

Муниципальная бюджетная организация дополнительного  
образования «Спортивная школа» Дрожжановского  
муниципального района Республики Татарстан

Рассмотрено и одобрено  
на заседании  
педагогического совета  
протокол № 3 от «12» апреля 2024 г.

Утверждаю:  
Врио директора МБО ДО  
«Спортивная школа» \_\_\_\_\_/Р.З. Исхаков/  
Приказ № 6 от «16» апреля 2024 г.



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 14A44E3431A2C9D1EF6115035C081CB2

Владелец: Исхаков Раиль Зефарович

Действителен с 05.12.2023 до 27.02.2025

**Положение о форме, периодичности и порядке текущего контроля  
успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся  
в МБО ДО «Спортивная школа» Дрожжановского  
муниципального района Республики Татарстан**

с. Старое Дрожжаное - 2024 год

## 1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение о формах, периодичности, порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся МБОУ ДО «Спортивная школа» Дрожжановского муниципального района Республики Татарстан (далее – Положение, Школа) разработано в соответствии с:

- Федеральным законом от 26.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- ФЗ от 04.12.2007 N 329-ФЗ (ред. от 25.12.2023) "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.01.2024);
- Федеральным законом от 30.04.2021 № 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в РФ и Федеральный закон «Об образовании в РФ»»;
- Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 30.10.2015 № 999;
- Приказом Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 03.08.2022 № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки»;
- Приказом Министерства спорта РФ от 30.05.2023 г. № 392 «О внесении изменений в особенности организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки, утвержденными приказом Министерства спорта Российской Федерации от 03.08.2022 №634»;
- Приказом Министерства спорта РФ от 25.08.2020 г. № 636 «Об утверждении методических рекомендаций о механизме и критериях отбора

спортивно одаренных детей»;

- Федеральными стандартами спортивной подготовки по культивируемым в Школе видам спорта, утвержденными приказами Минспорта России;

- дополнительными образовательными программами спортивной подготовки по культивируемым в Школе видам спорта.

- Уставом, локальными нормативными актами Школы.

1.2. Настоящее Положение определяет формы, периодичность и порядок текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки в Школе.

1.3. Текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация являются частью системы внутришкольного мониторинга качества образования и отражают динамику индивидуальных образовательных достижений обучающихся в соответствии с планируемыми результатами освоения программы.

1.4. Основными потребителями информации о результатах текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации являются: участники образовательных отношений (тренеры-преподаватели, обучающиеся и их родители (законные представители), коллегиальные органы управления Школой, администрация Школы, Учредитель).

## 2. Формы, периодичность и порядок проведения текущего контроля успеваемости обучающихся

2.1. Текущий контроль успеваемости - систематический контроль достижений обучающихся, проводимый в ходе осуществления образовательной деятельности в соответствии с дополнительной образовательной программой спортивной подготовки.

2.2. Целями текущего контроля успеваемости являются:

- определение степени освоения обучающимися дополнительной образовательной программы спортивной подготовки в течение учебного года по

всем разделам учебного плана;

- оценка эффективности методов подготовки обучающихся;

- коррекция рабочих программ в зависимости от особенностей освоения изученного материала;

- предупреждение неуспеваемости обучающихся.

2.3. Текущий контроль успеваемости обучающихся осуществляется тренером-преподавателем по виду спорта, реализующим соответствующую часть дополнительной образовательной программы спортивной подготовки. Проводится регулярно в течение учебно-тренировочного года в рамках учебно-тренировочного процесса (на учебно-тренировочных занятиях, учебно-тренировочных мероприятиях и спортивных соревнованиях).

2.4. Порядок, формы, периодичность, а также количество обязательных мероприятий в рамках текущего контроля успеваемости обучающихся определяются тренером-преподавателем самостоятельно в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, с учетом контингента обучающихся, содержания учебно-тренировочного материала и используемых им образовательных технологий.

2.5. Текущий контроль уровня успеваемости применяется ко всем обучающимся Школы.

2.6. Основными формами текущего контроля успеваемости являются:

- тестирование уровня физической, технической подготовленности обучающихся;

- тестирование, беседа для контроля за теоретической, методической подготовленностью обучающихся;

- соревнования;

- контрольные упражнения.

