

Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Спортивная школа № 5 «Дельфин» Зеленодольского муниципального
района Республики Татарстан

Рассмотрено и одобрено
на заседании тренерско-
педагогического совета
протокол № 1 от « 22 » 01 2024 г.

Утверждаю
Директор МБУ ДО «СШ №5 «Дельфин»
ЗМР РТ Поправко В.М.
Приказ № 174 от « 22 » 01 2024



Положение
о форме, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и
промежуточной аттестации обучающихся в МБУ ДО «СШ №5
«Дельфин» Зеленодольского муниципального района Республики
Татарстан

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение о формах, периодичности, порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся МБУ ДО «СШ №5 «Дельфин» ЗМР РТ (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: плавание и шахматы.

- 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. Целью текущего контроля успеваемости является:

- 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 так же 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 – средне обязательная оценка (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. Целью промежуточной аттестации является:

- 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 ФСО, 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, подписываются членами аттестационной комиссии.

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. Можно расписать уровень соревнований для каждого этапа (например: 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 3-4 года обучения не ниже республиканского уровня и т.д.).

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.

Отделение «ПЛАВАНИЕ»

Таблица 1.

Нормативы по ОФП, СФП и плавательной подготовке
для зачисления в группы НП – 1 года обучения

Контрольные упражнения	Мальчики	Девочки	Разрядные требования
Нормативы общей физической подготовки			БЕЗ РАЗРЯДА
Бег на 30 метров	не более 7 с	не более 7,4 с	
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	7 раз	4 раза	
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	+1 см	+3 см	
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	120 см	110 см	
Нормативы специальной физической подготовки			
Бег челночный 3x10 с высокого старта	10,0 с	10,5 с	
Исходное положение – стоя держа мяч весом 1кг за головой. Бросок мяча вперед.	3,5 м	3 м	
Исходное положение – стоя, держа гимнастическую палку, ширина хвата 50см. Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад.	1 раз	1 раз	
Одновременное разноименное вращение рук	Не менее 3 раз	Не менее 3 раз	
Плавание (вольный стиль) 50 м	Без учета времени		

ПРИМЕЧАНИЕ:

*проплыть дистанцию 25 метров в полной координации технически правильно, без смены стиля плавания, без остановок, не касаясь бортика или дорожек.

Таблица 2.

Нормативы по ОФП, СФП и плавательной подготовке
для зачисления в группы НП – 2 года обучения

Контрольные упражнения	Мальчики	Девочки	Разрядные требования
Нормативы общей физической подготовки			БЕЗ РАЗРЯДА (экспертная оценка)
Бег на 1000 метров (без ходьбы)	Без учета времени		
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	10 раз	5 раза	
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	+4 см	+5 см	
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	130 см	120 см	
Нормативы специальной физической подготовки			
Бег челночный 3x10 с высокого старта	9,7 с	10,1 с	
Исходное положение – стоя держа мяч весом 1кг за головой. Бросок мяча вперед. (Ноги на одной линии)	3,8 м	3,3 м	
Исходное положение – стоя, держа гимнастическую палку, ширина хвата 50 см. Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад.	1 раз	1 раз	
Плавание (вольный стиль) 50 м	Без учета времени		
Техническая подготовка			
Баттерфляй 25 метров*	0,50,00	0,50,00	
На спине 25 метров*	0,35,00	0,35,00	
Брасс 25 метров*	0,45,00	0,45,00	
Вольный стиль 25 метров*	0,30,00	0,30,00	
Длина скольжения, метры	5	5	
Соревновательная деятельность			
Контрольные	3		
Отборочные	-		
Основные	1		

ПРИМЕЧАНИЕ:

*проплыть дистанцию 25 метров в полной координации технически правильно, без смены стиля плавания, без остановок, не касаясь бортика или дорожек.

Таблица 3.

Нормативы по ОФП, СФП и плавательной подготовке
для зачисления в УТГ 1 года обучения

Контрольные упражнения	Мальчики	Девочки	Разрядные требования
Общая физическая подготовка			
Бег 1000 метров	5,50	6,20	
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	13	7	
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	+4	+5	
Челночный бег 3x10 (сек)	не более 9,3 сек	не более 9,5 сек	
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	140	130	
Нормативы специальной физической подготовки			
Исходное положение – стоя держа мяч весом 1 кг за головой. Бросок мяча вперед	не менее 4,0 м	3,5 м	
Исходное положение – стоя, держа гимнастическую палку, ширина хвата 60 см. Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад.	3	3	
Техническая подготовка			
Баттерфляй 25 метров*	0,25,00	0,28,00	
На спине 25 метров*	0,27,00	0,27,00	
Брасс 25 метров*	0,28,00	0,28,00	
Вольный стиль 25 метров*	0,22,00	0,22,00	
Кроль на груди 800 метров*	18,30,00	21,04,00	
Комплексное плавание 200 метров*	4,45,00	5,11,00	
Длина скольжения, метры	7	8	
Соревновательная деятельность			
Контрольные		4	
Отборочные		2	
Основные		2	

**Не ниже 3
юношеского
разряда**

* норматив считается выполненным при улучшении показателей

ПРИМЕЧАНИЕ: *проплыть дистанцию 25 метров в полной координации технически правильно, без смены стиля плавания, без остановок, не касаясь бортика или дорожек.

