

ПРИНЯТО:
на педагогическом совете
МОУ ДО «СШ» СМО
Протокол № 64 от 13.03.2023г

СОГЛАСОВАНО:
на родительском совете
Протокол №5от 13.03.2023г

УТВЕРЖДЕНО:
Приказом директора
МОУ ДО «СШ» СМО
№ 5-п от 13 марта 2023г

**Положение
о проведении индивидуального набора
(индивидуального отбора) поступающих
для прохождения спортивной подготовки в
Муниципальном образовательном учреждении
дополнительного образования «Спортивная школа»
Спировского муниципального округа**

1. . Общие положения

1.1. Муниципальное образовательное учреждение дополнительного образования «Спортивная школа» Спировского муниципального округа (далее - СШ) является физкультурно-спортивной организацией и осуществляет спортивную подготовку лиц по видам спорта, включенным во Всероссийский реестр видов спорта, в целях включения их в состав спортивных сборных команд, в том числе спортивных сборных команд Российской Федерации.

1.2. Прием лиц, желающих проходить спортивную подготовку в СШ (далее - поступающих), осуществляется в соответствии с Положением о приеме и зачислении лиц, проходящих программы спортивной подготовки, в СШ на основании результатов индивидуального отбора.

1.3. Настоящее Положение о порядке проведения набора (индивидуального отбора) поступающих для прохождения спортивной подготовки в СШ (далее - Положение) разработано в целях:

- непрерывного систематического поиска и подбора состава перспективных спортсменов для достижения высоких спортивных результатов, а также своевременного комплектования групп СШ в случае изменения численного состава (уменьшения);
- обеспечения соблюдения прав поступающих, прав законных представителей несовершеннолетних поступающих, установленных законодательством Российской Федерации на основе принципов гласности, открытости и объективности оценки способностей поступающих.

2. Особенности проведения набора (индивидуального отбора) поступающих для прохождения спортивной подготовки

2.1. Индивидуальный отбор - это оценка общей физической подготовленности, специальной физической подготовленности, психологических особенностей, двигательных умений поступающего лица, необходимых для освоения программы спортивной подготовки.

2.2. Индивидуальный отбор в СШ проводится в форме тестирования, а также СШ вправе проводить предварительные просмотры, анкетирование и консультации.

2.3. Настоящее Положение регламентирует проведение индивидуального отбора:

2.3.1. При приеме поступающих в СШ для прохождения спортивной подготовки по избранным видам спорта на следующие этапы подготовки:

- а) этап начальной подготовки (периоды подготовки до одного года и свыше одного года) (далее - НП);
- б) тренировочный этап (этап спортивной специализации) (периоды подготовки до двух лет и свыше двух лет) (далее - ТЭ).

2.4. Прием поступающих в СШ для прохождения спортивной подготовки и индивидуальный отбор осуществляются в августе, а также при наличии

вакантных мест ежемесячно в течение календарного года.

2.5. В целях максимального информирования поступающих и законных представителей несовершеннолетних поступающих СШ размещает документы и информацию за месяц до начала проведения индивидуального отбора:

- на информационном стенде;
- в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (на официальном сайте СШ),

2.6. Перечень документов для приема поступающих в СШ установлены Положением о приеме, зачислении, переводе, отчислении и восстановлении лиц, проходящих спортивную подготовку, в СШ.

2.7. Индивидуальный отбор поступающих осуществляется приемной комиссией СШ не позднее чем через 14 дней с момента окончания приема заявлений.

2.7.1. Конкретную информацию о точной дате, месте и форме одежды для участия в индивидуальном отборе поступающие и их законные представители имеют право получить не позднее, чем за два дня до мероприятия, а также данная информация размещается на официальном сайте телекоммуникационной сети Интернет и информационных стендах СШ не позднее, чем в указанные выше сроки.

2.8. Результаты индивидуального отбора объявляются не позднее, чем через три рабочих дня после его проведения.

2.9. Требования, предъявляемые к минимальному (максимальному) возрасту поступающих лиц:

2.9.1. Минимальный возраст лиц, поступающих на этап спортивной подготовки, определяется в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки и программами спортивной подготовки по видам спорта, разработанными и реализуемыми СШ.

2.9.2. Возраст поступающих должен соответствовать классификации возрастных групп, утвержденных правилами по видам спорта. Классификация возрастных групп определяется сроком начала и окончания соревновательного сезона.

