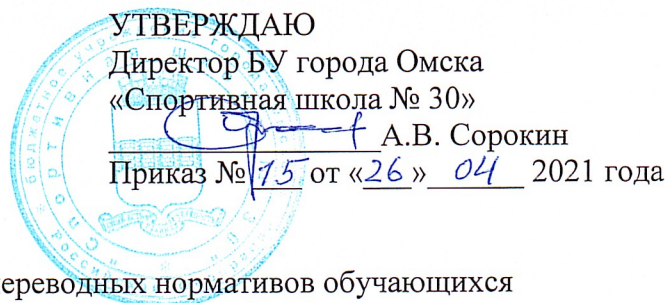


Рассмотрено и принято
на тренерском совете БУ города Омска
«Спортивная школа № 30»
Протокол № 10
от «26» 04 2021 года



Положение о приеме контрольно-переводных нормативов обучающихся в БУ города Омска «Спортивная школа № 30»

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказом Министерства спорта Российской Федерации от 12.09.2013 № 731 «Об утверждении порядка приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта», Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Уставом учреждения, локальными нормативными актами учреждения и распространяется на все отделения БУ города Омска «Спортивная школа № 30» (далее – Учреждение) реализующие дополнительные общеобразовательные программы.

II. ЦЕЛЬ, ЗАДАЧИ И ФУНКЦИИ

2.1. Цель: определение уровня развития общих физических и специальных физических качеств обучающихся, необходимых для занятий конкретным видом спорта на последующем этапе обучения.

2.2. Задачи:

- выявление степени сформированности практических умений и навыков обучающихся в выбранном ими виде спорта;
- анализ полноты реализации образовательной программы по виду спорта;
- определение уровня подготовленности обучающихся, динамика роста их результатов;
- выявление причин, препятствующих полноценной реализации образовательной программы;
- внесение необходимых коррективов в содержание и методику тренировочного процесса.

2.3. Функции:

- развивающая – позволяет занимающимся осознать уровень их физического развития и определить перспективы;
- коррекционная – позволяет тренеру-преподавателю своевременно выявить и устранить объективные и субъективные недостатки тренировочного процесса;

III. ФОРМЫ, ПОРЯДОК И ПЕРИОДИЧНОСТЬ ПРОВЕДЕНИЯ КОНТРОЛЬНЫХ И КОНТРОЛЬНО-ПЕРЕВОДНЫХ НОРМАТИВОВ

3.1. Формы, порядок, условия проведения контрольных и контрольно-переводных нормативов определяются образовательной программой. Нормативы могут быть контрольными (этапный, текущий и оперативный контроль, приемные для зачисления в учреждение) и контрольно-переводными, связанные с переводом занимающихся в группу более высокого уровня сложности.

3.2. Контрольные и контрольно-переводные нормативы проводятся в форме тестовых испытаний по общей и специальной физической подготовке, теоретическим знаниям, технической подготовке, контрольных тренировочных занятий, контрольных соревнований.

3.3. Содержание контрольных и контрольно-переводных нормативов должно соответствовать целям и задачам образовательной программы, выявлять уровень подготовки занимающихся, владение практическими умениями и навыками, необходимыми для усвоения программы, уровень развития физических способностей.

3.4. К приему комплекса контрольно-переводных нормативов допускаются все обучающиеся по образовательной программе в спортивной школе, имеющие врачебный допуск на день сдачи нормативов.

3.5. Не менее чем за месяц до приема контрольно-переводных нормативов, тренер-преподаватель должен в письменном виде представить график предполагаемой аттестации занимающихся. На основании представленных заявок за две недели составляется общий график проведения приемов нормативов, который утверждается приказом директора спортивной школы.

3.6. Обучающиеся, выезжающие на тренировочные мероприятия, соревнования или иные спортивные мероприятия, могут сдать контрольно-переводные нормативы досрочно.

3.7. Обучающиеся, не сдавшие контрольные нормативы могут быть оставлены на повторный год обучения на данном этапе, с согласия родителей (законных представителей).

3.8. Обучающиеся, не сдавшие по причине болезни контрольно-переводные нормативы, на основании решения тренерского совета, при наличии медицинской справки могут сдать нормативы позднее.

3.9. По заявлению родителей (законных представителей) обучающемуся предоставляется право досрочной сдачи контрольно-переводных нормативов (тестов) в случае возникновения особых обстоятельств (досрочный отъезд и пр.).

