

ПОЛОЖЕНИЕ

о порядке проведения приёмных и контрольно-переводных нормативах в МБУ СП СШОР Ермак»

1. Общие положения

1.1. Настоящее положение разработано в соответствии с ФЗ № 329 от 04.12.2007г. (с последними изменениями) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», приказом Минспорта России от 16.08.2013 № 645 «Порядок приема лиц в физкультурно-спортивные организации, созданные Российской Федерацией и осуществляющие спортивную подготовку», Федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта, Конвенцией ООН о правах ребёнка, Конституцией РФ от 12.12.1993г. Федеральным Законом «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации» от 24.07.1998г. № 124-ФЗ (с последними изменениями), Уставом МБУ СП СШОР «Ермак», программами спортивной подготовки по видам спорта и регламентирует содержание и порядок сдачи приёмных и контрольно-переводных нормативов и перевод воспитанников по этапам подготовки.

1.2. Целью сдачи приёмных нормативов является:

— выявление перспективных детей для зачисления на программы спортивной подготовки;

Целью сдачи контрольно-переводных нормативов является:

— измерение и оценка различных показателей по спортивной подготовке воспитанников СШОР «Ермак» для оценки эффективности спортивной тренировки и перевода воспитанников на последующий этап обучения.

1.3. Контрольно-переводные нормативы являются обязательными для всех воспитанников МБУ СП СШОР «Ермак», проходящих обучение по программам спортивной подготовки.

2. Порядок проведения

2.1. К приёмным и контрольно-переводным нормативам допускаются все воспитанники спортивной школы, имеющие врачебный допуск на день испытаний.

2.2. Воспитанники, выезжающие на тренировочные сборы, спортивные соревнования, могут сдать контрольно-переводные нормативы досрочно.

2.3. Оценка показателей физической и технической подготовленности проводится в соответствии с приёмными и контрольно-переводными нормативами по видам спорта, в соответствии с периодом обучения, федеральными стандартами спортивной подготовки.

2.4. Контрольно-переводные нормативы принимаются один раз в год комиссией, созданной на основании приказа директора, в состав которой входят: председатель комиссии (заместитель директора по спортивной

работе), члены комиссии (старший инструктор-методист, тренер по виду спорта).

2.5. Контрольно-переводные нормативы принимаются в конце тренировочного года (май, июнь), результаты заносятся в протокол, обсуждаются на тренерском совете отделения и выносятся на утверждение на общий тренерский совет.

2.6. Приемные нормативы принимаются в начале учебного года (август - сентябрь), результаты заносятся в протокол, решение о зачислении детей на программу спортивной подготовки принимает приёмная комиссия.

2.7. По итогам приёмных, контрольно-переводных нормативов заполняется протокол сдачи нормативов.

2.8. Перед проведением приёмных и контрольно-переводных нормативов необходимо объяснить обучающимся цель, методику выполнения, критерии оценки за отдельные задания.

2.9. Сдача нормативов проводится на тренировочных занятиях. Перед началом сдачи нормативов с воспитанниками должна быть проведена разминка.

2.11. Форма проведения сдачи приёмных и контрольно-переводных нормативов воспитанниками СШОР «Ермак» должна предусматривать их стремление показать наилучший результат.

3. Порядок перевода воспитанников

3.1. Воспитанники, переводятся на следующий этап обучения при условии выполнения контрольно-переводных нормативов:

— не менее 60% для групп начальной подготовки, и групп тренировочного этапа и при этом отслеживается прирост показателей;

— не менее 80% для групп совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства и при этом отслеживается прирост показателей.

3.2. Перевод воспитанников досрочно в группу следующего года обучения или этапа спортивной подготовки может поводиться по решению тренерского совета на основании выполнения контрольных нормативов общей, специальной физической подготовки и показанных спортивных результатах.

3.3. Воспитанники, успешно сдавшие контрольно-переводные нормативы, переводятся на следующий этап обучения.

3.4. Воспитанники, не выполнившие требования программы и не сдавшие контрольно-переводные нормативы не переводятся на следующий этап обучения и имеют возможность продолжить обучение повторно на том же этапе (но не более одного года) или в группах физической подготовки.