2.7. При текущем контроле успеваемости обучающихся по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки применяется система оценок:

- теоретическая, методическая подготовка - зачет/незачет;
- физическая, техническая подготовка – сдал/не сдал;
- соревновательная подготовка - выполнение требований, норм и условий их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий;
- контроль успеваемости обучающихся на конкретном учебно-тренировочном занятии может оцениваться в баллах или смайликах.

2.8. Фиксация результатов текущего контроля осуществляется в приложении «Мой спорт». Может отражаться в дневниках самоконтроля учащихся.

2.9. Тренеры-преподаватели комментируют обучающемуся и/или родителю (законному представителю) несовершеннолетнего обучающегося (по его запросу) результаты текущего контроля в устной форме.

### 3. Формы, порядок и периодичность проведения промежуточной аттестации обучающихся

3.1. Промежуточная аттестация – определение степени освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта соответствующего этапа, года обучения посредством сдачи контрольно-переводных нормативов (испытаний) по видам спортивной подготовки и соответствия уровня спортивной квалификации (спортивные разряды) обучающихся.

3.2. Промежуточная аттестация обучающихся является неотъемлемой частью образовательного процесса, так как позволяет всем его участникам оценить реальную результативность совместной деятельности.

3.3. Целями промежуточной аттестации являются:

- установление уровня общей и специальной физической подготовленности обучающихся по оценке соответствия требованиям к результатам прохождения на каждом из этапов спортивной подготовки;
- установление уровня спортивной квалификации.

3.4. Промежуточную аттестацию в Школе в обязательном порядке проходят обучающиеся, осваивающие дополнительные образовательные программы спортивной подготовки.

3.5. Промежуточная аттестация проводится в форме:

- сдачи контрольно-переводных нормативов по общей и специальной физической подготовке;
- соответствия уровня спортивной квалификации (спортивные разряды);
- мониторинга участия/оценка результатов выступлений обучающихся на официальных спортивных соревнованиях.

3.6. Промежуточная аттестация проводится один раз в год согласно графику проведения промежуточной аттестации, утвержденному приказом директора Школы.

3.7. Требования по общей и специальной физической подготовке, уровню спортивной квалификации для зачисления (перевода) на этап спортивной подготовки определяются дополнительной образовательной программой спортивной подготовки, разрабатываются Школой самостоятельно и не могут быть ниже указанных в федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта.

Требования для зачисления (перевода) в группы внутри этапа подготовки определяются дополнительной образовательной программой спортивной подготовки, разрабатываются Учреждением самостоятельно и должны быть не ниже нормативов для зачисления на этап, указанных в федеральных стандартах.

3.8. Перевод обучающихся по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки на следующий год, этап подготовки осуществляется при условии соответствия результатов промежуточной аттестации требованиям, установленным дополнительными образовательными программами спортивной подготовки, с учетом результатов выступления обучающихся на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта (спортивной дисциплине) и соответствия уровня спортивной квалификации

(спортивные разряды).

3.9. Для проведения промежуточной аттестации обучающихся в Школе создается аттестационная комиссия, состав которой утверждается приказом директора. В состав аттестационной комиссии входит не менее 3 (трех) человек, в том числе: заместитель директора по учебно-спортивной работе (на правах председателя комиссии), инструктор-методист, тренер-преподаватель по виду спорта (дисциплине).

3.10. Показатели промежуточной аттестации обучающихся фиксируются в протоколах сдачи контрольно-переводных нормативов и итоговых протоколах работы за учебно-тренировочный год.

3.11. Итоги сдачи нормативов по общей и специальной физической подготовке оценивается отметкой «сдал», не «сдал».

3.12. Уровень спортивной квалификации - выполнением требований для присвоения, подтверждения спортивных разрядов.

3.13. Соревновательная подготовка – участием в официальных спортивных соревнованиях. Для групп начальной подготовки - участие в соревнованиях на уровне спортивной школы, для учебно-тренировочных групп 1-2 года обучения - не ниже муниципального уровня, для учебно-тренировочных групп 3-5 года обучения - не ниже республиканского уровня.

3.14. В случае невыполнения обучающимися требований к результатам прохождения спортивной подготовки применительно к этапу спортивной подготовки вследствие возникновения обстоятельств непреодолимой силы проведение аттестации продлевается на 12 месяцев со дня окончания срока действия таких обстоятельств.

3.15. В случае невозможности проведения промежуточной аттестации для обучающегося по причине его болезни (временной нетрудоспособности), травмы допускается перенос сроков ее проведения.