2.9.3. Максимальный возраст лиц, занимающихся по программам спортивной подготовки, не ограничивается.

2.10. Оценка уровня подготовленности поступающих на их соответствие требованиям, предъявляемым к уровню общей физической (далее - ОФП) и специальной физической подготовки (далее - СФП), проводится по результатам сдачи нормативов ОФП и СФП:

2.13.1. Для лиц, поступающих на этап начальной подготовки, уровень ОФП и СФП должен соответствовать нормативам, установленным федеральным стандартом по виду спорта по спортивной подготовке.

2.13.2. Для лиц, поступающих на тренировочный этап (этап спортивной специализации) уровень ОФП и СФП должен соответствовать нормативам, установленным федеральным стандартом по виду спорта по спортивной

подготовке.

2.11. Для зачисления на этапы спортивной подготовки в СШ применяется балльная система оценки и устанавливается проходной балл:

2.12. Оценка уровня ОФП и СФП поступающих определяется оценкой тестов (далее - проходной балл) в баллах, полученных ими за выполнение физических упражнений (тестов), т.е. результаты сданных нормативов в баллах суммируются.

2.13. Для того, чтобы быть зачисленным на этап спортивной подготовки поступающему нужно выполнить (сдать) нормативы по ОФП и СФП и получить проходной балл, установленный для каждого этапа подготовки по виду спорта.

2.14. Зачисление на бюджетные места происходит, если набран проходной балл, соответствующий этапу спортивной подготовки. Если количество поступающих, сдавших нормативы, больше, чем количество бюджетных мест, то зачисляются те поступающие, у которых сумма набранных баллов выше.

2.14.1. При равном количестве баллов у поступающих решение о зачислении в СШ принимается путем открытого голосования членов приемной комиссии, присутствующих на заседании. При равном количестве голосов «за» и «против» голос председателя приемной комиссии является решающим.

2.14.2. Критерии отбора для зачисления поступающих для прохождения спортивной и по избранному виду спорта содержатся в Приложениях к настоящему Положению.

2.15. Для непрерывного целевого поиска и подбора состава перспективных спортсменов для достижения высоких спортивных результатов, своевременного комплектования групп в случае изменения численного состава (уменьшения) в течение календарного года СШ осуществляет дополнительный набор (индивидуальный отбор), желающих заниматься выбранным видом (или видами) спорта и проходить спортивную подготовку и в СШ.

2.16. Срок приема документов для поступления и график проведения индивидуального отбора утверждается приказом директора СШ.

Приложение 1

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки по виду спорта «спортивная борьба»

п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки						
1.1.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			6,9	7,1	6,7	6,8
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			7	4	10	6
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		не менее	
			+1	+3	+3	+5
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее	
			110	105	120	115
1.5.	Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м	количество попаданий	не менее		не менее	
			2	1	3	2
2. Нормативы специальной физической подготовки						
2.1.	Стоя ровно, на одной ноге, руки на поясе. Фиксация положения	с	не менее		не менее	
			10,0	8,0	12,0	10,0
2.2.	Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке	количество раз	не менее		не менее	
			2		3	

Приложение 2
 Нормативы общей физической и специальной
 физической подготовки для зачисления и перевода
 в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)
 по виду спорта “спортивная борьба”.

N п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			мальчики/юноши	девочки/девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			10,4	10,9
1.2.	Бег на 1500 м	мин, с	не более	
			8.05	8.29
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			20	15
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+5	+6
1.5.	Челночный бег 3 х 10 м	с	не более	
			8,7	9,1
1.6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			160	145
1.7.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			7	-
1.8.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			-	11

2. Нормативы специальной физической подготовки			
2.1.	Подъем выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке в положение "угол"	количество раз	не менее
			6
			4
2.2.	Прыжок в высоту с места	см	не менее
			40
2.3.	Тройной прыжок с места	м	не менее
			5
2.4.	Бросок набивного мяча (3 кг) вперед из-за головы	м	не менее
			5,2
2.5.	Бросок набивного мяча (3 кг) назад	м	не менее
			6,0
3. Уровень спортивной квалификации			
3.1.	Период обучения на этапах спортивной подготовки (до трех лет)		Спортивные разряды - "третий юношеский спортивный разряд", "второй юношеский спортивный разряд", "первый юношеский спортивный разряд"
<u>Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта "спортивная борьба"</u>	Период обучения на этапах спортивной подготовки (свыше трех лет)		Спортивные разряды - "третий спортивный разряд", "второй спортивный разряд", "первый спортивный разряд"

