

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ГБУ СШ «Манеж»
Петродворцового района
Санкт-Петербурга

А.С. Максимов

« 19 » 05 2023 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

о порядке проведения вступительных нормативов

отделения плавания

1. Общие положения

1.1. Настоящее положение разработано на основании следующих документов:

- Федерального закона РФ от 04.12. 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Приказа Министерства спорта РФ от 16 ноября 2022 года №1004 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «плавание» далее - ФССП;
- Приказа Министерства спорта РФ №1125 от 27.12.2013 г. «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;
- Приказа Министерства спорта РФ от 30.10.2015 г. №999 «Требования к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд РФ»;
- Приказа Министерства спорта РФ от 16.08.2013 г. №636 «Об утверждении порядка осуществления контроля за соблюдением организациями, осуществляющими спортивную подготовку, федеральных стандартов спортивной подготовки»;
- Программы спортивной подготовки по виду спорта «плавание»;
- Устава Учреждения;
- Других нормативных актов.

1.2. Настоящее Положение регламентирует содержание, порядок проведения вступительных нормативов (далее ВН) для лиц, поступающих на этапы спортивной подготовки (далее -спортсмены).

1.3. В настоящем Положении используются следующие определения:

- ОФП – общая физическая подготовка;
- СФП – специальная физическая подготовка;
- УСК – уровень спортивной квалификации.

1.4. Настоящее Положение является локальным актом ГБУ СШ «Манеж» (далее по тексту «Школа»). Утверждается и вводится в действие приказом директора.

1.5. Вступительные нормативы являются обязательными для всех лиц, поступающих на этапы спортивной подготовки в Школу.

1.6. Настоящее Положение вступает в силу с момента его утверждения приказом директора Школы. Срок действия настоящего Положения не ограничен.

2. Цели и задачи

2.1. Цель ВН – измерение и оценка различных показателей по ОФП, СФП и УСК для зачисления спортсменов на соответствующий год/этап подготовки. Объективная оценка результативности реализации программы спортивной подготовки.

2.2. Задачи:

- выявление степени сформированности практических умений и навыков у спортсменов по виду спорта легкой атлетики;
- внесение необходимых коррективов в содержание и методику тренировочного процесса;
- выявление на основе анализа необходимости корректировки программы спортивной подготовки, разработанной в Школе;
- определение уровня подготовленности спортсменов, динамика роста их результатов.

3. Организаторы

3.1. Общее руководство подготовкой и проведением ВН осуществляет комиссия, утвержденная приказом директора Школы. В состав комиссии входят: председатель комиссии, секретарь комиссии, члены комиссии.

3.2. Непосредственное проведение ВН осуществляют члены комиссии, утвержденные приказом директора Школы.

3.3. Сроки, график и место проведения ВН утверждаются приказом директора Школы.

4. Порядок проведения

4.1. К сдаче ВН допускаются все спортсмены, имеющие врачебный допуск.

4.2. Для каждой возрастной группы и этапа/года спортивной подготовки существуют свои ВН (Приложение №1, Приложение №2, Приложение №3).

4.3. Составляется общий график приема ВН, который утверждается приказом директора Школы и доводится до всех участников мероприятия.

4.4. Перед проведением ВН необходимо объяснить спортсменам его цель, методику выполнения, критерии оценки.

4.5. Для проведения ВН члены комиссии – тренеры готовят: спортивный инвентарь, место проведения. Перед тестированием должна быть проведена разминка.

4.6. Результаты ВН анализируются и рассматриваются на тренерском совете Школы.

4.7. Результаты проведения ВП размещаются на официальном сайте Школы во вкладке отделение плавания.

5. Оценка, оформление и анализ результатов приема вступительных нормативов

5.1. Оценка показателей по ОФП, СФП и УСК проводится в соответствии с программными требованиями по легкой атлетике, с учетом этапа/года спортивной подготовки и возраста спортсменов.

5.2. Оценка знаний, умений и навыков лиц, зачисляющихся на этапы спортивной подготовки проводится в форме тестирования в соответствии с планом-графиком, утвержденным директором Школы.

5.3. По итогам ВП оформляются протоколы, форма которых утверждается приказом директора Школы.

5.4. Выполнение/невыполнение норматива оценивается по принципу «сдано-не сдано» или «зачет-незачет».