Новый срок проведения промежуточной аттестации определяется директором Школы.

3.16. Если результаты прохождения спортивной подготовки не

соответствуют требованиям, установленным дополнительными образовательными программами спортивной подготовки, прохождение следующего этапа спортивной подготовки не допускается.

3.17. Вне зависимости от результатов прохождения любого этапа спортивной подготовки обучающиеся вправе продолжить прохождение спортивной подготовки на спортивно-оздоровительном этапе.

#### 4. Заключительные положения

4.1. Настоящее Положение вступает в силу с даты его утверждения приказом директора Школы и действует бессрочно.

4.2. Все изменения и (или) дополнения, вносимые в настоящее Положение, оформляются в письменной форме, в порядке, предусмотренном уставом Школы для принятия Положения.

4.3. После принятия Положения в новой редакции (или изменений и дополнений в Положение) предыдущая редакция автоматически утрачивает силу.

4.4. Положение подлежит актуализации при изменении законодательства, регламентирующего предусмотренные им положения.

4.5. Настоящее Положение подлежит размещению на официальном сайте Школы в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

Приложения к настоящему Положению:

- приложение № 1 «Контрольные и контрольно-переводные нормативы по видам спортивной подготовки и уровень спортивной квалификации лиц, проходящих спортивную подготовку по годам и этапам спортивной подготовки»;
- приложение № 2 «Форма протокола сдачи контрольных, контрольно-переводных нормативов»;
- приложение № 3 «Итоги работы за учебно-тренировочный год» по группам.



Контрольные и контрольно-переводные нормативы по видам спортивной подготовки и уровень спортивной квалификации лиц, проходящих спортивную подготовку по годам и этапам спортивной подготовки

Таблица 1 - Нормативы общей физической и технической подготовки на этапе начальной подготовки по виду спорта "футбол"

№ п/п	Упражнения	1 год	2 год	3 год	1 год	2 год	3 год
		Мальчики			Девочки		
1. Нормативы общей физической подготовки							
1.1.	Бег челночный 3x10м (с)	9,30	8,00	8,70	10,30	10,15	9,00
1.2.	Бег на 10 м с высокого старта (с)	2,30	2,25	2,20	2,40	2,35	2,30
1.3.	Бег на 30 м (с)	6,0	5,70	5,40	6,50	6,00	5,60
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	120	140	160	110	125	140
2. Нормативы технической подготовки							
2.1.	Ведение мяча 10 м (с)	3,00	2,80	2,60	3,20	3,00	2,80
2.2.	Ведение мяча с изменением направления 10 м (с)	8,60	8,20	7,80	8,80	8,30	8,00
2.3.	Ведение мяча 3x10 м (с)	11,60	10,80	10,00	11,80	11,00	10,30
2.4.	Удар на точность по воротам (10 ударов) (кол-во попаданий)	5	5	5	4	4	4
2.5.	Передача мяча в "коридор" (10 попыток) (кол-во попаданий)	-	-	5	-	-	4

Таблица 2 - Нормативы общей физической и технической подготовки, уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) по виду спорта "футбол"

№	Упражнения	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год
		Юноши					Девушки				
1. Нормативы общей физической подготовки											
1.1.	Бег на 10 м с высокого старта (с)	2,15	2,10	2,05	2,00	1,95	2,25	2,20	2,15	2,10	2,10
1.2.	Бег на 30 м (с)	5,30	5,20	5,10	5,00	4,80	5,50	5,40	5,30	5,20	5,00
1.3.	Челночный бег 3x10 м (с)	8,50	8,25	8,00	7,75	7,40	8,80	8,60	8,30	8,00	7,80
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами(см)	170	185	200	215	230	150	165	180	200	215

1.5.	Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами (см)	-	-	-	30	35	-	-	-	27	27
<b>2. Нормативы технической подготовки</b>											
2.1.	Ведение мяча 10 м (с)	2,50	2,45	2,40	2,35	2,25	2,70	2,65	2,60	2,55	2,40
2.2.	Ведение мяча с изменением направления 10 м (с)	7,60	7,50	7,40	7,30	7,10	7,80	7,70	7,60	7,50	7,30
2.3.	Ведение мяча 3x10м (с)	9,80	9,60	9,40	9,20	8,50	10,10	9,90	9,70	9,50	8,70
2.4.	Удар на точность по воротам (10 ударов) (кол-во попаданий)	6	6	7	7	7	5	5	6	6	6
2.5.	Передача мяча в "коридор" (10 попыток) (кол-во попаданий)	6	6	6	7	7	5	5	5	6	6
2.6.	Вбрасывание мяча на дальность (м)	8	10	12	14	15	6	8	10	11	12
<b>3. Уровень спортивной квалификации</b>											
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"									