3.10. Контрольно-переводные нормативы принимаются два раза в год: в сентябре и мае, результаты заносятся в протокол, обсуждаются на тренерском совете.

3.11. Приемные контрольные нормативы проводятся в соответствии с Положением «О порядке зачисления, перевода, отчисления и восстановления обучающихся в БУ города Омска «СШ № 30».

3.12. Прием нормативов осуществляет комиссия, утвержденная приказом директора БУ города Омска «СШ № 30». В состав комиссии входят директор, заместитель директора, инструктор-методист, тренеры-преподаватели по видам спорта.

3.13. Перед проведением приема контрольно-переводных нормативов необходимо объяснить обучающимся его цель, методику выполнения, критерии оценки за отдельные задания, обоснование средней оценки за все нормативы.

3.14. Перед тестированием должна быть проведена разминка.

IV. ОЦЕНКА, ОФОРМЛЕНИЕ И АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ ПРИЁМА КОНТРОЛЬНО-ПЕРЕВОДНЫХ НОРМАТИВОВ

4.1. Содержание комплекса контрольно-переводных нормативов включает в себя:

- определение уровня общей и специальной физической подготовленности;
- определение уровня теоретических знаний;
- определение технической подготовленности;
- уровень спортивного мастерства – участие в спортивных соревнованиях.

4.2. Критерии оценки уровня развития общих физических и специальных физических качеств определяются с учетом требований федеральных стандартов по виду спорта и в соответствии с уровнем сложности программы (Приложения 1 – 14).

4.3. Выполнение/невыполнение норматива, оценивается по принципу зачет-незачет. Занимающиеся переводятся на следующий уровень сложности при условии выполнения ими от 60 до 100 % от всего комплекса контрольно-переводных нормативов.

4.4. Результаты приема контрольно-переводных нормативов фиксируются в протоколе сдачи контрольно-переводных нормативов, который является одним из отчетных документов и хранится в администрации спортивной школы.

4.5. По итогам контрольно-переводных нормативов издаётся приказ о переводе в группу на следующий уровень сложности обучающихся, выполнивших нормативные требования.

Таблица 1

Нормативы общей физической подготовки для спортивно-оздоровительных групп по видам спорта: рукопашный бой, кикбоксинг, тхэквондо, каратэ

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
Скоростные качества	Бег 30 м (не более 6,0 с)	Бег 30 м (не более 6,6 с)
Координация	Челночный бег 3 x 10 м (не более 16,6 с)	Челночный бег 3 x 10 м (не более 17 с)
Сила	Подтягивания на перекладине (не менее 2 раз)	Подтягивания на перекладине (не менее 1 раза)
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 5 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 3 раз)
	Мост гимнастический (простоять не менее 10 с)	Мост гимнастический (простоять не менее 10 с)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 100 см)	Прыжок в длину с места (не менее 90 см)

Таблица 2

Нормативы общей физической подготовки для спортивно-оздоровительных групп по виду спорта танцевальный спорт

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
Скоростные качества	Бег 30 м (не более 7,0 с)	Бег 30 м (не более 7,5 с)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 110 см)	Прыжок в длину с места (не менее 100 см)
Гибкость	И.П. – стойка ноги вместе, руки вверху, в замке. Отведение рук назад (не менее 10*)	И.П. – стойка ноги вместе, руки вверху, в замке. Отведение рук назад (не менее 20*)
Координация	Равновесие на одной ноге, другая согнута в сторону, стопа прижата к колену опорной ноги, руки в стороны (удержание положения в течение 3 с)	Равновесие на одной ноге, другая согнута в сторону, стопа прижата к колену опорной ноги, руки в стороны (удержание положения в течение 4 с)
Сила	Подъем туловища лежа на спине (не менее 5 раз)	Подъем туловища лежа на спине (не менее 3 раз)

Таблица 3

Нормативы контрольных упражнений для оценки результатов освоения образовательной программы в группах базового уровня сложности 1 – 4 года обучения по виду спорта кикбоксинг

Норматив	Результат	
	Юноши	Девушки
Бег 30 м	не более 5,6 с	не более 6,2 с
Челночный бег 3 x 10 м	не более 16 с	не более 16 с
Непрерывный бег в свободном темпе	10 мин	8 мин
Подтягивания на перекладине	не менее 5 раз	не менее 2 раз
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	не менее 15 раз	не менее 13 раз
Подъем туловища в положении лежа за 30 с	не менее 15 раз	не менее 13 раз
Прыжок в длину с места	не менее 120 см	не менее 110 см
Теоретические основы физической культуры и спорта (ответы на вопросы)	Зачтено / не зачтено	
Избранный вид спорта	Зачтено / не зачтено	
Вариативные предметные области (оценка формируется тренером-преподавателем по результатам текущего контроля образовательного процесса по всем вариативным областям изучаемых в учебном году в форме недифференцированного зачета)	Зачтено / не зачтено	

