Приложение № 1

к Приказу ГАУ ДО РО

«СШОР «Академия единоборств»

от 14.07.2023 г. №67/2

Порядок

работы приемной комиссии по зачислению граждан для обучения по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки на этапе начальной подготовки

**1. Общие положения**

1.1. Настоящий регламент определяет сроки и порядок приема граждан на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки в Государственное автономное учреждение дополнительного образования Рязанской области «Спортивная школа олимпийского резерва «Академия единоборств» (далее – прием).

1.2. Прием занимающихся осуществляется в соответствии с частью 3 статьи 34.1 Федерального закона от 04.12.2007 № 329 ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской федерации», Приказом Минспорта России от «27» января 2023 г. № 57 «Об утверждении порядка приема на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки», Федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта, Порядком приема лиц на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки в ГАУ ДО РО «СШОР «Академия единоборств» утвержденным приказом ГАУ ДО РО «СШОР «Академия единоборств» от 14.07.2023 г. № 67/1, Уставом ГАУ ДО РО «СШОР «Академия единоборств».

1.3. Прием осуществляется на основании результатов индивидуального отбора, поступающих для освоения дополнительных образовательных программам спортивной подготовки.

1.4. Индивидуальный отбор заключается в выявлении у поступающих их физических и двигательных умений, необходимых для освоения соответствующих программ спортивной подготовки. Для проведения индивидуального отбора учреждение проводит тестирование.

1.5. Прием на спортивно-оздоровительный этап (на платной основе) осуществляется на основе анализа индивидуальных морфофункциональных, антропометрических и физических показателей. Индивидуальный отбор на спортивно-оздоровительный этап осуществляется на основе предварительных просмотров и консультаций.

1.5. К индивидуальному отбору на этап начальной подготовки допускаются лица, не имеющие медицинских противопоказаний и достигшие возраста:

по виду спорта «художественная гимнастика» – 6 лет;

по виду спорта «тхэквондо» – 7 лет;

по виду спорта «дзюдо» – 7 лет;

по виду спорта «самбо» – 7 лет;

по виду спорта «спортивная борьба» – 7 лет;

по виду спорта «бокс» – 9 лет.

1.5. К индивидуальному отбору на спортивно-оздоровительный этап допускаются лица, не имеющие медицинских противопоказаний и достигшие возраста:

по виду спорта «художественная гимнастика» – 4 года;

по виду спорта «спортивная борьба» – 4 года;

по виду спорта «тхэквондо» – 4 года;

по виду спорта «дзюдо» – 5 лет;

по виду спорта «самбо» – 5 лет.

**2. Количество мест для зачисления в 2023 году:**

2.1. Количество бюджетных мест по реализуемым дополнительным образовательным программам спортивной подготовки, определенных учредителем в соответствии с государственным заданием на оказание государственных услуг по спортивной подготовке на этапе начальной подготовки первого года обучения:

по виду спорта «бокс» – 20 человек;

по виду спорта «дзюдо» – 40 человек;

по виду спорта «самбо» – 45 человек;

по виду спорта «спортивная борьба» – 20 человек;

по виду спорта «тхэквондо» – 10 человек;

по виду спорта «художественная гимнастика» – 10 человек.

2.2. Количество мест для приема занимающихся на спортивно–оздоровительный этап (на платной основе):

по виду спорта «самбо» – 40 человек;

по виду спорта «спортивная борьба» – 20 человек;

по виду спорта «тхэквондо» – 20 человек;

по виду спорта «художественная гимнастика» – 60 человек.

**3. Cроки приема документов, необходимых для зачисления в ГАУ ДО РО «СШОР «Академия единоборств» с 15 августа по 30 сентября текущего года.**

**4. Требования, предъявляемые к уровню физических способностей и двигательных умений поступающих.**

**Нормативы общей физической подготовки и специальной физической подготовки** **для зачисления на этап начальной подготовки**

**по виду спорта «бокс»**

Нормативы общей физической подготовки для возрастной группы 9-10 лет

| **№**  **п/п** | **Упражнения** | **Единица измерения** | **мальчики** | **девочки** |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. | Бег на 30 м | с | не более | |
| 6,2 | 6,4 |
| 2. | Бег на 1000 м | мин, с | не более | |
| 6.10 | 6.30 |
| 3. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| 10 | 5 |
| 4. | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) | см | не менее | |
| +2 | +3 |
| 5. | Челночный бег  3x10 м | с | не более | |
| 9,6 | 9,9 |
| 6. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| 130 | 120 |
| 7. | Метание мяча  весом 150 г | м | не менее | |
| 19 | 13 |

Нормативы общей физической подготовки для возрастной группы 11-12 лет

| **№**  **п/п** | **Упражнения** | **Единица измерения** | **мальчики** | **девочки** |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. | Бег на 60 м | с | не более | |
| 10,9 | 11,3 |
| 2. | Бег на 1500 м | с, мин | не более | |
| 8.20 | 8.55 |
| 3. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| 13 | 7 |
| 4. | Подтягивание из виса  на высокой перекладине | количество раз | не менее | |
| 3 | - |
| 5. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее | |
| - | 9 |
| 6. | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи | см | не менее | |
| +3 | +4 |
| 7. | Челночный бег  3x10 м | с | не более | |
| 9,0 | 10,4 |
| 8. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| 150 | 135 |
| 9. | Метание мяча весом 150 г | м | не менее | |
| 24 | 16 |