**Таблица 3 - Нормативы общей физической и специальной физической подготовки на этапе начальной подготовки по виду спорта "хоккей"**

№ п/п	Упражнения	1 год	2 год	3 год	1 год	2 год	3 год
		Мальчики			Девочки		
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>							
1.1.	Бег на 20 м (с)	4,2	4,0	-	5,0	4,8	-
1.2.	Бег на 30 м (с)	-	-	5,5	-	-	5,8
1.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	140	150	160	130	140	145
1.4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	18	20	-	11	11	12
1.5.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	-	-	5	-	-	-
1.6.	Бег на 1000 м (мин,с)	-	-	5,50	-	-	6,20

2. Нормативы специальной физической подготовки							
2.1.	Бег на коньках 20 м (с)	4,6	4,3	-	5,3	5,0	-
2.2.	Бег на коньках 30 м (с)	-	-	5,8	-	-	6,4
2.3.	Бег на коньках челночный 6x9 м (с)	16,8	16,6	16,5	18,2	17,8	17,5
2.4.	Бег на коньках спиной вперед 20 м (с)	6,6	6,4	-	7,2	7,0	-
2.5.	Бег на коньках спиной вперед 30 м (с)	-	-	7,3	-	-	7,9
2.6.	Бег на коньках слаломный без шайбы (с)	13,2	12,8	12,5	14,0	13,5	13,0
2.7.	Бег на коньках слаломный с ведением шайбы (с)	15,1	14,8	14,5	17,0	16,0	15,0
2.8.	Бег на коньках челночный в стойке вратаря (с)	-	-	42,0	-	-	45,0
2.9.	Бег на коньках по малой восьмерке лицом и спиной вперед в стойке вратаря (с)	-	-	43,0	-	-	47,0

Таблица 4 – Нормативы общей физической и специальной физической подготовки, уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) по виду спорта "хоккей"

№	Упражнения	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год
		Юноши					Девушки				
1. Нормативы общей физической подготовки											
1.1.	Бег на 30 м с (с)	5,2	4,9	4,6	4,3	4,7	5,5	5,1	4,8	4,5	5,0
1.2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	170	180	190	200	-	150	155	160	165	-
1.3.	Пятерной прыжок в длину с места толчком двумя ногами и махом обеих рук, с дальнейшим поочередным отталкиванием каждой из ног (м,см)	-	-	-	-	11,70	-	-	-	-	9,30
1.4.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	8	11	14	17	12	-	-	-	-	-
1.5.	Сгибание и разгибание рук в	-	-	-	-	-	15	18	21	24	15

	упоре лежа на полу (кол-во раз)										
1.6.	Бег на 1000 м (мин,с)	5,40	5,30	5,20	5,10	-	6,15	6,10	6,05	6,00	-
1.7.	Бег на 400 м (мин,с)	-	-	-	-	1,05	-	-	-	-	1,10
1.8.	Бег на 3000 м (мин)	-	-	-	-	13,00	-	-	-	-	15,00
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>											
2.1.	Бег на коньках 30 м (с)	5,6	5,4	5,2	5,0	4,7	6,2	6,0	5,8	5,6	5,3
2.2.	Бег на коньках челночный 6х9 м (с)	16,3	16,0	15,7	15,5	-	17,3	17,0	16,7	16,5	-
2.3.	Бег на коньках спиной вперед 30 м (с)	7,1	6,9	6,7	6,5	-	7,7	7,5	7,3	7,1	-
2.4.	Бег на коньках слаломный без шайбы (с)	12,3	12,0	11,8	11,6	-	12,7	12,5	12,2	12,0	-
2.5.	Бег на коньках слаломный с ведением шайбы (с)	14,0	13,5	13,0	12,7	-	14,6	14,3	14,0	13,7	-
2.6.	Бег на коньках челночный в стойке вратаря (с)	41,7	41,2	40,8	40,4	40,0	44,9	44,8	44,7	44,6	44,5
2.7.	Бег на коньках по малой восьмерке лицом и спиной вперед в стойке вратаря (с)	42,5	42,0	41,0	40,0	39,0	46,5	46,0	45,0	44,0	43,0
	Бег на коньках челночный 5х54 м (с)	-	-	-	-	48,0	-	-	-	-	54,0
	Бег на коньках по малой восьмерке лицом и спиной вперед (с)	-	-	-	-	25,0	-	-	-	-	30,0
<b>3. Уровень спортивной квалификации</b>											
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до двух лет)	Не устанавливается									