Таблица 4

Нормативы контрольных упражнений для оценки результатов освоения образовательной программы в группах базового уровня сложности 5 – 6 года обучения по виду спорта кикбоксинг

Норматив	Результат	
	Юноши	Девушки
Бег 30 м	не более 5 с	не более 5,6 с
Челночный бег 3 x 10 м	не более 13 с	не более 13,5 с
Непрерывный бег в свободном темпе	12 мин	10 мин
Подтягивания на перекладине	не менее 10 раз	не менее 8 раз
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	не менее 15 раз	не менее 13 раз
Подъем туловища в положении лежа за 30 с	не менее 15 раз	не менее 15 раз
Прыжок в длину с места	не менее 130 см	не менее 115 см
Теоретические основы физической культуры и спорта (ответы на вопросы)	Зачтено / не зачтено	
Избранный вид спорта	Зачтено / не зачтено	
Вариативные предметные области (оценка формируется тренером-преподавателем по результатам текущего контроля образовательного процесса по всем вариативным областям изучаемых в учебном году в форме недифференцированного зачета)	Зачтено / не зачтено	

Таблица 5

Нормативы контрольных упражнений для оценки результатов освоения образовательной программы в группах углубленного уровня сложности 1 – 4 года обучения по виду спорта кикбоксинг

Норматив	Результат	
	Юноши	Девушки
Бег 30 м	не более 5 с	не более 5,6 с
Бег 100 м	не более 14,5 с	не более 15,5 с
Бег 1000 м	не более 3 мин 30 с	не более 4 мин 30 с
Подтягивания на перекладине	не менее 12 раз	не менее 10 раз
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	не менее 15 раз	не менее 13 раз
Подъем туловища в положении лежа за 30 с	не менее 15 раз	не менее 15 раз
Прыжок в длину с места	не менее 180 см	не менее 160 см
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа	
Теоретические основы физической культуры и спорта (ответы на вопросы)	Зачтено / не зачтено	
Избранный вид спорта	Зачтено / не зачтено	
Вариативные предметные области (оценка формируется тренером-преподавателем по результатам текущего контроля образовательного процесса по всем вариативным областям изучаемых в учебном году в форме недифференцированного зачета)	Зачтено / не зачтено	

Таблица 6

Нормативы контрольных упражнений для оценки результатов освоения образовательной программы в группах базового уровня сложности 1 – 4 года обучения по виду спорта тхэквондо

Норматив	Результат	
	Юноши	Девушки
Бег 30 м	не более 5,2 с	не более 5,4 с
Челночный бег 3x8 м	не более 6,5 с	не более 6,7 с
Непрерывный бег в свободном темпе	2000 м (без учета времени)	1500 м (без учета времени)
Подтягивания из виса (юноши на перекладине, девушки на низкой перекладине)	не менее 6 раз	не менее 15 раз
Подъем туловища в положении лежа за 30 с	не менее 22 раз	не менее 20 раз
Прыжок в длину с места	не менее 170 см	не менее 150 см
Продольный шпагат	не более 15 см. от линии паха	не более 10 см. от линии паха
Поперечный шпагат	не более 25 см. от линии паха	не более 20 см. от линии паха
Теоретические основы физической культуры и спорта (ответы на вопросы)	Зачтено / не зачтено	
Избранный вид спорта	Зачтено / не зачтено	
Вариативные предметные области (оценка формируется тренером-преподавателем по результатам текущего контроля образовательного процесса по всем вариативным областям изучаемых в учебном году в форме недифференцированного зачета)	Зачтено / не зачтено	

Таблица 7

Нормативы контрольных упражнений для оценки результатов освоения образовательной программы в группах базового уровня сложности 5 – 6 года обучения по виду спорта тхэквондо

