6	11,6	13,6	15,6		6			
	11,7	13,7	15,7	11,7	13,7	15,7					
85	11,8	13,8	15,8	11,8	13,8	15,8					

	11,9	13,9	15,9	11,9	13,9	15,9			
--	------	------	------	------	------	------	--	--	--

Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований								Выполнение с 2 ошибками	Выполнение с 2 техническими ошибками	Не выполнение 2 требований
84	12,0	14,0	16,0	12,0	14,0	16,0	5			
	12,1	14,1	16,1	12,1	14,1	16,1				
	12,2	14,2	16,2	12,2	14,2	16,2				
Выполнение с несоблюдением 2-х действующих требований										
83	12,3	14,3	16,3	12,3	14,3	16,3		Выполнение с 3 ошибками	Выполнение с 3 техническими ошибками	Не выполнение 3 требований
	12,4	14,4	16,4	12,4	14,4	16,4	4			
	12,5	14,5	16,5	12,5	14,5	16,5				
Выполнение с несоблюдением 3-х действующих требований										
82	12,6	14,6	16,6	12,6	14,6	16,6		Выполнение с 3 ошибками	Выполнение с 3 техническими ошибками	Не выполнение 3 требований
	12,7	14,7	16,7	12,7	14,7	16,7				
81	12,8	14,8	16,8	12,8	14,8	16,8	3	Выполнение с 4 ошибками	Выполнение с 4 техническими ошибками	Не выполнение 4 требований
	12,9	14,9	16,9	12,9	14,9	16,9				
Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований										
80	13,0	15,0	17,0	13,0	15,0	17,0		Выполнение с 4 ошибками	Выполнение с 4 техническими ошибками	Не выполнение 4 требований
79	13,1	15,1	17,2	13,1	15,1	17,2				
	13,2	15,2	17,4	13,2	15,2	17,4	2			
Выполнение с несоблюдением 2-х действующих требований										
78	13,3	15,3	17,6	13,3	15,3	17,6		Выполнение с 4 ошибками	Выполнение с 4 техническими ошибками	Не выполнение 4 требований
	13,4	15,4	17,8	13,4	15,4	17,8				
	13,5	15,5	18,0	13,5	15,5	18,0				
Выполнение с несоблюдением 3-х действующих требований										
77	13,6	15,6	18,2	13,6	15,6	18,2	1	Выполнение с 4 ошибками	Выполнение с 4 техническими ошибками	Не выполнение 4 требований
	13,7	15,7	18,4	13,7	15,7	18,4				
76	13,8	15,8	18,6	13,8	15,8	18,6				
	13,9	15,9	18,8	13,9	15,9	18,8				
Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований										
75	14,0	16,0	19,0	14,0	16,0	19,0	0	Выполнение с 4 ошибками	Выполнение с 4 техническими ошибками	Не выполнение 4 требований
	14,1	16,1	19,2	14,1	16,1	19,2				
	14,2	16,2	19,4	14,2	16,2	19,4				
Выполнение с несоблюдением 2-х действующих требований										
74	14,3	16,3	19,6	14,3	16,3	19,6		Выполнение с 4 ошибками	Выполнение с 4 техническими ошибками	Не выполнение 4 требований
	14,4	16,4	19,8	14,4	16,4	19,8	+1			
	14,5	16,5	20,0	14,5	16,5	20,0				
Выполнение с несоблюдением 3-х действующих требований										
73	14,6	16,6	20,2	14,6	16,6	20,2		Выполнение с 4 ошибками	Выполнение с 4 техническими ошибками	Не выполнение 4 требований
	14,7	16,7	20,4	14,7	16,7	20,4				
72	14,8	16,8	20,6	14,8	16,8	20,6	+2			

	14,9	16,9	20,8	14,9	16,9	20,8			
Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований									
71	15,0	17,0	21,0	15,0	17,0	21,0			
	15,2	17,2	21,2	15,2	17,2	21,2			
	15,4	17,4	21,4	15,4	17,4	21,4	+3		
Выполнение с несоблюдением 2-х действующих требований									
70	15,6	17,6	21,6	15,6	17,6	21,6			
	15,8	17,8	21,8	15,8	17,8	21,8			
	16,0	18,0	22,0	16,0	18,0	22,0			
Выполнение с несоблюдением 3-х действующих требований									
69	16,2	18,2	22,2	16,2	18,2	22,2	+4		
	16,4	18,4	22,4	16,4	18,4	22,4			
68	16,6	18,6	22,6	16,6	18,6	22,6			
	16,8	18,8	22,8	16,8	18,8	22,8			
	17,0	19,0	23,0	17,0	19,0	23,0	+5		
Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований									
67	17,2	19,2	23,2	17,2	19,2	23,2	+6		
	17,4	19,4	23,4	17,4	19,4	23,4	+7		
Выполнение с несоблюдением 2-х действующих требований									
66	17,6	19,6	23,6	17,6	19,6	23,6	+8		
	17,8	19,8	23,8	17,8	19,8	23,8	+10		
	18,0	20,0	24,0	18,0	20,0	24,0	+11		
Выполнение с несоблюдением 3-х действующих требований									
65	18,2	20,2	24,2	18,2	20,2	24,2	+12		
	18,4	20,4	24,4	18,4	20,4	24,4	+13		
64	18,6	20,6	24,6	18,6	20,6	24,6	+15		
	18,8	20,8	24,8	18,8	20,8	24,8	+16		
Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований									
63	19,0	21,0	25,0	19,0	21,0	25,0	+17		
	19,3	21,3	25,3	19,3	21,3	25,3	+18		
	19,6	21,6	25,6	19,6	21,6	25,6	+20		
Выполнение с несоблюдением 2-х действующих требований									
62	19,8	21,8	25,8	19,8	21,8	25,8	+21		
	20,0	22,0	26,0	20,0	22,0	26,0	+22		
61	20,3	22,3	26,3	20,3	22,3	26,3	+23		
60	20,5	22,5	26,5	20,5	22,5	26,5	Колени немного согнуты, +10см		

Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований								Выполнение с 8 ошибками	Не выполнение 8 требований		
59	20,6	22,6	26,6	20,6	22,6	26,6	Колени немного согнуты,, +11см				
58	20,7	22,7	26,7	20,7	22,7	26,7					
57	20,8	22,8	26,8	20,8	22,8	26,8	Колени немного согнуты, +12см				
56											
55	20,9	22,9	26,9	20,9	22,9	26,9	Колени немного согнуты, +13см				
54											
Выполнение с несоблюдением 2-х действующих требований											
53	21,0	23,0	27,0	21,0	23,0	27,0	Колени немного согнуты, +15см				
52											
51	21,4	23,4	27,1	21,4	23,4	27,1	Колени немного согнуты,+16см				
50											
49	21,8	23,8	27,2	21,8	23,8	27,2	Колени немного согнуты, +17см				
48											
47	22,2	24,2	27,3	22,2	24,2	27,3	Колени немного согнуты, +15см				
46											
45	22,6	24,6	27,4	22,6	24,6	27,4	Колени немного согнуты, +20см				
44											
Выполнение с несоблюдением 3-х действующих требований											
43	23,0	25,0	29,0	23,0	25,0	29,0	Колени немного согнуты, +21см				
42											
41	23,4	25,4	29,1	23,4	25,4	29,1	Колени немного согнуты, +22см				
40											
39	23,8	25,8	29,2	23,8	25,8	29,2	Колени немного согнуты, +23см				
38											
37	24,2	26,2	29,3	24,2	26,2	29,3	Колени немного согнуты, +25см				
36											
35	24,6	26,6	29,4	24,6	26,6	29,4	Колени немного согнуты, +26см				
34	24,8	26,8	29,6	24,8	26,8	29,6					

Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований								Выполнение с 9 ошибками	Не выполнение 9 требований
33	25,0	27,0	31,0	25,0	27,0	31,0	Колени немного согнуты, +27см		
32									
31									
30	25,4	27,4	31,1	25,4	27,4	31,1	Колени немного согнуты, +28см		
29									
28									
27	25,8	27,8	31,2	25,8	27,8	31,2	Колени согнуты, +25см		
26									
25									
24	26,2	28,2	31,3	26,2	28,2	31,3	Колени согнуты, +26см		
23									
22									
21	26,6	28,6	31,4	26,6	28,6	31,4	Колени согнуты, +27см		
20									
19									
Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований								Отказ от выполнения	Отказ от выполнения
18	27,0	29,0	33,0	27,0	29,0	33,0	Колени согнуты, +28см		
17									
16									
15									
14									
13	27,1	29,1	33,1	27,1	29,1	33,1	Колени согнуты, наклон любой глубины		
12									
11									
10	27,2	29,2	33,2	27,2	29,2	33,2	Колени согнуты, наклон любой глубины		
9									
8									
7	27,3	29,3	33,3	27,3	29,3	33,3	Колени согнуты, наклон любой глубины		
6									
5									

Критерии оценивания
дополнительного вступительного испытания
образовательная программа: бакалавриат
направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура (Профиль:
Спортивная тренировка)
вид спорта - **КАРАТЭ**

I этап Физическая подготовка

Гяку дзуки

Выполнение 50 ударов руками в максимальном темпе (сек)

Маваши гэри

Выполнения 25 ударов ногами в максимальном темпе (сек)

Наклон вперед, стоя на скамье

При выполнении наклона ноги должны быть выпрямлены в коленных суставах, пружинистые движения во время наклона не разрешаются. Выполнив наклон необходимо зафиксировать это положение в течение 3 сек.

Выполняется одна попытка контрольного упражнения.

II этап Специализация

Кихон

Перемещения в стойках вперед (маени) и обратно (уширони) с блоками и ударами. Экзаменатор называет направление и стойку, защитную и атакующую технику, уровень атак и блоков. Поступающий выполняет названные действия 3 раза, на третий раз киай.

Техники защиты: аге уке, учи уде уке, сото удэ уке, гедан барай, шуто уке, тэ осае уке, отоши бараи, тейшо уке, хайшу уке, нагаши уке.

Техники ударов руками: ой дзуки, гяку дзуки, кидзами дзуки, маваши дзуки, уракен учи, шуто учи, хайто учи, нукитэ, эмпи учи, тейшо, хиракен, кумадэ.

Техники ударов ногами: гери кекоми и кеаге, йоко гери кекоми и кеаге, маваши гери, уширо гери, микадзуки гери, хиза гери, какато гери, фумикоми гери.

Уровни: дзедан – верхний уровень чудан – средний уровень гедан – нижний уровень.

Ката

Поступающий выполняет ката названое экзаменатором, согласно аттестационных программ на 4 КЮ, по той версии каратэ, которым он занимается:

- Хейян 1, Хейян 2, Хейян 3, Хейян 4, Хейян 5;
- Пин-Ан 1, Пин-Ан 2, Пин-Ан 3, Пин-Ан 4, Пин-Ан 5;
- Гекисай 1, Гекисай 2, Сайфа;

Оценивается техника действий, кимэ, киай, дзансин, контроль напряжения и расслабления, ритм, понимание бункай в ката, равновесие при передвижении и баланс в стойках, потенциал и скорость выполнения технических действий, а также

контроль, угол атаки, хиките, хикиashi, тайминг, маай (оптимальная дистанция), ритуал.

Оговоренные спарринги:

Кумитэ - кихон иппон

Тори (атакующий)

- 2 атаки ой дзуки дзедан
- 2 атаки ой дзуки чудан
- 1 атака мае гери чудан
- 1 атака йоко гери чудан
- 1 атака маваши гери дзедан

Уке (защищающийся) – на каждую атаку – прием защиты с контратакой.

Оценивается техника действий, кимэ, киай, дзансин, контроль напряжения и расслабления, ритм, понимание бункай в ката, равновесие при передвижении и баланс в стойках, потенциал и скорость выполнения технических действий.

Оценка технической подготовленности и проведения оговоренного спарринга оценивается по шкале нормативов вступительных испытаний экзаменаторами внутри диапазона шкалы.

В случае отказа от выполнения отдельного норматива в графе «результат» фиксируется «отказ», а в графе «баллы» выставляется 1 балл. Отказ от выполнения отдельного норматива фиксируется заявлением абитуриента в письменном виде.

Баллы за I и II этапы выводятся как среднее арифметическое суммы баллов, полученных за каждый контрольный норматив. При этом сумма баллов, полученных на I этапе и на II этапе, делится на соответствующее количество нормативов. Среднее арифметическое округляется, согласно арифметических правил округления до целого числа.

Окончательная оценка выводится как среднее арифметическое суммы баллов, полученных за I и II этапы, при этом к сумме не добавляются баллы ниже 60.