3.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше двух лет)	Спортивные разряды - "третий юношеский спортивный разряд", "второй юношеский спортивный разряд", "первый юношеский спортивный разряд", "третий спортивный разряд"
------	---	---

Таблица 5 - Нормативы общей физической и специальной физической подготовки на этапе начальной подготовки по виду спорта "волейбол"

№ п/п	Упражнения	1 год	2 год	3 год	1 год	2 год	3 год
		Мальчики			Девочки		
1. Нормативы общей физической подготовки							
1.1.	Бег на 30 м (с)	6,2	5,8	-	6,4	6,0	-
1.2.	Бег на 60 м (с)	-	-	10,4	-	-	10,9
1.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	130	145	160	120	130	145
1.4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	10	13	18	5	7	9
1.5.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) (см)	+2	+3	+5	+3	+4	+6
2. Нормативы специальной физической подготовки							
2.1.	Челночный бег 5х6 м (с)	11,5	11,3	11,0	12,0	11,8	11,5
2.2.	Бросок мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками, стоя (м)	10	11	12	8	9	10
2.3.	Прыжок в высоту одновременным отталкиванием двумя ногами (см)	40	41	42	35	36	37

Таблица 6 - Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) по виду спорта "волейбол"

№	Упражнения	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год
		Юноши					Девушки				
1. Нормативы общей физической подготовки											
1.1.	Бег на 60 м (с)	10,0	9,6	9,1	8,7	8,2	10,7	10,5	10,3	10,0	9,6
1.2.	Сгибание и разгибание рук в	20	22	24	26	30	10	11	12	13	15

	упоре лежа на полу (кол-во раз)										
1.3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	-	-	-	-	12	-	-	-	-	-
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) (см)	+6	+7	+8	+9	+11	+8	+10	+12	+13	+15
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	170	175	185	195	200	155	160	165	170	180
1.6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин) (кол-во раз)	-	-	-	-	45	-	-	-	-	38
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>											
2.1.	Челночный бег 5х6 м (с)	11,2	10,0	10,8	10,6	10,3	11,8	11,5	11,2	10,9	10,7
2.2.	Бросок мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками, стоя (м)	11	12	13	14	16	9	10	11	11	12
2.3.	Прыжок в высоту одновременным отталкиванием двумя ногами (см)	41	42	43	44	45	36	37	37	38	38
<b>3. Уровень спортивной квалификации</b>											
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"; спортивные разряды - "третий спортивный разряд", "второй спортивный разряд"									

**Таблица 7 - Нормативы общей физической и специальной физической подготовки на этапе начальной подготовки по виду спорта "плавание"**

	Упражнение	Мальчики		Девочки	
		1 год	2 год	1 год	2 год
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>					
1.1.	Бег на 30 м (с)	6,5	-	6,8	-
1.2.	Бег на 1000 м (мин,с)	-	5,50	-	6,20

1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	10	13	5	7
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) (см)	+4	+4	+5	+5
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	120	140	110	130
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>					
2.1.	Плавание (вольный стиль) 50 м	Без учета времени	-	Без учета времени	-
2.2.	Бег челночный 3x10 м с высокого старта (с)	9,8	9,3	10,3	9,5
2.3.	Исходное положение - стоя держа мяч весом 1 кг за головой. Бросок мяча вперед (м)	4,0	4,0	3,5	3,5
2.4.	Исходное положение - стоя, держа гимнастическую палку, ширина хвата 50 см. Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад (кол-во раз)	3	-	3	-
2.5.	Исходное положение - стоя, держа гимнастическую палку, ширина хвата 60 см. Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад (кол-во раз)	-	3	-	3
2.6.	Исходное положение - стоя в воде у борта бассейна. Отталкиванием двух ног скольжение в воде лежа на груди, руки вперед (м)	-	7,0	-	8,0