Таблица 4.

Нормативы по ОФП, СФП и плавательной подготовке
для зачисления в УТГ 2 года обучения

Контрольные упражнения	Мальчики	Девочки	Разрядные требования
Общая физическая подготовка			Не ниже 2 юношеского разряда
Бег 1000 метров	5,20	6,00	
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	15	9	
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	+5	+6	
Челночный бег 3x10 (сек)	не более 9,0 сек	не более 9,4 сек	
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	155	145	
Нормативы специальной физической подготовки			
Исходное положение – стоя держа мяч весом 1 кг за головой. Бросок мяча вперед	4,7 м	4 м	
Исходное положение – стоя, держа гимнастическую палку, ширина хвата 60 см. Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад.	4	4	
Техническая подготовка			
Баттерфляй 25 метров*	0,22,00	0,23,00	
На спине 25 метров*	0,22,00	0,22,00	
Брасс 25 метров*	0,23,00	0,23,50	
Вольный стиль 25 метров*	0,20,00	0,21,00	
Кроль на груди 800 метров*	16,30,00	18,34,00	
Комплексное плавание 200 метров*	4,05,00	4,31,00	
Длина скольжения, метры	8	9	
Соревновательная деятельность			
Контрольные	4		
Отборочные	2		
Основные	2		

* норматив считается выполненным при улучшении показателе
 ПРИМЕЧАНИЕ: *проплыть дистанцию 25 метров в полной координации технически правильно, без смены стиля плавания, без остановок, не касаясь бортика или дорожек.

Таблица 5.

Нормативы по ОФП, СФП и плавательной подготовке
для зачисления в УТГ 3 года обучения

Контрольные упражнения	Мальчики	Девочки	Разрядные требования
Общая физическая подготовка			
Бег 1000 метров	4,5	5,5	
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	20	15	
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	+7	+8	
Челночный бег 3x10 (сек)	8,8 сек	9,4 сек	
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	165	150	
Нормативы специальной физической подготовки			
Исходное положение – стоя держа мяч весом 1 кг за головой. Бросок мяча вперед	5,3 м	4,5 м	
Исходное положение – стоя, держа гимнастическую палку, ширина хвата 60 см. Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад.	6	6	Не ниже 1 юношеского разряда
Техническая подготовка			
Баттерфляй 25 метров*	0,21,00	0,22,00	
На спине 25 метров*	0,21,00	0,22,00	
Брасс 25 метров*	0,22,00	0,22,50	
Вольный стиль 25 метров*	0,19,00	0,20,00	
Кроль на груди 800 метров*	14,30,00	16,04,00	
Комплексное плавание 200 метров*	3,30,00	3,55,00	
Длина скольжения, метры	11	11	
Соревновательная деятельность			
Контрольные	6		
Отборочные	2		
Основные	4		

* норматив считается выполненным при улучшении показателе

ПРИМЕЧАНИЕ: *проплыть дистанцию 25 метров в полной координации технически правильно, без смены стиля плавания, без остановок, не касаясь бортика или дорожек.

Таблица 6.

Нормативы по ОФП, СФП и плавательной подготовке
для зачисления в УТГ 4 года обучения

Контрольные упражнения	Мальчики	Девочки	Разрядные требования
Общая физическая подготовка			
Бег 1000 метров	4,7	5,0	
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	25	17	
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	+8	+9	
Челночный бег 3x10 (сек)	8,5 сек	9,2 сек	
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	195	180	
Нормативы специальной физической подготовки			
Исходное положение – стоя держа мяч весом 1 кг за головой. Бросок мяча вперед	9 м	7 м	
Исходное положение – стоя, держа гимнастическую палку, ширина хвата 55 см. Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад.	2	2	Не ниже 3 взрослого разряда
Техническая подготовка			
Баттерфляй 25 метров*	0,17,00	0,18,00	
На спине 25 метров*	0,16,00	0,18,00	
Брасс 25 метров*	0,18,00	0,19,50	
Вольный стиль 25 метров*	0,15,00	0,16,00	
Кроль на груди 800 метров*	12,28,00	13,19,00	
Комплексное плавание 200 метров*	3,05,00	3,26,00	
Скольжение 11 метров, секунды	10	10	
Соревновательная деятельность			
Контрольные		6	
Отборочные		2	
Основные		4	

* норматив считается выполненным при улучшении показателе

ПРИМЕЧАНИЕ: *проплыть дистанцию 25 метров в полной координации технически правильно, без смены стиля плавания, без остановок, не касаясь бортика или дорожек.

Таблица 7.