НОРМАТИВЫ
 дополнительного вступительного испытания
 образовательная программа: бакалавриат
 направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура (Профиль: Спортивная
 тренировка)
 вид спорта – **КАРАТЭ**
Мужчины старше 35 лет

Количество баллов	I этап							II этап		
	Гяку дзуки (сек)			Маваши гери (сек)			Наклон вперед, стоя на скамье, см	Кихон	Ката	Техническая подготовка
	до 60 кг	до 70 кг	свыше 70 кг			свыше 70 кг				
Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований										
100	12,0	14,0	16,0	12,0	14,0	16,0	5			
99	12,1	14,1	16,1	12,1	14,1	16,1				
98	12,2	14,2	16,2	12,2	14,2	16,2				
Выполнение с несоблюдением 2-х действующих требований										
97	12,3	14,3	16,3	12,3	14,3	16,3				
96	12,4	14,4	16,4	12,4	14,4	16,4	4			
95	12,5	14,5	16,5	12,5	14,5	16,5				
Выполнение с несоблюдением 3-х действующих требований										
94	12,6	14,6	16,6	12,6	14,6	16,6				
93	12,7	14,7	16,7	12,7	14,7	16,7				
92	12,8	14,8	16,8	12,8	14,8	16,8	3			
91	12,9	14,9	16,9	12,9	14,9	16,9				
Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований										
90	13,0	15,0	17,0	13,0	15,0	17,0				
89	13,1	15,1	17,1	13,1	15,1	17,1				
	13,2	15,2	17,2	13,2	15,2	17,2	2			
Выполнение с несоблюдением 2-х действующих требований										
88	13,3	15,3	17,3	13,3	15,3	17,3				
87	13,4	15,4	17,4	13,4	15,4	17,4				
	13,5	15,5	17,5	13,5	15,5	17,5				
Выполнение с несоблюдением 3-х действующих требований										
86	13,6	15,6	17,6	13,6	15,6	17,6	1			
	13,7	15,7	17,7	13,7	15,7	17,7				
85	13,8	15,8	17,8	13,8	15,8	17,8				

	13,9	15,9	17,9	13,9	15,9	17,9			
Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований									
84	14,0	16,0	18,0	14,0	16,0	18,0	0		
	14,1	16,1	18,1	14,1	16,1	18,1			
	14,2	16,2	18,2	14,2	16,2	18,2			
Выполнение с несоблюдением 2-х действующих требований									
83	14,3	16,3	18,3	14,3	16,3	18,3			
	14,4	16,4	18,4	14,4	16,4	18,4	+1		
	14,5	16,5	18,5	14,5	16,5	18,5			
Выполнение с несоблюдением 3-х действующих требований									
82	14,6	16,6	18,6	14,6	16,6	18,6			
	14,7	16,7	18,7	14,7	16,7	18,7			
81	14,8	16,8	18,8	14,8	16,8	18,8	+2		
	14,9	16,9	18,9	14,9	16,9	18,9			
Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований									
80	15,0	17,0	19,0	15,0	17,0	19,0			
79	15,1	17,1	19,2	15,1	17,1	19,2			
	15,2	17,2	19,4	15,2	17,2	19,4	+3		
Выполнение с несоблюдением 2-х действующих требований									
78	15,3	17,3	19,6	15,3	17,3	19,6			
	15,4	17,4	19,8	15,4	17,4	19,8			
	15,5	17,5	20,0	15,5	17,5	20,0			
Выполнение с несоблюдением 3-х действующих требований									
77	15,6	17,6	20,2	15,6	17,6	20,2	+4		
	15,7	17,7	20,4	15,7	17,7	20,4			
76	15,8	17,8	20,6	15,8	17,8	20,6			
	15,9	17,9	20,8	15,9	17,9	20,8			
Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований									
75	16,0	18,0	21,0	16,0	18,0	21,0	+5		
	16,1	18,1	21,2	16,1	18,1	21,2			
	16,2	18,2	21,4	16,2	18,2	21,4			
Выполнение с несоблюдением 2-х действующих требований									
74	16,3	18,3	21,6	16,3	18,3	21,6			
	16,4	18,4	21,8	16,4	18,4	21,8	+6		
	16,5	18,5	22,0	16,5	18,5	22,0			
Выполнение с несоблюдением 3-х действующих требований									
73	16,6	18,6	22,2	16,6	18,6	22,2			
	16,7	18,7	22,4	16,7	18,7	22,4			
72	16,8	18,8	22,6	16,8	18,8	22,6	+7		
	16,9	18,9	22,8	16,9	18,9	22,8			

Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований								
71	17,0	19,0	23,0	17,0	19,0	23,0		
	17,2	19,2	23,2	17,2	19,2	23,2		
	17,4	19,4	23,4	17,4	19,4	23,4	+8	
Выполнение с несоблюдением 2-х действующих требований								
70	17,6	19,6	23,6	17,6	19,6	23,6		
	17,8	19,8	23,8	17,8	19,8	23,8		
	18,0	20,0	24,0	18,0	20,0	24,0		
Выполнение с несоблюдением 3-х действующих требований								
69	18,2	20,2	24,2	18,2	20,2	24,2	+9	
	18,4	20,4	24,4	18,4	20,4	24,4		
68	18,6	20,6	24,6	18,6	20,6	24,6		
	18,8	20,8	24,8	18,8	20,8	24,8		
	19,0	21,0	25,0	19,0	21,0	25,0	+10	
Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований								
67	19,2	21,2	25,2	19,2	21,2	25,2	+11	
	19,4	21,4	25,4	19,4	21,4	25,4	+12	
Выполнение с несоблюдением 2-х действующих требований								
66	19,6	21,6	25,6	19,6	21,6	25,6	+13	
	19,8	21,8	25,8	19,8	21,8	25,8	+15	
	20,0	22,0	26,0	20,0	22,0	26,0	+16	
Выполнение с несоблюдением 3-х действующих требований								
65	20,2	22,2	26,2	20,2	22,2	26,2	+17	
	20,4	22,4	26,4	20,4	22,4	26,4	+18	
64	20,6	22,6	26,6	20,6	22,6	26,6	+20	
	20,8	22,8	26,8	20,8	22,8	26,8	+21	
Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований								
63	21,0	23,0	27,0	21,0	23,0	27,0	+22	
	21,3	23,3	27,3	21,3	23,3	27,3	+23	
	21,6	23,6	27,6	21,6	23,6	27,6	+25	
Выполнение с несоблюдением 2-х действующих требований								
62	21,8	23,8	27,8	21,8	23,8	27,8	+26	
	22,0	24,0	28,0	22,0	24,0	28,0	+27	
61	22,3	24,3	28,3	22,3	24,3	28,3	+29	
60	22,5	24,5	28,5	22,5	24,5	28,5	Колени немного согнуты, +15см	

Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований								Выполнение с 8 ошибками	Не выполнение 8 требований		
59	22,6	24,6	28,6	22,6	24,6	28,6	Колени немного согнуты, +16см				
58											
57	22,8	24,8	28,8	22,8	24,8	28,8	Колени немного согнуты, +17см				
56											
55	22,9	24,9	28,9	22,9	24,9	28,9	Колени немного согнуты, +18см				
54											
Выполнение с несоблюдением 2-х действующих требований											
53	23,0	25,0	29,0	23,0	25,0	29,0	Колени немного согнуты, +20см				
52											
51	23,4	25,4	29,4	23,4	25,4	29,4	Колени немного согнуты, +21см				
50											
49	23,8	25,8	29,8	23,8	25,8	29,8	Колени немного согнуты, +22см				
48											
47	24,2	26,2	30,2	24,2	26,2	30,2	Колени немного согнуты, +23см				
46											
45	24,6	26,6	30,6	24,6	26,6	30,6	Колени немного согнуты, +25см				
44											
Выполнение с несоблюдением 3-х действующих требований											
43	25,0	27,0	31,0	25,0	27,0	31,0	Колени немного согнуты, +26см				
42											
41	25,4	27,4	31,4	25,4	27,4	31,4	Колени немного согнуты, +27см				
40											
39	25,8	27,8	31,8	25,8	27,8	31,8	Колени немного согнуты, +28см				
38											
37	26,2	28,2	32,2	26,2	28,2	32,2	Колени немного согнуты, +30см				
36											
35	26,6	28,6	32,6	26,6	28,6	32,6	Колени немного согнуты, +31см				
34	26,8	28,8	32,8	26,8	28,8	32,8					

Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований								Выполнение с 9 ошибками	Выполнение с 9 техническими ошибками	Не выполнение 9 требований
33	27,0	29,0	33,0	27,0	29,0	33,0	Колени немного согнуты, +32см			
32										
31										
30	27,4	29,4	33,4	27,4	29,4	33,4	Колени немного согнуты, +33см			
29										
28										
27	27,8	29,8	33,8	27,8	29,8	33,8	Колени согнуты, +30см			
26										
25										
24	28,2	30,2	34,2	28,2	30,2	34,2	Колени согнуты, +31см			
23										
22										
21	28,6	30,6	34,6	28,6	30,6	34,6	Колени согнуты, +32см			
20										
19										
Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований								Отказ от выполнения	Отказ от выполнения	Отказ от выполнения
18	29,0	31,0	35,0	29,0	31,0	35,0	Колени согнуты,, +33см			
17										
16										
15										
14										
13	29,1	31,1	35,1	29,1	31,1	35,1	Колени согнуты, наклон любой глубины			
12										
11										
10	29,2	31,2	35,2	29,2	31,2	35,2	Колени согнуты, наклон любой глубины			
9										
8										
7	29,3	31,3	35,3	29,3	31,3	35,3	Колени согнуты, наклон любой глубины			
6										
5										

Критерии оценивания
дополнительного вступительного испытания
образовательная программа: бакалавриат
направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура (Профиль:
Спортивная тренировка)
вид спорта - **КАРАТЭ**

I этап Физическая подготовка

Гяку дзуки

Выполнение 50 ударов руками в максимальном темпе (сек)

Маваши гэри

Выполнения 25 ударов ногами в максимальном темпе (сек)

Наклон вперед, стоя на скамье

При выполнении наклона ноги должны быть выпрямлены в коленных суставах, пружинистые движения во время наклона не разрешаются. Выполнив наклон необходимо зафиксировать это положение в течение 3 сек.

Выполняется одна попытка контрольного упражнения.

II этап Специализация

Кихон

Перемещения в стойках вперед (маени) и обратно (уширони) с блоками и ударами. Экзаменатор называет направление и стойку, защитную и атакующую технику, уровень атак и блоков. Поступающий выполняет названные действия 3 раза, на третий раз киай.

Техники защиты: аге уке, учи уде уке, сото удэ уке, гедан барай, шуто уке, тэ осае уке, отоши бараи, тейшо уке, хайшу уке, нагаши уке.

Техники ударов руками: ой дзуки, гяку дзуки, кидзами дзуки, маваши дзуки, уракен учи, шуто учи, хайто учи, нукитэ, эмпи учи, тейшо, хиракен, кумадэ.

Техники ударов ногами: гери кекоми и кеаге, йоко гери кекоми и кеаге, маваши гери, уширо гери, микадзуки гери, хиза гери, какато гери, фумикоми гери.

Уровни: дзедан – верхний уровень чудан – средний уровень гедан – нижний уровень.

Ката

Поступающий выполняет ката названое экзаменатором, согласно аттестационных программ на 4 КЮ, по той версии каратэ, которым он занимается:

- Хейян 1, Хейян 2, Хейян 3, Хейян 4, Хейян 5;
- Пин-Ан 1, Пин-Ан 2, Пин-Ан 3, Пин-Ан 4, Пин-Ан 5;
- Гекисай 1, Гекисай 2, Сайфа;

Оценивается техника действий, кимэ, киай, дзансин, контроль напряжения и расслабления, ритм, понимание бункай в ката, равновесие при передвижении и баланс в стойках, потенциал и скорость выполнения технических действий, а также

контроль, угол атаки, хиките, хикиashi, тайминг, маай (оптимальная дистанция), ритуал.

Оговоренные спарринги:

Кумитэ - кихон иппон

Тори (атакующий)

- 2 атаки ой дзуки дзедан
- 2 атаки ой дзуки чудан
- 1 атака мае гери чудан
- 1 атака йоко гери чудан
- 1 атака маваши гери дзедан

Уке (защищающийся) – на каждую атаку – прием защиты с контратакой.

Оценивается техника действий, кимэ, киай, дзансин, контроль напряжения и расслабления, ритм, понимание бункай в ката, равновесие при передвижении и баланс в стойках, потенциал и скорость выполнения технических действий.