3.5. Вопрос о продолжении спортивной подготовки для данной категории воспитанников рассматривается на общем тренерском совете, на основании данных контрольно-переводных нормативов воспитанников и рекомендаций тренерского совета.

3.6. При возникновении спорных вопросов воспитанник, родители (законные представители), тренер имеют право обратиться в апелляционную комиссию

учреждения в письменном виде, и отражает несогласие либо с системой приема контрольных нормативов, с ее формой, либо с объективностью итогов подведения контрольно-переводных нормативов. Срок подачи заявления на апелляцию – в течение трех дней после возникновения конфликтной ситуации.

Нормативы общей физической, специальной физической подготовки и обязательная техническая программа для зачисления в группы, разработанные в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта находятся в приложениях:

- бокс, приложение №1;
- дзюдо, приложение № 2;
- тяжелая атлетика, приложение № 3;
- пауэрлифтинг, приложение № 4;
- мини-футбол, приложение № 5;
- волейбол, приложение № 6;
- спорт глухих (дзюдо), приложение № 7;
- спорт слепых (дзюдо), приложение № 8.

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки по виду спорта бокс

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)
Быстрота	Бег на 30 м (не более 5,4 с)
	Бег на 100 м (не более 16,0 с)
Выносливость	Бег на 3000 м (не более 15 мин. 00 с)
Сила	Подтягивание на перекладине (не менее 6 раз)
	Поднос ног на перекладине (не менее 6 раз)
	Жим штанги лежа (весом не менее веса собственного тела) кг
Силовая выносливость	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 35 раз)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 180 см)
	Толчок ядра 4 кг (сильнейшей рукой не менее 6 м, слабейшей рукой не менее 4 м)

Приложение 2

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки по виду спорта дзюдо

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Мальчики	Девочки
Координация	Стоя ровно, на одной ноге, руки на поясе. Фиксация положения (не менее 10 сек)	Стоя ровно, на одной ноге, руки на поясе. Фиксация положения (не менее 8 сек)
Сила	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 4 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 3 раз)
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места (не менее 90 см)	Прыжок в длину с места (не менее 70 см)
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу (пальцами рук коснуться пола)	

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки по виду спорта тяжелая атлетика

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)
Быстрота	Бег на 30 м (не более 5,0 с)
	Бег на 60 м (не более 8,0 с)
Скоростно-силовые качества	Прыжок вверх с места (не менее 64 см)
	Прыжок вверх с разбега (не менее 128 см)
	Прыжок в длину с места (не менее 252 см)
	Прыжок в длину с разбега (не менее 460 см)
Сила	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа за 10 с (не менее 8 раз)
	Подъем ног к перекладине в висе на 100 ° (не менее 8 раз)
Выносливость	Вис на перекладине с согнутыми руками (не менее 8 с)
Скоростно-силовые качества	Прыжки на гимнастическую скамейку за 10 с (не менее 10 раз)
	Прыжок в длину с места (не менее 120 см)

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки по виду пауэрлифтинг

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
Скоростные качества	Бег на 30 м (не более 6 с)	Бег на 30 м (не более 6,5 с)
Координация	Челночный бег 3 x 10 м (не более 9 с)	Челночный бег 3 x 10 м (не более 10,5 с)
Сила	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 2 раз)	Подтягивание из виса на низкой перекладине (не менее 7 раз)
Силовая выносливость	Подъем туловища лежа на спине (не менее 12 раз)	Подъем туловища лежа на спине (не менее 7 раз)
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 9 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 5 раз)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 130 см)	Прыжок в длину с места (не менее 125 см)
	Подъем туловища лежа на спине за 20 с (не менее 8 раз)	Подъем туловища лежа на спине за 20 с (не менее 5 раз)
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами (пальцами рук коснуться пола)	

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для
зачисления в группы на этапе начальной подготовки
по виду спорта футбол (мини-футбол)**

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)
Скорость	Бег на 30 м со старта (не более 6,6 с)
	Бег на 60 м со старта (не более 11,8 с)
	Челночный бег 3 x 10 м (не более 9,3 с)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 135 см)
	Тройной прыжок (не менее 360 см)
	Прыжок вверх с места со взмахом руками (не менее 12 см)
Выносливость	Бег на 1000 м (без учета времени)