Норматив	Результат	
	Юноши	Девушки
Бег 30 м	не более 5 с	не более 5,2 с
Челночный бег 3x8 м	не более 6,3 с	не более 6,5 с
Бег 2000 м	не более 9 мин	не более 11 мин
Подтягивания из вися (юноши на перекладине, девушки на низкой перекладине)	не менее 10 раз	не менее 18 раз
Подъем туловища в положении лежа за 30 с	не менее 24 раз	не менее 20 раз
Прыжок в длину с места	не менее 200 см	не менее 180 см
Продольный шпагат	не более 15 см. от линии паха	не более 10 см. от линии паха
Поперечный шпагат	не более 25 см. от линии паха	не более 20 см. от линии паха
Теоретические основы физической культуры и спорта (ответы на вопросы)	Зачтено / не зачтено	
Избранный вид спорта	Зачтено / не зачтено	
Вариативные предметные области (оценка формируется тренером-преподавателем по результатам текущего контроля образовательного процесса по всем вариативным областям изучаемых в учебном году в форме недифференцированного зачета)	Зачтено / не зачтено	

Таблица 8

Нормативы контрольных упражнений для оценки результатов освоения образовательной программы в группах углубленного уровня сложности 1 – 4 года обучения по виду спорта тхэквондо

Норматив	Результат	
	Юноши	Девушки
Бег 100 м	не более 13,5 с	не более 14,5 с
Челночный бег 3x8 м	не более 6,0 с	не более 6,2 с
Бег 1000 м	не более 3 мин 50 с	не более 4 мин 20 с
Подтягивания из вися (юноши на перекладине, девушки на низкой перекладине)	не менее 10 раз	не менее 18 раз
Подъем туловища в положении лежа за 30 с	не менее 26 раз	не менее 22 раз
Прыжок в длину с места	не менее 220 см	не менее 190 см
Продольный шпагат	не более 10 см. от линии паха	не более 5 см. от линии паха
Поперечный шпагат	не более 15 см. от линии паха	не более 10 см. от линии паха
Теоретические основы физической культуры и спорта (ответы на вопросы)	Зачтено / не зачтено	
Избранный вид спорта	Зачтено / не зачтено	
Вариативные предметные области (оценка формируется тренером-преподавателем по результатам текущего контроля образовательного процесса по всем вариативным областям изучаемых в учебном году в форме недифференцированного зачета)	Зачтено / не зачтено	

Нормативы контрольных упражнений для оценки результатов освоения образовательной программы в группах базового уровня сложности 1 – 4 года обучения по виду спорта танцевальный спорт

Норматив	Результат	
	Юноши	Девушки
Бег 30 м	не более 6,9 с	не более 7,2 с
Прыжок в длину с места	не менее 115 см	не менее 110 см
Прыжок в высоту с места	не менее 20 см	не менее 15 см
И.П. – стойка ноги вместе, руки вверху, в замке. Отведение рук назад	не менее 15*	не менее 30*
Равновесие на одной ноге, другая согнута в сторону, стопа прижата к колену опорной ноги, руки в стороны	удержание положения в течение 4 с	удержание положения в течение 5 с
Подъем туловища, лежа на спине	не менее 7 раз	не менее 5 раз
Теоретические основы физической культуры и спорта (ответы на вопросы)	Зачтено / не зачтено	
Избранный вид спорта	Зачтено / не зачтено	
Вариативные предметные области (оценка формируется тренером-преподавателем по результатам текущего контроля образовательного процесса по всем вариативным областям изучаемых в учебном году в форме недифференцированного зачета)	Зачтено / не зачтено	

Таблица 10

Нормативы контрольных упражнений для оценки результатов освоения образовательной программы в группах базового уровня сложности 5 – 6 года обучения по виду спорта танцевальный спорт

Норматив	Результат	
	Юноши	Девушки
Прыжки с вращением скакалки вперед за 1 мин	не менее 70 прыжков	не менее 60 прыжков
Бег 20 м	не более 4,5 с	не более 4,8 с
Челночный бег 3x10 м	не более 13 с	не более 13,5 с
Прыжок в длину с места	не менее 140 см	не менее 130 см
Подъем туловища из положения лежа за 1 мин	не менее 35 раз	не менее 20 раз
Непрерывный бег в свободном темпе	не менее 10 мин	не менее 10 мин
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа	
Теоретические основы физической культуры и спорта (ответы на вопросы)	Зачтено / не зачтено	
Избранный вид спорта	Зачтено / не зачтено	
Вариативные предметные области (оценка формируется тренером-преподавателем по результатам текущего контроля образовательного процесса по всем вариативным областям изучаемых в учебном году в форме недифференцированного зачета)	Зачтено / не зачтено	

Таблица 11

Нормативы контрольных упражнений для оценки результатов освоения образовательной программы в группах углубленного уровня сложности 1– 4 года обучения по виду спорта танцевальный спорт

