

**ОТДЕЛ ПО КУЛЬТУРЕ, ФИЗКУЛЬТУРЕ И СПОРТУ,  
МОЛОДЕЖНОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ ПОЛИТИКЕ  
АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГУСЬ-  
ХРУСТАЛЬНЫЙ  
РАЙОН (МУНИЦИПАЛЬНЫЙ РАЙОН) ВЛАДИМИРСКОЙ ОБЛАСТИ**

**Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА  
«Мещёра»**

**ПОЛОЖЕНИЕ О ПРОВЕДЕНИИ И ПРИЕМЕ КОНТРОЛЬНЫХ  
НОРМАТИВОВ  
В МБУ ДО «ДЮСШ «Мещёра»**

**1. Введение**

МБУ ДО «ДЮСШ «Мещёра» в начале и в конце учебного года организует прием зачетов по общефизической подготовке у воспитанников тренеров-преподавателей по всем видам спорта культивируемых в ДЮСШ и по специальной физической подготовке только в учебно-тренировочных группах.

Зачет по ОФП у воспитанников МБУ ДО «ДЮСШ «Мещёра» принимается в несколько этапов.

1 этап: сентябрь-октябрь (сдача контрольных нормативов для поступающих на этап НП). По результатам сдачи контрольных нормативов воспитанник имеет право быть зачисленным в группу начальной подготовки (учитывается состояние здоровья, желание родителей и воспитанника).

2 этап: май (контрольно-переводные нормативы) для групп НП, УТГ. На данном этапе воспитанник любой группы имеет возможность и право быть переведенным на следующий этап обучения (на более высокий уровень подготовки) при условии положительной сдачи всех контрольных нормативов по ОФП (учитывается желание родителей, воспитанника, состояние здоровья).

**2. Цель сдачи контрольных нормативов по ОФП и СФП**

Определение уровня физической подготовленности воспитанников, состояние их здоровья, оценка функциональных возможностей организма, зачисление и перевод в группы НП, УТГ.

**3. Задачи**

- сохранение и укрепление здоровья занимающихся;
- развитие физических качеств;
- возможность выбора воспитанником спортивной направленности;
- привитие стойкого интереса к занятиям физической культурой и спортом;
- определение этапа подготовленности воспитанника.
- выполнение нормативов по физической культуре и спорту типовых образовательных программ;

**4. Зачисление и перевод**

Зачисление на этап начальной подготовки и перевод воспитанника на следующий этап подготовки происходит при положительной сдаче всех контрольных нормативов по ОФП для всех групп и СФП для групп УТГ и оформлении приказа на зачисление и перевод, подписанного директором МБУ ДО «ДЮСШ «Мещёра».

В случае, если воспитанник не сдал контрольные нормативы в мае, ему предоставляется возможность сдать их повторно в сентябре.

## **5. Приемная комиссия**

Прием контрольно-переводных нормативов по ОФП и СФП у воспитанников спортивных объединений принимается приемной комиссией (ПК) МБУ ДО «ДЮСШ «Мещёра».

Возглавляет приемную комиссию председатель, назначенный директором МБУ ДО «ДЮСШ «Мещёра».

Экспертами приемной комиссии являются опытные педагоги ДЮСШ. Они выбираются на эту должность председателем приемной комиссии, который согласует состав ПК с руководителем. Директор МБУ ДО «ДЮСШ «Мещёра» издает приказ по организации приема контрольных нормативов по ОФП и СФП.

## **6. Компетенция приемной комиссии**

Приемная комиссия (ПК) осуществляет свою деятельность в период приема зачетов по ОФП и СФП у воспитанников МБУ ДО «ДЮСШ «Мещёра». Действия ПК напрямую связаны с реализацией целей и задач ДЮСШ. ПК принимает решение о положительной или отрицательной сдаче контрольных по ОФП и СФП воспитанниками школы. Оценка приемной комиссии является незыблевой для всех членов спортивной школы (тренеры-преподаватели). Зачеты, принимаемые у воспитанников ДЮСШ приемной комиссией оформляются протоколами.

## **7. Место приема зачетов по ОФП и СФП.**

На местах проведения занятий тренерами-преподавателями МБУ ДО «ДЮСШ «Мещёра» согласно графика проведения (прилагается).

## **8. Контрольные нормативы по ОФП.**

### **для всех возрастов:**

бег 30 м;

бег 1000 м;

прыжки в длину с места;

сгибание рук в упоре лежа (девочки);

подтягивание из виса (мальчики);

**КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ ПО ОФП МБУ ДО «ДЮСШ «Мещёра»**

Нормативы/ Возрастные группы		Ber 30 m c 1000 m c mecta, cm. Distanz bis Berga, Kor-bo pass Distanz nach 30 sek.						
Возраст	М	Д	М	Д	М	Д	М	Д
6-7	6,4	6,5	6,00	6,10	122	110	1	13
8	5,6	6,3	5,35	5,55	140	130	2	15
9	5,3	6,0	5,20	5,45	150	140	3	16
10	5,1	5,7	5,05	5,35	160	150	4	17
11	5,0	5,5	4,50	5,24	170	160	5	18
12	4,9	5,3	4,35	5,14	180	170	6	19
13	4,8	5,2	4,20	5,03	190	175	7	20
14	4,7	5,1	4,05	4,53	200	180	8	21
15	4,6	4,9	3,55	4,43	210	185	9	22
16	4,5	4,8	3,45	4,33	220	190	10	23
17	4,4	4,8	3,35	4,22	230	200	11	24
18	4,3	4,8	3,30	4,16	240	205	12	25