Оценка технической подготовленности и проведения оговоренного спарринга оценивается по шкале нормативов вступительных испытаний экзаменаторами внутри диапазона шкалы.

В случае отказа от выполнения отдельного норматива в графе «результат» фиксируется «отказ», а в графе «баллы» выставляется 1 балл. Отказ от выполнения отдельного норматива фиксируется заявлением абитуриента в письменном виде.

Баллы за I и II этапы выводятся как среднее арифметическое суммы баллов, полученных за каждый контрольный норматив. При этом сумма баллов, полученных на I этапе и на II этапе, делится на соответствующее количество нормативов. Среднее арифметическое округляется, согласно арифметических правил округления до целого числа.

Окончательная оценка выводится как среднее арифметическое суммы баллов, полученных за I и II этапы, при этом к сумме не добавляются баллы ниже 60.

НОРМАТИВЫ

дополнительного вступительного испытания

образовательная программа: бакалавриат

направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура (Профиль: Спортивная тренировка)

вид спорта – КАРАТЭ

Женщины – до 35 лет

Количество баллов	I этап								II этап		
	Гяку дзуки (сек)			Маваши гери (сек)			Наклон вперед, стоя на скамье, см	Техническая подготовка			
	до 60 кг	до 70 кг	свыше 70 кг	до 60 кг	до 70 кг	свыше 70 кг		Кихон	Ката	Оговоренные спарринги	
Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований											
100	12,0	14,0	16,0	11,0	13,0	15,0	15				
99	12,1	14,1	16,1	11,1	13,1	15,1					
98	12,2	14,2	16,2	11,2	13,2	15,2					
Выполнение с несоблюдением 2-х действующих требований											
97	12,3	14,3	16,3	11,3	13,3	15,3					
96	12,4	14,4	16,4	11,4	13,4	15,4	14				
95	12,5	14,5	16,5	11,5	13,5	15,5					
Выполнение с несоблюдением 3-х действующих требований											
94	12,6	14,6	16,6	11,6	13,6	15,6					
93	12,7	14,7	16,7	11,7	13,7	15,7					
92	12,8	14,8	16,8	11,8	13,8	15,8	13				
91	12,9	14,9	16,9	11,9	13,9	15,8					
Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований											
90	13,0	15,0	17,0	12,0	14,0	16,0					
89	13,1	15,1	17,1	12,1	14,1	16,1					
	13,2	15,2	17,2	12,2	14,2	16,2	12				
Выполнение с несоблюдением 2-х действующих требований											
88	13,3	15,3	17,3	12,3	14,3	16,3					
87	13,4	15,4	17,4	12,4	14,4	16,4					
	13,5	15,5	17,5	12,5	14,5	16,5					
Выполнение с несоблюдением 3-х действующих требований											
86	13,6	15,6	17,6	12,6	14,6	16,6	11				
	13,7	15,7	17,7	12,7	14,7	16,7					
85	13,8	15,8	17,8	12,8	14,8	16,8					

	13,9	15,9	17,9	12,9	14,9	16,9			
Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований									
84	14,0	16,0	18,0	13,0	15,0	17,0	10		
	14,1	16,1	18,1	13,1	15,1	17,1			
	14,2	16,2	18,2	13,2	15,2	17,2			
Выполнение с несоблюдением 2-х действующих требований									
83	14,3	16,3	18,3	13,3	15,3	17,3			
	14,4	16,4	18,4	13,4	15,4	17,4	9		
	14,5	16,5	18,5	13,5	15,5	17,5			
Выполнение с несоблюдением 3-х действующих требований									
82	14,6	16,6	18,6	13,6	15,6	17,6			
	14,7	16,7	18,7	13,7	15,7	17,7			
81	14,8	16,8	18,8	13,8	15,8	17,8	8		
	14,9	16,9	18,9	13,9	15,9	17,9			
Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований									
80	15,0	17,0	19,0	14,0	16,0	18,0			
79	15,1	17,1	19,1	14,1	16,1	18,1			
	15,2	17,2	19,2	14,2	16,2	18,2	7		
Выполнение с несоблюдением 2-х действующих требований									
78	15,3	17,3	19,3	14,3	16,3	18,3			
	15,4	17,4	19,4	14,4	16,4	18,4			
	15,5	17,5	19,5	14,5	16,5	18,5			
Выполнение с несоблюдением 3-х действующих требований									
77	15,6	17,6	19,6	14,6	16,6	18,6	6		
	15,7	17,7	19,7	14,7	16,7	18,7			
76	15,8	17,8	19,8	14,8	16,8	18,8			
	15,9	17,9	19,9	14,9	16,9	18,9			
Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований									
75	16,0	18,0	20,00	15,0	17,0	19,0	5		
	16,1	18,1	20,1	15,2	17,2	19,2			
	16,2	18,2	20,2	15,4	17,4	19,4			
Выполнение с несоблюдением 2-х действующих требований									
74	16,3	18,3	20,3	15,6	17,6	19,6			
	16,4	18,4	20,4	15,8	17,8	19,8	4		
	16,5	18,5	20,5	16,0	18,0	20,0			
Выполнение с несоблюдением 3-х действующих требований									
73	16,6	18,6	20,6	16,2	18,2	20,2			
	16,7	18,7	20,7	16,4	18,4	20,4			
72	16,8	18,8	20,8	16,6	18,6	20,6	3		
	16,9	18,9	20,9	16,8	18,8	20,8			

Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований								Выполнение с 8 ошибками	Не выполнение 8 требований		
59	19,7	21,7	23,7	22,2	24,2	26,2	Колени немного согнуты, +6см				
58											
57	19,8	21,8	23,8	22,5	24,5	26,5	Колени немного согнуты, +7см				
56											
55	19,9	21,9	23,9	22,8	24,8	26,8	Колени немного согнуты, +8см				
54											
Выполнение с несоблюдением 2-х действующих требований											
53	20,0	22,0	24,0	23,0	25,0	27,0	Колени немного согнуты, +10см				
52	20,1	22,1	24,1	23,2	25,2	27,2					
51	20,2	22,2	24,2	23,4	25,4	27,4	Колени немного согнуты, +11см				
50	20,3	22,3	24,3	23,6	25,6	27,6					
49	20,4	22,4	24,4	23,8	25,8	27,8	Колени немного согнуты, +12см				
48	20,5	22,5	24,5	24,0	26,0	28,0					
47	20,6	22,6	24,6	24,2	26,2	28,2	Колени немного согнуты, +13см				
46	20,7	22,7	24,7	24,4	26,4	28,4					
45	20,8	22,8	24,8	24,6	26,6	28,6	Колени немного согнуты, +15см				
44	20,9	22,9	24,9	24,8	26,8	28,8					
Выполнение с несоблюдением 3-х действующих требований											
43	21,0	23,0	25,0	25,0	27,0	29,0	Колени немного согнуты, +16см				
42	21,1	23,1	25,1	25,2	27,2	29,2					
41	21,2	23,2	25,2	25,4	27,4	29,4	Колени немного согнуты, +17см				
40	21,3	23,3	25,3	25,6	27,6	29,6					
39	21,4	23,4	25,4	25,8	27,8	29,8	Колени немного согнуты, +18см				
38	21,5	23,5	25,5	26,0	28,0	30,0					
37	21,6	23,6	25,6	26,2	28,2	30,2	Колени немного согнуты, +20см				
36	21,7	23,7	25,7	26,4	28,4	30,4					
35	21,8	23,8	25,8	26,6	28,6	30,6	Колени немного согнуты, +21см				
34	22,0	24,0	26,0	26,8	28,8	30,8					
Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований								ие с 9	те хн ич ие 9		

33	22,0	24,0	26,0	27,0	29,0	31,0	Колени немного согнуты, +22см		
32									
31									
30	22,2	24,2	26,2	27,4	29,4	31,4	Колени немного согнуты, +23см		
29									
28									
27	22,4	24,4	26,4	27,8	29,8	31,8	Колени согнуты, +20см		
26									
25									
24	22,6	24,6	26,6	28,2	30,2	32,2	Колени согнуты, +21см		
23									
22									
21	22,8	24,8	26,8	28,6	30,6	32,6	Колени согнуты, +22см		
20									
19									

Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований

18	23,0	25,0	27,0	29,0	31,0	33,0	Колени согнуты, +23см		
17									
16									
15									
14									
13	23,1	25,1	27,1	29,1	31,1	33,1	Колени согнуты, наклон любой глубины		
12									
11									
10	23,2	25,2	27,2	29,2	31,2	33,2	Колени согнуты, наклон любой глубины		
9									
8									
7	23,3	25,3	27,3	29,3	31,3	33,3	Колени согнуты, наклон любой глубины		
6									
5									
4	23,4	25,4	27,4	29,4	31,4	33,4	Колени согнуты, наклон любой глубины		

Отказ от выполнения

Отказ от выполнения

Отказ от выполнения

Критерии оценивания
дополнительного вступительного испытания
образовательная программа: бакалавриат
направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура (Профиль:
Спортивная тренировка)
вид спорта - **КАРАТЭ**

I этап Физическая подготовка

Гяку дзуки

Выполнение 50 ударов руками в максимальном темпе (сек)

Маваши гэри

Выполнения 25 ударов ногами в максимальном темпе (сек)

Наклон вперед, стоя на скамье

При выполнении наклона ноги должны быть выпрямлены в коленных суставах, пружинистые движения во время наклона не разрешаются. Выполнив наклон необходимо зафиксировать это положение в течение 3 сек.

Выполняется одна попытка контрольного упражнения.

II этап Специализация

Кихон

Перемещения в стойках вперед (маени) и обратно (уширони) с блоками и ударами. Экзаменатор называет направление и стойку, защитную и атакующую технику, уровень атак и блоков. Поступающий выполняет названные действия 3 раза, на третий раз киай.

Техники защиты: аге уке, учи уде уке, сото удэ уке, гедан барай, шуто уке, тэ осае уке, отоши бараи, тейшо уке, хайшу уке, нагаши уке.

Техники ударов руками: ой дзуки, гяку дзуки, кидзами дзуки, маваши дзуки, уракен учи, шуто учи, хайто учи, нукитэ, эмпи учи, тейшо, хиракен, кумадэ.

Техники ударов ногами: гери кекоми и кеаге, йоко гери кекоми и кеаге, маваши гери, уширо гери, микадзуки гери, хиза гери, какато гери, фумикоми гери.

Уровни: дзедан – верхний уровень чудан – средний уровень гедан – нижний уровень.

Ката

Поступающий выполняет ката названое экзаменатором, согласно аттестационных программ на 4 КЮ, по той версии каратэ, которым он занимается:

- Хейян 1, Хейян 2, Хейян 3, Хейян 4, Хейян 5;
- Пин-Ан 1, Пин-Ан 2, Пин-Ан 3, Пин-Ан 4, Пин-Ан 5;
- Гекисай 1, Гекисай 2, Сайфа;

Оценивается техника действий, кимэ, киай, дзансин, контроль напряжения и расслабления, ритм, понимание бункай в ката, равновесие при передвижении и баланс в стойках, потенциал и скорость выполнения технических действий, а также

контроль, угол атаки, хиките, хикиashi, тайминг, маай (оптимальная дистанция), ритуал.

Оговоренные спарринги:

Кумитэ - кихон иппон

Тори (атакующий)

- 2 атаки ой дзуки дзедан
- 2 атаки ой дзуки чудан
- 1 атака мае гери чудан
- 1 атака йоко гери чудан
- 1 атака маваши гери дзедан

Уке (защищающийся) – на каждую атаку – прием защиты с контратакой.

Оценивается техника действий, кимэ, киай, дзансин, контроль напряжения и расслабления, ритм, понимание бункай в ката, равновесие при передвижении и баланс в стойках, потенциал и скорость выполнения технических действий.

Оценка технической подготовленности и проведения оговоренного спарринга оценивается по шкале нормативов вступительных испытаний экзаменаторами внутри диапазона шкалы.

В случае отказа от выполнения отдельного норматива в графе «результат» фиксируется «отказ», а в графе «баллы» выставляется 1 балл. Отказ от выполнения отдельного норматива фиксируется заявлением абитуриента в письменном виде.

Баллы за I и II этапы выводятся как среднее арифметическое суммы баллов, полученных за каждый контрольный норматив. При этом сумма баллов, полученных на I этапе и на II этапе, делится на соответствующее количество нормативов. Среднее арифметическое округляется, согласно арифметических правил округления до целого числа.

Окончательная оценка выводится как среднее арифметическое суммы баллов, полученных за I и II этапы, при этом к сумме не добавляются баллы ниже 60.