Норматив	Результат	
	Юноши	Девушки
Прыжки с вращением скакалки вперед за 1 мин	не менее 160 прыжков	не менее 150 прыжков
Бег 20 м	не более 3,8 с	не более 4,4 с
Прыжок в длину с места	не менее 200 см	не менее 175 см
Подъем туловища из положения лежа за 1 мин	не менее 47 раз	не менее 40 раз
Бег 600 м	не более 2 мин 05 с	не более 2 мин 25 с
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа	
Теоретические основы физической культуры и спорта (ответы на вопросы)	Зачтено / не зачтено	
Избранный вид спорта	Зачтено / не зачтено	
Вариативные предметные области (оценка формируется тренером-преподавателем по результатам текущего контроля образовательного процесса по всем вариативным областям изучаемых в учебном году в форме недифференцированного зачета)	Зачтено / не зачтено	

Таблица 12

Нормативы контрольных упражнений для оценки результатов освоения образовательной программы в группах базового уровня сложности 1 – 4 года обучения по виду спорта каратэ

Норматив	Результат	
	Юноши	Девушки
Бег на 60 м	не более 12 с	не более 12,9 с
Бег 1000 м	не более 6 мин 30 с	не более 6 мин 50 с
Челночный бег 3 x 10 м	не более 9 с	не более 9,5 с
Подтягивания из виса (юноши на перекладине, девушки на низкой перекладине)	не менее 2 раз	не менее 7 раз
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	не менее 9 раз	не менее 5 раз
Подъем туловища лежа на полу за 30 с	не менее 23 раз	не менее 17 раз
Прыжок в длину с места	не менее 130 см	не менее 125 см
Теоретические основы физической культуры и спорта (ответы на вопросы)	Зачтено / не зачтено	
Избранный вид спорта	Зачтено / не зачтено	
Вариативные предметные области (оценка формируется тренером-преподавателем по результатам текущего контроля образовательного процесса по всем вариативным областям изучаемых в учебном году в форме недифференцированного зачета)	Зачтено / не зачтено	

Таблица 13

Нормативы контрольных упражнений для оценки результатов освоения образовательной программы в группах базового уровня сложности 5 – 6 года обучения по виду спорта каратэ

Норматив	Результат	
	Юноши	Девушки
Бег на 60 м	не более 10,8 с	не более 11,2 с
Бег 1500 м	не более 7 мин 55 с	не более 8 мин 35 с
Челночный бег 3 x 10 м	не более 8 с	не более 8,8 с
Подтягивания из виса (юноши на перекладине, девушки на низкой перекладине)	не менее 4 раз	не менее 11 раз
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	не менее 12 раз	не менее 7 раз
Подъем туловища лежа на полу за 30 с	не менее 26 раз	не менее 20 раз
Прыжок в длину с места	не менее 160 см	не менее 145 см
Теоретические основы физической культуры и спорта (ответы на вопросы)	Зачтено / не зачтено	
Избранный вид спорта	Зачтено / не зачтено	
Вариативные предметные области (оценка формируется тренером-преподавателем по результатам текущего контроля образовательного процесса по всем вариативным областям изучаемых в учебном году в форме недифференцированного зачета)	Зачтено / не зачтено	

Таблица 14

Нормативы контрольных упражнений для оценки результатов освоения образовательной программы в группах углубленного уровня сложности 1 – 4 года обучения по виду спорта каратэ

Норматив	Результат	
	Юноши	Девушки
Бег на 60 м	не более 9,0 с	не более 10,0 с
Бег 1500 м	не более 7 мин 40 с	не более 8 мин 20 с
Челночный бег 3 x 10 м	не более 8 с	не более 8,8 с
Подтягивания из виса (юноши на перекладине, девушки на низкой перекладине)	не менее 8 раз	не менее 16 раз
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	не менее 30 раз	не менее 25 раз
Подъем туловища лежа на полу за 30 с	не менее 30 раз	не менее 25 раз
Прыжок в длину с места	не менее 200 см	не менее 165 см
Теоретические основы физической культуры и спорта (ответы на вопросы)	Зачтено / не зачтено	
Избранный вид спорта	Зачтено / не зачтено	
Вариативные предметные области (оценка формируется тренером-преподавателем по результатам текущего контроля образовательного процесса по всем вариативным областям изучаемых в учебном году в форме недифференцированного зачета)	Зачтено / не зачтено	