**Таблица 8 - Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) по виду спорта "плавание"**

№ п/п	Упражнения	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год
		Юноши					Девушки				
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>											
1.1.	Бег на 1000 м (мин,с)	5,40	5,30	5,20	5,10	-	6,10	6,00	5,50	5,40	-
1.2.	Бег на 2000 м (мин,с)	-	-	-	-	9,20	-	-	-	-	10,40
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	15	17	18	20	-	9	10	12	14	15
1.4.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	-	-	-	-	8	-	-	-	-	-
1.5.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (см)	+5	+6	+7	+8	+9	+6	+7	+8	+11	+13
1.6.	Челночный бег 3x10 м (с)	9,0	8,7	8,5	8,2	8,0	9,4	9,3	9,2	9,1	9,0
1.7.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	150	160	170	180	190	140	150	155	160	165

2. Нормативы специальной физической подготовки											
2.1.	Исходное положение - стоя, держа мяч весом 1 кг за головой. Бросок мяча вперед (м)	4,5	4,7	4,9	5,1	5,3	3,8	4,0	4,2	4,4	4,5
2.2.	Исходное положение - стоя, держа гимнастическую палку, ширина хвата 60 см. Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад (кол-во раз)	3	4	4	5	-	3	4	4	5	-
2.3.	Исходное положение - стоя, держа гимнастическую палку, ширина хвата 50 см. Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад (кол-во раз)	-	-	-	-	5	-	-	-	-	5
2.4.	Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги (см)	-	-	-	-	45	-	-	-	-	35
2.5.	Исходное положение - стоя в воде у борта бассейна. Отталкиванием двух ног скольжение в воде лежа на груди, руки вперед (м)	7,0	8,0	8,0	9,0	-	8,0	9,0	9,0	10,0	-
2.6.	Исходное положение - стоя в воде у борта бассейна. Отталкиванием двух ног скольжение в воде лежа на груди, руки вперед. Дистанция 11 м (с)	-	-	-	-	6,7	-	-	-	-	7,0
3. Уровень спортивной квалификации											
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	Спортивные разряды - "третий юношеский спортивный разряд", "второй юношеский спортивный разряд", "первый юношеский спортивный разряд"									
3.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)	Спортивные разряды - "третий спортивный разряд", "второй спортивный разряд", "первый спортивный разряд"									

Таблица 9 - Нормативы общей физической и специальной физической подготовки на этапе начальной подготовки по виду спорта "лыжные гонки"

№ п/п	Упражнения	1 год	2 год	3 год	1 год	2 год	3 год
		Мальчики			Девочки		
1. Нормативы общей физической подготовки							
1.1.	Бег на 60 м (с)	11,0	10,2	-	11,6	11,3	-



1.2.	Бег на 100 м (с)	-	-	16,0	-	-	16,8
1.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	150	160	170	140	150	160
1.4.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин) (кол-во раз)	35	37	-	30	32	-
1.5.	Бег на 1000 м (мин, с)	5,50	5,00	4,00	6,20	5,50	4,15
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>							
2.1.	Бег на лыжах. Классический стиль 3 км (мин, с)	-	-	14,20	-	-	15,20
2.2.	Бег на лыжах. Свободный стиль 3 км (мин, с)	-	-	13,00	-	-	14,30

Таблица 10 - Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)

по виду спорта «ЛЫЖНЫЕ ГОНКИ»

№ п/п	Упражнения	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год
		Юноши					Девушки				
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>											
1.1.	Бег на 100 м (с)	15,8	15,7	15,5	15,4	-	16,6	16,4	16,2	16,0	-
1.2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	175	180	185	190	-	160	165	170	175	-
1.3.	Бег на 1000 м (мин, с)	3,55	3,50	3,45	3,40	-	4,10	4,05	4,00	3,55	-
1.4.	Бег на 2000 м (мин, с)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	8,35
1.5.	Бег на 3000 м (мин, с)	-	-	-	-	9,40	-	-	-	-	-
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>											
2.1.	Бег на лыжах. Классический стиль 3 км (мин, с)	14,15	14,10	14,05	14,00	-	15,15	15,10	15,05	15,00	-
2.2.	Бег на лыжах. Свободный стиль 3 км (мин, с)	12,55	12,50	12,45	12,40	-	14,25	14,20	14,15	14,10	-
2.3.	Бег на лыжах. Классический стиль 5 км (мин, с)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	17,40
2.4.	Бег на лыжах. Классический стиль 10 км (мин, с)	-	-	-	-	31,00	-	-	-	-	-
2.5.	Бег на лыжах. Свободный стиль 5 км (мин, с)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	17,00
2.6.	Бег на лыжах. Свободный стиль 10 км (мин, с)	-	-	-	-	28,30	-	-	-	-	-
<b>3. Уровень спортивной квалификации</b>											
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до двух лет)	спортивные разряды - "третий юношеский спортивный разряд", "второй юношеский спортивный разряд", "первый юношеский спортивный разряд"									