**Нормативы общей физической и специальной физической** **подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки**

**по виду спорта «дзюдо»**

| **№ п/п** | **Упражнения** | **Единица измерения** | **Норматив** | |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **мальчики** | **девочки** |
| 1. Нормативы общей физической подготовки для возрастной группы 7 лет | | | | |
| 1.1. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее | |
| 2 | 1 |
| 1.2. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| 4 | 3 |
| 1.3. | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) | см | не менее | |
| +1 | +2 |
| 1.4. | Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м | количество попаданий | не менее | |
| 2 | 1 |
| 2. Нормативы общей физической подготовки для возрастной группы 8 лет | | | | |
| 2.1. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее | |
| 3 | 2 |
| 2.2. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| 6 | 5 |
| 2.3. | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) | см | не менее | |
| +2 | +3 |
| 2.4. | Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м | количество попаданий | не менее | |
| 3 | 2 |
| 3. Нормативы общей физической подготовки для возрастной группы 9 лет | | | | |
| 3.1. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее | |
| 5 | 4 |
| 3.2. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| 8 | 7 |
| 3.3. | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) | см | не менее | |
| +3 | +4 |
| 4. Нормативы общей физической подготовки для возрастной группы 10 лет и старше | | | | |
| 4.1. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее | |
| 7 | 6 |
| 4.2. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| 10 | 9 |
| 4.3. | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) | см | не менее | |
| +4 | +5 |
| 5. Нормативы специальной физической подготовки для возрастной группы 7 лет | | | | |
| 5.1. | Челночный бег 3×10 м | с | не более | |
| 11,0 | 11,4 |
| 5.2. | Поднимание туловища из положения лежа на спине  (за 30 с) | количество раз | не менее | |
| 4 | 2 |
| 5.3. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| 60 | 50 |
| 6. Нормативы специальной физической подготовки для возрастной группы 8 лет | | | | |
| 6.1. | Челночный бег 3×10 м | с | не более | |
| 10,6 | 11,2 |
| 6.2. | Поднимание туловища из положения лежа на спине  (за 30 с) | количество раз | не менее | |
| 6 | 4 |
| 6.3. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| 70 | 60 |
| 7. Нормативы специальной физической подготовки для возрастной группы 9 лет | | | | |
| 7.1. | Челночный бег 3×10 м | с | не более | |
| 10,4 | 11,0 |
| 7.2. | Поднимание туловища из положения лежа на спине  (за 30 с) | количество раз | не менее | |
| 8 | 6 |
| 7.3. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| 80 | 70 |
| 8. Нормативы специальной физической подготовки для возрастной группы 10 лет и старше | | | | |
| 8.1. | Челночный бег 3×10 м | с | не более | |
| 10,2 | 10,8 |
| 8.2. | Поднимание туловища из положения лежа на спине  (за 30 с) | количество раз | не менее | |
| 10 | 8 |
| 8.3. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| 95 | 85 |

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

Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины

«весовая категория»

| **№**  **п/п** | **Упражнения** | **Единица измерения** | **Норматив до года обучения** | |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **мальчики** | **девочки** |
| 1. | Бег на 30 м | с | не более | |
| 6,2 | 6,4 |
| 2. | Бег на 1000 м | мин, с | не более | |
| 6.10 | 6.30 |
| 3. | Бег на 1500 м | мин, с | не более | |
| – | – |
| 4. | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье  (от уровня скамьи) | см | не менее | |
| +2 | +3 |
| 5. | Челночный бег 3х10 м | с | не более | |
| 9,6 | 9,9 |
| 6. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| 130 | 120 |
| 7. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| 10 | 5 |
| 8. | Подтягивание из виса на высокой перекладине | количество раз | не менее | |
| 2 | – |
| 9. | Подтягивание из виса на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее | |
| – | 7 |

Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины   
«демонстрационное самбо»

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Упражнения** | **Единица измерения** | **Норматив до года обучения** | |
| **мальчики** | **девочки** |
| 1. | Бег на 30 м | с | не более | |
| 6,9 | 7,1 |
| 2. | Смешанное передвижение на 1000 м | мин, с | не более | |
| 7.10 | 7.35 |
| 3. | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) | см | не менее | |
| +1 | +3 |
| 4. | Челночный бег 3х10 м | с | не более | |
| 10,3 | 10,6 |
| 5. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| 110 | 105 |

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

Нормативы общей физической подготовки

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Упражнения** | **Единица измерения** | **Норматив до года обучения** | |
| **мальчики** | **девочки** |
| 1. | Бег на 30 м | с | не более | |
| 6,9 | 7,1 |
| 2. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| 7 | 4 |
| 3. | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) | см | не менее | |
| +1 | +3 |
| 4. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| 110 | 105 |
| 5. | Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м | количество попаданий | не менее | |
| 2 | 1 |