Приложение 3

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

п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки						
1.1.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			6,9	7,1	6,2	6,4
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			7	4	10	5
1.3.	Смешанное передвижение на 1000 м	мин,с	не более		не более	
			7,10	7,35	-	-
1.4.	Бег 1000 м	мин,с	не более		не более	
			-	-	6,10	6,30
1.5.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		не менее	
			+1	+3	+2	+3
1.6	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее	
			110	105	130	120
2. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины "весовая категория"						
2.1.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			6,2	6,4	5,7	6,0
2.2.	Бег на 1000 м	мин, с	не более		не более	
			6,10	6,30	-	-
2.3	Бег на 1500 м	мин,с	не более		не более	
			-	-	8,20	8,55
2.4	Сгибание и разгибание рук в положении лежа на полу	Количество раз	не менее		не менее	
			10	5	13	7
2.5	Наклон вперед из положения на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		не менее	

			+2	+3	+3	+4
2.6	Челночный бег 3x10	с	не более		не более	
			9,6	9,9	9,0	9,4
2.7	Прыжки в длину с места толчком двумя ногами	см	не более		не более	
			130	120	150	135
3. Нормативы специальной физической подготовки						
3.1	Подтягивание из виса на высокой перекладине	Количество раз	не менее		не менее	
			2	-	3	-
3.2	Подтягивание из виса на низкой перекладине	Количество раз	не менее		не менее	
			-	4	-	9
3.3	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 30 с)	количество раз	не менее		не менее	
			10	9	16	14

Приложение 4
 Нормативы общей физической и специальной
 физической подготовки для зачисления и перевода
 в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)
 по виду спорта "киокусинкай".

N п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			мальчики/юноши	девочки/девушки
1. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины "ката"				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			6,2	6,4
1.2.	Бег на 1000 м	мин, с	не более	
			6,10	6,30
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			10	5
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+2	+3
1.5.	Челночный бег 3 x 10 м	с	не более	
			9,6	9,9
1.6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			130	120
2. Нормативы общей физической подготовки для спортивных дисциплин "весовая категория"				
2.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			5,7	6,0
2.2.	Бег на 1500 м	мин,с	не более	
			8,20	8,55
2.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			13	7
2.4.	Наклон вперед из положения стоя на	см	не менее	

	гимнастической скамье (от уровня скамьи)			
			+3	+4
2.5.	Челночный бег 3 x 10 м	с	не более	
			9,0	9,4
2.6	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			150	
3. Нормативы специальной физической подготовки				
3.1	Подтягивание из виса на высокой перекладине		не менее	
			5	-
3.2	Подтягивание из виса на низкой перекладине	количество раз	не менее	
			-	7
4. Уровень спортивной квалификации				
4.1.	Период обучения на этапах спортивной подготовки (до трех лет)		Спортивные разряды - "третий юношеский спортивный разряд", "второй юношеский спортивный разряд", "первый юношеский спортивный разряд"	
4.2	Период обучения на этапах спортивной подготовки (свыше трех лет)		Спортивные разряды - "третий спортивный разряд", "второй спортивный разряд", "первый спортивный разряд"	

Приложение 5

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

п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины "весовая категория"						
1.1.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			6,2	6,4	5,7	5,0
1.2.	Бег 1000 м	мин,с	не более		не более	
			5,10	6,30	-	-
1.3.	Бег 1500	мин,с	не более		не более	
			-	-	8,20	8,55
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		не менее	
			+2	+3	+3	+4
1.5	Челночный бег 3x10	с	не более		не более	
			9,6	9,9	9,0	9,4
1.6	Прыжки в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее	
			130	120	150	135
1.7	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Количество раз	не менее		не менее	
			10	5	13	7
1.8	Подтягивание из виса на высокой перекладине	Количество раз	не менее		не менее	
			2	-	3	-
1.9	Подтягивание из виса на низкой перекладине	Количество раз	не менее		не менее	
			-	7	-	9
2. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины "демонстрационное самбо"						
2.1.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			6,9	7,1	6,7	5,8

2.2.	Смешанное передвижение на 1000 м	мин, с	не более		не более	
			7,10	7,35	6,40	7,05
2.3	Наклон вперед из положения на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		не менее	
			+1	+3	+3	+5
2.4	Челночный бег 3x10	с	не более		не более	
			10,3	10,6	10,0	10,4
2.5	Прыжки в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее	
			110	105	120	115