3.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше двух лет)	спортивные разряды - "третий спортивный разряд", "второй спортивный разряд", "первый спортивный разряд"
------	---	---

Таблица 11 - Нормативы общей физической и специальной физической подготовки на этапе начальной подготовки по виду спорта «корэш»

№	Упражнения	Мальчики		
		1 год	2 год	3 год
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>				
1.1.	Бег на 30 м (с)	5,7	5,3	-
1.2.	Бег на 60 м (с)	-	-	10,4
1.3.	Бег на 1500 м (мин,с)	-	-	8,05
1.4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	13	16	18
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	150	160	170
1.6.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) (см)	+3	+4	+5
1.7.	Челночный бег 3x10 (с)	-	-	8,7
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>				
2.1.	Подъем в сед из положения лёжа на спине, руки с 2,5 килограммовым диском за головой, ноги фиксируются (кол-во раз)	8	9	-
2.2.	Челночный бег 240 м (8x30 м) два забега с интервалом 1 мин. Проводится в зале вокруг барьеров отрезками по 30 м (мин,с)	2,09	2,08	2,07
2.3.	Время удержания ног в положении угла 90° в висе на гимнастической стенке (с)	3	4	-
2.4.	Приседание с партнером равного веса (кол-во раз)	-	-	6
2.5.	Силовое сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (без раскачиваний) (кол-во раз)	-	-	8
2.6.	Силовое подтягивание на перекладине (без рывков) до уровня подбородка (кол-во раз)	-	-	5
2.7.	Забегание ногами вокруг головы на "мосту" в левую сторону 30 с и в правую сторону 30 с (количество раз в обе стороны)	-	-	8
2.8.	Перевороты на "мосту" в течение 1 мин (кол-во раз)	-	-	15
2.9.	Бросок партнера равного веса "прогибом" в течение 1 мин (кол-во раз)	-	-	10

**Таблица 12 - Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) по виду спорта "корэш"**

№	Упражнение	Юноши			
		1 год	2 год	3 год	4 год
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>					
1.1.	Бег на 60 м (с)	10,0	9,4	8,8	8,2
1.2.	Бег на 1500 м (мин,с)	8,00	7,55	7,50	-
1.3.	Бег на 2000 м (мин,с)	-	-	-	8,10
1.4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	22	26	30	36
1.5.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	-	-	-	12
1.6.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) (см)	+6	+8	+9	+11
1.7.	Челночный бег 3x10 м (с)	8,4	8,0	7,6	7,2
1.8.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	180	195	205	215
1.9.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин) (кол-во раз)	-	-	-	46
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>					
2.1.	Приседание с партнером равного веса (кол-во раз)	8	10	12	14
2.2.	Бег на 60 м с низкого старта (с)	-	-	-	8,2
2.3.	Силовое сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (без раскачиваний) (кол-во раз)	9	10	12	14
2.4.	Силовое подтягивание на перекладине (без рывков) до уровня подбородка (кол-во раз)	7	9	11	13
2.5.	Челночный бег 240 м (8 раз по 30 м) два забега с интервалом на отдых 1 мин. Выполнять в зале вокруг барьеров (мин,с)	2,06	2,04	2,02	-
2.6.	Бег на 800 м – 2 круга (1 мин перерыв) (мин,с)	-	-	-	6,30
2.7.	Забегание ногами вокруг головы на "мосту" в левую сторону 30 с и в правую сторону 30 с (количество раз в обе стороны)	10	12	14	-
2.8.	Перевороты на "мосту" в течение 1 мин (кол-во раз)	16	17	18	20
2.9.	Бросок партнера равного веса "прогибом" в течение 1 мин (кол-во раз)	11	12	13	15
<b>3. Уровень спортивной квалификации</b>					
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	Спортивные разряды - "третий юношеский спортивный разряд", "второй юношеский спортивный разряд", "первый юношеский спортивный разряд"			