НОРМАТИВЫ
 дополнительного вступительного испытания
 образовательная программа: бакалавриат
 направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура (Профиль: Спортивная
 тренировка)
 вид спорта – **КАРАТЭ**
Женщины – старше 35 лет

Количество баллов	I этап							II этап		
	Гяку дзуки (сек)			Маваши гери (сек)			Наклон вперед, стоя на скамье, см	Техническая подготовка		
	до 60 кг	до 70 кг	свыше 70 кг	до 60 кг	до 70 кг	свыше 70 кг		Кихон	Ката	Оговоренные спарринги
Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований										
100	14,0	16,0	18,0	13,0	15,0	17,0		10		
99	14,1	16,1	18,1	13,1	15,1	17,1				
98	14,2	16,2	18,2	13,2	15,2	17,2				
Выполнение с несоблюдением 2-х действующих требований										
97	14,3	16,3	18,3	13,3	15,3	17,3				
96	14,4	16,4	18,4	13,4	15,4	17,4		9		
95	14,5	16,5	18,5	13,5	15,5	17,5				
Выполнение с несоблюдением 3-х действующих требований										
94	14,6	16,6	18,6	13,6	15,6	17,6				
93	14,7	16,7	18,7	13,7	15,7	17,7				
92	14,8	16,8	18,8	13,8	15,8	17,8		8		
91	14,9	16,9	18,9	13,9	15,9	17,9				
Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований										
90	15,0	17,0	19,0	14,0	16,0	18,0				
89	15,1	17,1	19,1	14,1	16,1	18,1				
	15,2	17,2	19,2	14,2	16,2	18,2		7		
Выполнение с несоблюдением 2-х действующих требований										
88	15,3	17,3	19,3	14,3	16,3	18,3				
87	15,4	17,4	19,4	14,4	16,4	18,4				
	15,5	17,5	19,5	14,5	16,5	18,5				
Выполнение с несоблюдением 3-х действующих требований										
86	15,6	17,6	19,6	14,6	16,6	18,6		6		
	15,7	17,7	19,7	14,7	16,7	18,7				
85	15,8	17,8	19,8	14,8	16,8	18,8				

	15,9	17,9	19,9	14,9	16,9	18,9			
Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований									
84	16,0	18,0	20,0	15,0	17,0	19,0	5		
	16,1	18,1	20,1	15,1	17,1	19,1			
	16,2	18,2	20,2	15,2	17,2	19,2			
Выполнение с несоблюдением 2-х действующих требований									
83	16,3	18,3	20,3	15,3	17,3	19,3			
	16,4	18,4	20,4	15,4	17,4	19,4	4		
	16,5	18,5	20,5	15,5	17,5	19,5			
Выполнение с несоблюдением 3-х действующих требований									
82	16,6	18,6	20,6	15,6	17,6	19,6			
	16,7	18,7	20,7	15,7	17,7	19,7			
81	16,8	18,8	20,8	15,8	17,8	19,8	3		
	16,9	18,9	20,9	15,9	17,9	19,9			
Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований									
80	17,0	19,0	21,0	16,0	18,0	20,0			
79	17,1	19,1	21,1	16,1	18,1	20,1			
	17,2	19,2	21,2	16,2	18,2	20,2	2		
Выполнение с несоблюдением 2-х действующих требований									
78	17,3	19,3	21,3	16,3	18,3	20,3			
	17,4	19,4	21,4	16,4	18,4	20,4			
	17,5	19,5	21,5	16,5	18,5	20,5			
Выполнение с несоблюдением 3-х действующих требований									
77	17,6	19,6	21,6	16,6	18,6	20,6	1		
	17,7	19,7	21,7	16,7	18,7	20,7			
76	17,8	19,8	21,8	16,8	18,8	20,8			
	17,9	19,9	21,9	16,9	18,9	20,9			
Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований									
75	18,0	20,0	22,0	17,0	19,0	21,0	0		
	18,1	20,1	22,1	17,2	19,2	21,2			
	18,2	20,2	22,2	17,4	19,4	21,4			
Выполнение с несоблюдением 2-х действующих требований									
74	18,3	20,3	22,3	17,6	19,6	21,6			
	18,4	20,4	22,4	17,8	19,8	21,8	+1		
	18,5	20,5	22,5	18,0	20,0	22,0			
Выполнение с несоблюдением 3-х действующих требований									
73	18,6	20,6	22,6	18,2	20,2	22,2			
	18,7	20,7	22,7	18,4	20,4	22,4			
72	18,8	20,8	22,8	18,6	20,6	22,6	+2		
	18,9	20,9	22,9	18,8	20,8	22,8			

Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований								Выполнение с 5 ошибками	Выполнение с 5 техническими ошибками	Не выполнение 5 требований			
71	19,0	21,0	23,0	19,0	21,0	23,0							
	19,1	21,1	23,1	19,2	21,2	23,2							
	19,2	21,2	23,2	19,4	21,4	23,4	+3						
В Выполнение с несоблюдением 2-х действующих требований													
70	19,3	21,3	23,3	19,6	21,6	23,6		Выполнение с 6 ошибками	Выполнение с 6 техническими ошибками	Не выполнение 6 требований			
	19,4	21,4	23,4	19,8	21,8	23,8							
	19,5	21,5	23,5	20,0	22,0	24,0							
Выполнение с несоблюдением 3-х действующих требований													
69	19,6	21,6	23,6	20,2	22,2	24,2	+4	Выполнение с 7 ошибками	Выполнение с 7 техническими ошибками	Не выполнение 7 требований			
	19,7	21,7	23,7	20,4	22,4	24,4							
68	19,8	21,8	23,8	20,6	22,6	24,6							
	19,9	21,9	23,9	20,8	22,8	24,8							
	20,0	22,0	24,0	21,0	23,0	25,0	+5						
Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований													
67	20,1	22,1	24,1	21,2	23,2	25,2	+6	Выполнение с 8 ошибками	Выполнение с 8 техническими ошибками	Не выполнение 8 требований			
	20,2	22,2	24,2	21,4	23,4	25,4	+7						
Выполнение с несоблюдением 2-х действующих требований													
66	20,3	22,3	24,3	21,6	23,6	25,6	+8						
	20,4	22,4	24,4	21,8	23,8	25,8	+10						
	20,5	22,5	24,5	22,0	24,0	26,0	+11						
Выполнение с несоблюдением 3-х действующих требований													
65	20,6	22,6	24,6	22,2	24,2	26,2	+12	Выполнение с 9 ошибками	Выполнение с 9 техническими ошибками	Не выполнение 9 требований			
	20,7	22,7	24,7	22,4	24,4	26,4	+13						
64	20,8	22,8	24,8	22,6	24,6	26,6	+15						
	20,9	22,9	24,9	22,8	24,8	26,8	+16						
Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований													
63	21,0	23,0	25,0	23,0	25,0	27,0	+17	Выполнение с 10 ошибками	Выполнение с 10 техническими ошибками	Не выполнение 10 требований			
	21,1	23,1	25,1	23,2	25,2	27,2	+18						
	21,2	23,2	25,2	23,4	25,4	27,4	+20						
Выполнение с несоблюдением 2-х действующих требований													
62	21,3	23,3	25,3	23,6	25,6	27,6	+21	Выполнение с 11 ошибками	Выполнение с 11 техническими ошибками	Не выполнение 11 требований			
61	21,4	23,4	25,4	23,8	25,8	27,8	+22						
	21,5	23,5	25,5	24,0	25,9	27,9	+23						
60	21,6	23,6	25,6	24,2	26,0	28,0	Колени немного согнуты, +10см						
Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований													

