

В098-«Спорт»

Нормативы второго творческого экзамена по специализации бокс (3 года обучения)

№ п/п	Вид испытания	Количество ошибок при выполнении задания	Баллы
1	Демонстрация техники бокса в имитационных упражнениях «бой с тенью»	Безошибочное выполнение задания	50
		Одна незначительная ошибка	45
		Две незначительных ошибки	40
		Три незначительные ошибки	35
		Одна значительная ошибка	30
		Две значительных ошибки	25
		Три значительных ошибок	20
		Четыре значительных ошибки	10
		Грубая ошибка	5
		Две и более грубых ошибок	0
Грубые ошибки: а) передвижения в стойках с потерей равновесия и падений; б) потеря равновесия и координации при выполнении ударов и защит; Значительные ошибки: а) нарушение динамики передвижения, баланса и запинаний при выполнении ударов и защит; б) удары незакрытым кулаком и поднятой головой при выполнении ударов и защит; Незначительные ошибки: а) незначительные нарушения пространственно-временных характеристик в передвижениях, ударах и защитах; б) нарушения в экипировке по правилам вида спорта.			
2	Демонстрация техники бокса с партнёром по заданию: «условный бой»	Безошибочное выполнение задания	50
		Одна незначительная ошибка	45
		Две незначительных ошибки	35
		Три незначительные ошибки	30
		Одна значительная ошибка	25
		Две значительных ошибки	20
		Три значительных ошибок	15
		Четыре значительные ошибки	10
		Грубая ошибка	5



		Две и более грубых ошибок	0
Грубые ошибки: а) упражнения выполнены с потерей равновесия, промахами, провалами, ударами «открытой перчаткой» и наотмашь); б) невыполнение условий предлагаемых заданий «условного боя».			
Значительные ошибки: а) чрезмерная амплитуда в защитных и ударных действиях с потерей необходимой дистанции. б) упражнения выполнены с потерей координации и нарушениями временных характеристик защитных действий: (с запаздыванием);			
Незначительные ошибки: а) упражнения выполнены с незначительными нарушениями характеристик ударных действий (постановка кулака, потеря ударной дистанции); б) упражнения выполнены с недостаточной амплитудой в атаках и защитных действиях.			
3	Определение специальной подготовленности боксера: «вольный бой»	Безошибочное выполнение задания	50
		Одна незначительная ошибка	45
		Две незначительных ошибки	35
		Три незначительные ошибки	30
		Одна значительная ошибка	25
		Две значительных ошибки	20
		Три значительных ошибок	15
		Четыре значительных ошибки	10
		Грубая ошибка	5
		Две и более грубых ошибок	0
Грубые ошибки: а) боевые приемы выполнены с потерей равновесия, чрезмерной амплитудой и нарушениями характеристик ударных и защитных действий: (провалы, падения, пропуски очевидных ударов, опасные движения головой); б) боевые приемы выполнены с грубыми нарушениями правил бокса: (удары ниже пояса, броски, опасные движения головой и ногами).			
Значительные ошибки: а) чрезмерная амплитуда в защитных и ударных действиях с потерей необходимой дистанции:(с запаздыванием, удержанием и толканием партнера). б) боевые приемы выполнены не эффективно: (на фоне усталости с потерей координации и пропусками ударов в поединке).			
Незначительные ошибки: а) упражнения выполнены с незначительными нарушениями характеристик ударных действий (постановка кулака, потеря ударной дистанции); б) упражнения выполнены с незначительными нарушениями правил: (замечания за неправильные удары).			

В098-«Спорт»
Нормативы второго творческого экзамена по специализации бокс
(для сокращенной формы обучения)

№ п/п	Вид испытания	Количество ошибок при выполнении задания	Баллы
1	Демонстрация техники бокса в имитационных упражнениях «бой с тенью»	Безошибочное выполнение задания	20
		Одна незначительная ошибка	18
		Две незначительных ошибки	16
		Три незначительные ошибки	14
		Одна значительная ошибка	12
		Две значительных ошибки	10
		Три значительных ошибок	8
		Грубая ошибка	5
		Две и более грубых ошибок	0
Грубые ошибки: а) передвижения в стойках с потерей равновесия и падений; б) потеря равновесия и координации при выполнении ударов и защит; Значительные ошибки: а) нарушение динамики передвижения, баланса и запинаний при выполнении ударов и защит; б) удары незакрытым кулаком и поднятой головой при выполнении ударов и защит; Незначительные ошибки: а) незначительные нарушения пространственно-временных характеристик в передвижениях, ударах и защитах; б) нарушения в экипировке по правилам вида спорта.			
2	Демонстрация техники бокса с партнёром по заданию: «условный бой»	Безошибочное выполнение задания	20
		Одна незначительная ошибка	18
		Две незначительных ошибки	16
		Три незначительные ошибки	14
		Одна значительная ошибка	12
		Две значительных ошибки	10
		Три значительных ошибок	8
		Грубая ошибка	5
		Две и более грубых ошибок	0





Грубые ошибки: а) упражнения выполнены с потерей равновесия, промахами, провалами, ударами «открытой перчаткой» и наотмашь); б) невыполнение условий предлагаемых заданий «условного боя».			
Значительные ошибки: а) чрезмерная амплитуда в защитных и ударных действиях с потерей необходимой дистанции. б) упражнения выполнены с потерей координации и нарушениями временных характеристик защитных действий: (с запаздыванием);			
Незначительные ошибки: а) упражнения выполнены с незначительными нарушениями характеристик ударных действий (постановка кулака, потеря ударной дистанции); б) упражнения выполнены с недостаточной амплитудой в атаках и защитных действиях.			
3	Определение специальной подготовленности боксера: «вольный бой»	Безошибочное выполнение задания	20
		Одна незначительная ошибка	18
		Две незначительных ошибки	16
		Три незначительных ошибки	14
		Одна значительная ошибка	12
		Две значительных ошибки	10
		Три значительных ошибок	8
		Грубая ошибка	5
		Две и более грубых ошибок	0
Грубые ошибки: а) боевые приемы выполнены с потерей равновесия, чрезмерной амплитудой и нарушениями характеристик ударных и защитных действий: (провалы, падения, пропуски очевидных ударов, опасные движения головой); б) боевые приемы выполнены с грубыми нарушениями правил бокса: (удары ниже пояса, броски, опасные движения головой и ногами).			
Значительные ошибки: а) чрезмерная амплитуда в защитных и ударных действиях с потерей необходимой дистанции:(с запаздыванием, удержанием и толканием партнера). б) боевые приемы выполнены не эффективно: (на фоне усталости с потерей координации и пропусками ударов в поединке).			
Незначительные ошибки: а) упражнения выполнены с незначительными нарушениями характеристик ударных действий (постановка кулака, потеря ударной дистанции); б) упражнения выполнены с незначительными нарушениями правил: (замечания за неправильные удары).			