Нормативы специальной физической подготовки

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Упражнения** | **Единица измерения** | **Норматив до года обучения** | |
| **мальчики** | **девочки** |
| 1. | Стоя ровно, на одной ноге, руки на поясе. Фиксация положения | с | не менее | |
| 10,0 | 8,0 |
| 2. | Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке | количество раз | не менее | |
| 2 | |

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

Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины

«ВТФ – пхумсэ»

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Упражнения** | **Единица измерения** | **Норматив до года обучения** | |
| **мальчики** | **девочки** |
| 1. | Бег на 30 м | с | не более | |
| 6,9 | 7,1 |
| 2. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| 7 | 4 |
| 3. | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье  (от уровня скамьи) | см | не менее | |
| +1 | +3 |
| 4. | Челночный бег 3х10 м | с | не более | |
| 10,3 | 10,6 |
| 5. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| 110 | 105 |

Нормативы общей физической подготовки для спортивных дисциплин

«ВТФ – весовая категория», «ВТФ – командные соревнования»

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Упражнения** | | **Единица измерения** | **Норматив до года обучения** | | |
| **мальчики** | | **девочки** |
| 1. | | Бег на 30 м | с | не более | | |
| 6,2 | 6,4 | |
| 2. | | Бег на 1000 м | мин, с | не более | | |
| 6.10 | 6.30 | |
| 3. | | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | | |
| 10 | 5 | |
| 4. | | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) | см | не менее | | |
| +2 | +3 | |
| 5. | | Челночный бег  3х10 м | с | не более | | |
| 9,6 | 9,9 | |
| 6. | | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | | |
| 130 | 120 | |

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

| **№**  **п/п** | **Упражнения** | **Единица оценки** | **Норматив** |
| --- | --- | --- | --- |
| 1.1. | Фиксация наклона в седе ноги вместе 5 счетов | балл | «5» – в наклоне кисти находятся за линией стоп, спина прямая, ноги выпрямлены; «4» – в наклоне кисти находятся на линии стоп, спина прямая, ноги выпрямлены; «3» – в наклоне кисти находятся на линии стоп, спина незначительно округлена, ноги выпрямлены. |
| 1.2. | «Колечко» в положении лежа на животе | балл | «5» – касание стоп головы в наклоне назад; «4» – 10 см до касания; «3» – 15 см до касания; «2» – 20 см до касания; «1» – 25 см до касания. |
| 1.3. | Исходное положение – стойка на одной ноге, другая нога согнута и ее стопа касается колена опорной ноги. Удерживание равновесия. | балл | «5» – сохранение равновесия на полной стопе 4 с; «4» – сохранение равновесия 3 с; «3» – сохранение равновесия 2 с. |

**5. Порядком приема лиц на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки в ГАУ ДО РО «СШОР «Академия единоборств» утвержденным приказом ГАУ ДО РО «СШОР «Академия единоборств» от 14.07.2023 г. № 67/1**

**6. Дата зачисления в** **ГАУ ДО РО «СШОР «Академия единоборств»   
01 октября текущего года.**

Приложение № 2

к Приказу ГАУ ДО РО

«СШОР «Академия единоборств»

от 14.07.2023 г. №67/2

Состав приемной комиссии по формированию групп начальной подготовки первого года занятий в 2023 году

Шабанов В.Н. – председатель комиссии;

Рекша Ю.М. – заместитель председателя комиссии;

Лабина Е.А. – ответственный секретарь комиссии;

Васильев И.И. – член комиссии.

Отделение приемной комиссии по виду спорта «бокс»

Величковский С. – член комиссии;

Фомин Е.О. – член комиссии;

Колоева А. – секретарь комиссии.

Отделение приемной комиссии по виду спорта «художественная гимнастика»

Асрян А.М. – член комиссии;

Задоя А.И. – член комиссии;

Лоц И.В. – член комиссии;

Романова О.В. – член комиссии;

Лытаева К.О. – секретарь комиссии.

Отделение приемной комиссии по виду спорта «дзюдо»

Кудинов А.Н. – член комиссии;

Сиротенко Т.В. – секретарь комиссии.

Отделение приемной комиссии по виду спорта «самбо»

Блохин В.А. – член комиссии;

Еремина Л.В. – член комиссии;

Сиротенко Т.В. – секретарь комиссии.

Отделение приемной комиссии по виду спорта «спортивная борьба»

Колоев О.М. – член комиссии;

Сиротенко Т.В. – секретарь комиссии.

Отделение приемной комиссии по виду спорта «тхэквондо»

Семин Е.О. – член комиссии;

СиротенкоТ.В. – секретарь комиссии.

Приложение № 3

к Приказу ГАУ ДО РО «СШОР «Академия единоборств»

от 14.07.2023 г. № 67/2

Состав апелляционной комиссии для рассмотрения апелляций на результаты индивидуального отбора в отношении поступающих на этап начальной подготовки первого года занятий в 2023 году

Дианов В.Н. – председатель комиссии;

Лисицына О.А. – член комиссии;

Кисарова М.А. – секретарь комиссии.