ис
с
те
хн
ич
сп
ис
8

30	24,2	26,2	28,2	29,4	31,4	33,4	Колени немного согнуты,+28см		
29									
28									
27	24,4	26,4	28,4	29,8	31,8	33,8	Колени согнуты,+25см		
26									
25									
24	24,6	26,6	28,6	30,2	32,2	34,2	Колени согнуты,+26см		
23									
22									
21	24,8	26,8	28,8	30,6	32,6	34,6	Колени согнуты,+27см		
20									
19									
Выполнение с несоблюдением 1-го из действующих требований									
18	25,0	27,0	29,0	31,0	33,0	35,0	Колени согнуты,+28см		
17									
16									
15									
14									
13	25,1	27,1	29,1	31,1	33,1	35,1	Колени согнуты, наклон любой глубины		
12									
11									
10	25,2	27,2	29,2	31,2	33,2	35,2	Колени согнуты, наклон любой глубины		
9									
8									
7	25,3	27,3	29,3	31,3	33,3	35,3	Колени согнуты, наклон любой глубины		
6									
5									
4	25,4	27,4	29,4	31,4	33,4	35,4	Колени согнуты, наклон любой глубины		
3									
2									
1	Отказ от выполнения упражнения								

Отказ от выполнения

Отказ от выполнения

Отказ от выполнения

Критерии оценивания
дополнительного вступительного испытания
образовательная программа: бакалавриат
направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура (Профиль:
Спортивная тренировка)
вид спорта - **КАРАТЭ**

I этап Физическая подготовка

Гяку дзуки

Выполнение 50 ударов руками в максимальном темпе (сек)

Маваши гэри

Выполнения 25 ударов ногами в максимальном темпе (сек)

Наклон вперед, стоя на скамье

При выполнении наклона ноги должны быть выпрямлены в коленных суставах, пружинистые движения во время наклона не разрешаются. Выполнив наклон необходимо зафиксировать это положение в течение 3 сек.

Выполняется одна попытка контрольного упражнения.

II этап Специализация

Кихон

Перемещения в стойках вперед (маени) и обратно (уширони) с блоками и ударами. Экзаменатор называет направление и стойку, защитную и атакующую технику, уровень атак и блоков. Поступающий выполняет названные действия 3 раза, на третий раз киай.

Техники защиты: аге уке, учи уде уке, сото удэ уке, гедан барай, шуто уке, тэ осае уке, отоши бараи, тейшо уке, хайшу уке, нагаши уке.

Техники ударов руками: ой дзуки, гяку дзуки, кидзами дзуки, маваши дзуки, уракен учи, шуто учи, хайто учи, нукитэ, эмпи учи, тейшо, хиракен, кумадэ.

Техники ударов ногами: гери кекоми и кеаге, йоко гери кекоми и кеаге, маваши гери, уширо гери, микадзуки гери, хиза гери, какато гери, фумикоми гери.

Уровни: дзедан – верхний уровень чудан – средний уровень гедан – нижний уровень.

Ката

Поступающий выполняет ката названое экзаменатором, согласно аттестационных программ на 4 КЮ, по той версии каратэ, которым он занимается:

- Хейян 1, Хейян 2, Хейян 3, Хейян 4, Хейян 5;
- Пин-Ан 1, Пин-Ан 2, Пин-Ан 3, Пин-Ан 4, Пин-Ан 5;
- Гекисай 1, Гекисай 2, Сайфа;

Оценивается техника действий, кимэ, киай, дзансин, контроль напряжения и расслабления, ритм, понимание бункай в ката, равновесие при передвижении и баланс в стойках, потенциал и скорость выполнения технических действий, а также

контроль, угол атаки, хиките, хикиashi, тайминг, маай (оптимальная дистанция), ритуал.

Оговоренные спарринги:

Кумитэ - кихон иппон

Тори (атакующий)

- 2 атаки ой дзуки дзедан
- 2 атаки ой дзуки чудан
- 1 атака мае гери чудан
- 1 атака йоко гери чудан
- 1 атака маваши гери дзедан

Уке (защищающийся) – на каждую атаку – прием защиты с контратакой.

Оценивается техника действий, кимэ, киай, дзансин, контроль напряжения и расслабления, ритм, понимание бункай в ката, равновесие при передвижении и баланс в стойках, потенциал и скорость выполнения технических действий.

Оценка технической подготовленности и проведения оговоренного спарринга оценивается по шкале нормативов вступительных испытаний экзаменаторами внутри диапазона шкалы.

В случае отказа от выполнения отдельного норматива в графе «результат» фиксируется «отказ», а в графе «баллы» выставляется 1 балл. Отказ от выполнения отдельного норматива фиксируется заявлением абитуриента в письменном виде.

Баллы за I и II этапы выводятся как среднее арифметическое суммы баллов, полученных за каждый контрольный норматив. При этом сумма баллов, полученных на I этапе и на II этапе, делится на соответствующее количество нормативов. Среднее арифметическое округляется, согласно арифметических правил округления до целого числа.

Окончательная оценка выводится как среднее арифметическое суммы баллов, полученных за I и II этапы, при этом к сумме не добавляются баллы ниже 60.