5.5. Протоколы ВП являются одним из документов отчетности и хранятся в Школе в течении 3 лет.

6. Условия зачисления на год/этап спортивной подготовки

6.1. Критериями оценки зачисления спортсменов на этап/год спортивной подготовки являются:

- состояние здоровья;
- уровень физического развития спортсменов;
- выполнение программных требований по ОФП, СФП и УСК;
- усвоение теоретического раздела программы;
- выполнение разрядных требований, предусмотренных программой, ФССП по виду спорта «плавание».

6.2. Спортсмены, не выполнившие предъявляемые программой требования и не сдавшие ВП не могут быть зачислены в Школу.

7. Заключительные положения

7.1. При возникновении спорных вопросов спортсмен, родители (законные представители), тренер имеют право обратиться в апелляционную комиссию Школы в письменном виде, и отразить несогласие либо с системой приема ВП, с ее формой, либо с объективностью итогов подведения результатов ВП. Срок подачи заявления на апелляцию – не позднее следующего дня после объявления результатов отбора.

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для
зачисления на этап начальной подготовки по виду спорта «плавание»**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
1. Нормативы общей физической подготовки						
1.1.	Бег на 30 м	с	Не более		Не более	
			6,9	7,1	6,5	6,8
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Количество раз	Не менее		Не менее	
			7	4	10	5
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	Не менее		Не менее	
			+1	+3	+4	+5
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	110	105	120	110
2. Нормативы специальной физической подготовки						
2.1.	Плавание (вольный стиль) 50 м	-	Без учета времени		Без учета времени	
2.2.	Бег челночный 3x10 м с высокого старта	с	Не более		Не более	
			10,1	10,6	9,8	10,3
2.3.	И.П. – стоя держа мяч весом 1 кг за головой, Бросок мяча вперед	м	Не менее		Не менее	
			3,5	3	4	3,5
2.4.	И.П. – стоя, держа гимнастическую алку, ширина хвата 50 см. Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад	Количество раз	Не менее		Не менее	
			1		3	

Приложение №2
к Положению о порядке проведения ВН
в ГБУ СШ «Манеж» отделения плавания

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) по виду спорта «плавание»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив			
			юноши	девушки		
1. Нормативы общей физической подготовки						
1.1.	Бег на 1000 м	Мин, с	Не более			
			5,50	6,20		
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Количество раз	Не менее			
			13	7		
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	Не менее			
			+4	+5		
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее			
			140	130		
1.5.	Челночный бег 3x10	с	Не более			
			9,3	9,5		
2. Нормативы специальной физической подготовки						
2.1.	И.П. – стоя держа мяч весом 1 кг за головой, Бросок мяча вперед	м	Не менее			
			4,0	3,5		
2.2.	И.П. – стоя, держа гимнастическую алку, ширина хвата 60 см. Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад	Количество раз	Не менее			
			3			
2.3.	И.П. – стоя в воде у борта бассейна. Отталкиванием двух ног скольжение в воде лежа на груди, руки вперед	м	Не менее			
			7,0	8,0		
3. Уровень спортивной квалификации						
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	T-1	T-2	T-3	T-4	T-5
		3 юн. разряд	2 юн. разряд	1 юн. разряд	-	-
3.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	-	-	-	2-3 сп. разряд	1-2 сп. разряд

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления на этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «плавание»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			Юноши/мужчины	Девушки/женщины
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 2000 м	Мин, с	Не более	
			9,20	10,40
1.2.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	Количество раз	Не менее	
			8	-
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Количество раз	Не менее	
			-	15
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	Не менее	
			+9	+13
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее	
			190	165
1.6.	Челночный бег 3х10	с	Не более	
			8,0	9,0
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	И.П. – стоя держа мяч весом 1 кг за головой, Бросок мяча вперед	м	Не менее	
			5,3	4,5
2.2.	И.П. – стоя, держа гимнастическую алку. ширина хвата 50 см. Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад	Количество раз	Не менее	
			5	
2.3.	Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги	см	Не менее	
			45	35
2.4.	И.П. – стоя в воде у борта бассейна. Отталкиванием двух ног скольжение в воде лежа на груди, руки вперёд. Дистанция 11 м	с	Не менее	
			6,7	7,0
3. Уровень спортивной квалификации				
Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»				