3.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)	Спортивные разряды - "третий спортивный разряд", "второй спортивный разряд", "первый спортивный разряд"
------	---	---

Таблица 13 - Нормативы общей физической и специальной физической подготовки на этапе начальной подготовки по виду спорта "бадминтон"

№ п/п	Упражнения	1 год	2 год	3 год	1 год	2 год	3 год
		Мальчики			Девочки		
1. Нормативы общей физической подготовки							
1.1.	Бег на 30 м (с)	6,2	6,1	6,0	6,4	6,3	6,2
1.2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	130	140	150	120	130	140
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	10	12	13	5	6	7
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) (см)	+2	+3	+4	+3	+4	+5
2. Нормативы специальной физической подготовки							
2.1.	Метание волана (м)	5	6	-	4	5	-
2.2.	Челночный бег 6x5 м (с)	15,6	15,6	15,6	15,8	15,8	15,8
2.3.	Прыжки через скакалку (за 45 с) (кол-во раз)	75	78	80	65	68	70
2.4.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин) (кол-во раз)	-	-	32	-	-	28

Таблица 14 - Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) по виду спорта "бадминтон"

№ п/п	Упражнения	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год
		Юноши					Девушки				
1. Нормативы общей физической подготовки											
1.1.	Бег на 30 м (с)	5,8	5,6	5,3	5,0	4,7	6,0	5,8	5,5	5,2	5,0
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	15	20	25	30	36	9	11	13	14	15
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) (см)	+4	+5	+7	+9	+11	+6	+9	+11	+13	+15

1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	160	175	190	200	215	140	150	160	170	180
1.5.	Бег на 2000 м (мин,с)	-	-	-	-	8,10	-	-	-	-	10,0
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>											
2.1.	Челночный бег 6х5 м (с)	15,4	14,8	14,2	13,7	13,1	15,6	15,0	14,4	13,8	13,2
2.2.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин) (кол-во раз)	34	36	38	40	42	30	32	34	36	38
2.3.	Прыжки через скакалку (за 45 с) (кол-во раз)	80	90	100	110	115	70	80	90	100	105
<b>3. Уровень спортивной квалификации</b>											
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	спортивные разряды - "третий юношеский спортивный разряд", "второй юношеский спортивный разряд", "первый юношеский спортивный разряд"									
3.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)	спортивные разряды - "третий спортивный разряд", "второй спортивный разряд", "первый спортивный разряд"									

Форма протокола сдачи контрольных, контрольно-переводных нормативов

МБОУ ДО "Спортивная школа"

Протокол сдачи контрольно-переводных нормативов для зачисления на этап \_\_\_\_\_ год

Этап \_\_\_\_\_ год, \_\_\_\_\_ Тренер-преподаватель: \_\_\_\_\_  
вид спорта

№	ФИО обучающегося	Год рождения	Упражнение	Упражнение	Упражнение	Упражнение	Упражнение	Упражнение	Результат
			юн:	юн:	юн:	юн:	юн:	юн:	
			дев:	дев:	дев:	дев:	дев:	дев:	
			единица измерения	единица измерения	единица измерения	единица измерения	единица измерения	единица измерения	
1									Сдано/не сдано
2									Сдано/не сдано
3									Сдано/не сдано
4									Сдано/не сдано
5									Сдано/не сдано
6									Сдано/не сдано
7									Сдано/не сдано
8									Сдано/не сдано
9									Сдано/не сдано
10									Сдано/не сдано
11									Сдано/не сдано
12									Сдано/не сдано
13									Сдано/не сдано
14									Сдано/не сдано
15									Сдано/не сдано

Дата: \_\_\_\_\_

Тренер-преподаватель: \_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_

Итоги работы за учебно-тренировочный год

\_\_\_\_\_ ИТОГИ РАБОТЫ ЗА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ГОД  
 группа тренер-преподаватель

№ п/п	ФИО обучающегося	Выполнение контрольно-переводных нормативов	Входит в состав сборной команды		Спортивный разряд на конец года	Количество соревнований в году	Лучший результат участия в соревнованиях		Переведен/отчислен (№ и дата приказа), подпись зам. директора
			Региона	РФ			Наименование, сроки, место проведения	Результат	
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									