Приложение 6
 Нормативы общей физической и специальной
 физической подготовки для зачисления и перевода
 в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)
 по виду спорта «самбо»

N п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			мальчики/юноши	девочки/девушки
1. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины "весовая категория"				
1.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			10,4	10,9
1.2.	Бег на 1500 м	мин, с	не более	
			8,05	8,29
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			18	9
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+5	+6
1.5.	Челночный бег 3 x 10 м	с	не более	
			8,7	9,1
1.6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			160	145
1.7	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			4	-
1.8	Подтягивание из виса на низкой перекладине	количество раз	не менее	
			-	11
2. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины "демонстрационное самбо"				
2.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			11,5	12,0

2.2.	Бег на 1000 м	мин,с	не более	
			5,50	6,20
2.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			13	7
2.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+4	+5
2.5.	Челночный бег 3 x 10 м	с	не более	
			9,3	9,5
2.6	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			140	130
3. Нормативы специальной физической подготовки для спортивной дисциплины "весовая категория"				
3.1	Забегания на "борцовском мосту"(5 раз - влево и 5 раз - вправо)		не более	
			19,0	25,0
3.2	10 переворотов из упора головой в ковер на "борцовский мост" и обратно	количество раз	не менее	
			25,0	28,0
3.3	10 бросков партнера (через бедро, передней подножкой, подхватом, через спину)	с	не более	
			21,0	26,0
4. Уровень спортивной квалификации				
4.1.	Период обучения на этапах спортивной подготовки (до трех лет)		Спортивные разряды - "третий юношеский спортивный разряд", "второй юношеский	

		спортивный разряд", "первый юношеский спортивный разряд"
4.2	Период обучения на этапах спортивной подготовки (свыше трех лет)	Спортивные разряды - "третий спортивный разряд", "второй спортивный разряд", "первый спортивный разряд"

Приложение 7

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

п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины "футбол"						
1.1.	Бег на 10 м с высокого старта	с	не более		не более	
			2,35	2,50	2,30	2,40
1.2.	Бег 30 м	с	не более		не более	
			-	-	6,0	6,5
1.3	Челночный бег 3x10	с	не более		не более	
			-	-	9,30	10,30
1.4	Прыжки в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее	
			100	90	120	110
2. Нормативы технической подготовки для спортивной дисциплины "футбол"						
2.1.	Ведение мяча 10 м	с	не более		не более	
			3,20	3,40	3,0	3,20
2.2.	Ведение мяча с изменением направления 10 м (начиная со второго года спортивной подготовки)	с	не более		не более	
			-	-	8,60	8,80
2.3	Ведение мяча 3 x 10 м (начиная со второго года спортивной подготовки)	с	не более		не более	
			-	-	11,60	11,80
2.4	Удар на точность по воротам (10 ударов) (начиная со второго года спортивной подготовки)	Количество попаданий	не менее		не менее	
			-	-	5	4

Приложение 8
 Нормативы общей физической и специальной
 физической подготовки для зачисления и перевода
 в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)
 по виду спорта «футбол»

п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения	
			мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины "футбол"				
1.1.	Бег на 10 м с высокого старта	с	не более	
			2,20	2,30
1.2.	Бег 30 м	с	не более	
			5,40	5,60
1.3	Челночный бег 3x10	с	не более	
			8,70	9,00
1.4	Прыжки в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			160	140
1.5	Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами (начиная с пятого года спортивной подготовки)	см	не менее	
			30	27
2. Нормативы технической подготовки для спортивной дисциплины "футбол"				
2.1.	Ведение мяча 10 м	с	не более	
			2,60	2,80
2.2.	Ведение мяча с изменением направления 10 м	с	не более	
			7,80	8,00
2.3	Ведение мяча 3 x 10 м	с	не более	
			10,00	10,30
2.4	Удар на точность по воротам (10 ударов)	Количество попаданий	не менее	
			5	4
2.5	Передача мяча в "коридор" (10 попыток)	Количество попаданий	не менее	

			5	4
2.6	Вбрасывание мяча на дальность (начиная со второго года спортивной подготовки)	м	не менее	
			8	6
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	Не устанавливается		
3.2	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)	Спортивные разряды - "третий юношеский спортивный разряд", "второй юношеский спортивный разряд", "первый юношеский спортивный разряд", "третий спортивный разряд"		