Нормативы по ОФП, СФП и плавательной подготовке
для зачисления в УТГ 5 года обучения

Контрольные упражнения	Мальчики	Девочки	Разрядные требования
Общая физическая подготовка			Не ниже 2 взрослого разряда
Бег 1000 метров	4,5	4,8	
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	30	20	
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	+9	+10	
Челночный бег 3x10 (сек)	8,2 сек	9,0 сек	
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	175	165	
Нормативы специальной физической подготовки			
Исходное положение – стоя держа мяч весом 1 кг за головой. Бросок мяча вперед	10 м	8 м	
Исходное положение – стоя, держа гимнастическую палку, ширина хвата 60 см. Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад.	11	11	
Техническая подготовка			
Баттерфляй 25 метров*	00,15,00	00,16,00	
На спине 25 метров*	00,16,00	00,17,00	
Брасс 25 метров*	00,17,00	00,18,00	
Вольный стиль 25 метров*	00,14,00	00,15,00	
Кроль на груди 800 метров*	11,06,00	11,46,00	
Комплексное плавание 200 метров*	2,41,75	3,00,00	
Скольжение 11 метров, секунды	00,07,00	00,07,50	
Соревновательная деятельность			
Контрольные		6	
Отборочные		2	
Основные		4	

+ норматив считается выполненным при улучшении показателе

ПРИМЕЧАНИЕ: *проплыть дистанцию 25 метров в полной координации технически правильно, без смены стиля плавания, без остановок, не касаясь бортика или дорожек.

Таблица 8.

Контрольно – переводные нормативы для групп ССМ и ВСМ

Контрольные упражнения	СМ-1		СМ-2		СМ-3		ВСМ	
	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки	юноши
Общая физическая подготовка								
Бег 2000 м	9.20	7.55	9.00	7.45	8.50	7.35	8.40	7.25
Подтягивание из виса на высокой перекладине	-	9	-	10	-	12	-	15
Сгибание-разгибание рук в упоре лежа на полу	15	-	20	-	25	-	30	-
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	+13	+9	+14	+10	+15	+10	+15	+11
Челночный бег 3х10 м; см.	9.0	8.2	8.8	7.8	8.6	7.6	8.4	7.4
Прыжок в длину с места; см.	185	205	190	210	195	215	200	220
Специальная физическая подготовка								
Исходное положение – стоя держа мяч весом 1 кг за головой. Бросок мяча вперед	7.5	9.5	8.0	10	8.0	10.5	8.5	11
Исходное положение – стоя, держа гимнастическую палку, ширина хвата 50 см. Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед назад.	40	45	40	45	40	45	40	45
Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги	35	45	37	46	38	47	40	50
Исходное положение – стоя в воде у борта бассейна. Отталкиванием двух ног скольжение в	6,7	7	6,9	8	6,9	8	6,9	8

воде лежа на груди, руки вперед. Дистанция 11 м.								
Технико-тактическая подготовка								
Длина скольжения ;м	15	15	15	15	15	15	20	20
Время скольжения 15 м;с	15	15	14	13	14	12	12	8
Техника плавания поворотов и стартов	+	+	+	+	+	+	+	+
Спортивные результаты								
Спортивный разряд на избранной дистанции	КМС	КМС	КМС	КМС	КМС МС	КМС МС	МС МСМК	МС МСМК

Примечание: + норматив считается выполненным при улучшении показателей

Отделение «ШАХМАТЫ»

Таблица 1

**Нормативы по ОФП и шахматной подготовке
для зачисления и перевода в группу НП – 1 года обучения**

Контрольные упражнения	Мальчики	Девочки	Разрядные требования
Нормативы общей физической подготовки			без разряда
Бег на 30 метров	не более 6,9 с	не более 7,1 с	
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	не менее 7 раз	не менее 4 раз	
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	не менее +1 см	не менее +3 см	
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	не менее 110 см	не менее 105 см	
Решение задач по шахматам	с использованием шахматной нотации за 60 минут		

ПРИМЕЧАНИЕ:

Решить 12 задач за 60 минут с использованием шахматной нотации на темы: мат в 1 ход и проведение пешки.

Таблица 2.

**Нормативы по ОФП и шахматной подготовке
для зачисления и перевода в группы НП – 2 года обучения**

Контрольные упражнения	Мальчики	Девочки	Разрядные требования
Нормативы общей физической подготовки			без разряда
Бег на 30 метров	не более 6,7 с	не более 6,8 с	
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	не менее 10 раз	не менее 6 раз	
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	не менее +3 см	не менее +5 см	
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	не менее 120 см	не менее 115 см	
Решение задач по шахматам	с использованием шахматной нотации за 60 минут		

ПРИМЕЧАНИЕ:

Решить 12 задач за 60 минут с использованием шахматной нотации на темы: мат в 2 хода и проведение пешки.

Таблица 3.

Нормативы по ОФП, СФП и шахматной подготовке
для перевода и зачисления в УТГ-1 года обучения

Контрольные упражнения	Мальчики	Девочки	Разрядные требования
Нормативы общей физической подготовки			3 юношеский разряд 2 юношеский разряд 1 юношеский разряд
Бег на 30 метров	не более 6,0 с	не более 6,2 с	
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	не менее 17 раз	не менее 11 раз	
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	не менее +7 см	не менее +9 см	
Челночный бег 3 x 10 м	не более 9,2 с	не более 9,5 с	
Нормативы специальной физической подготовки			
Приседание без остановки	не менее 10 раз	не менее 8 раз	
Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами, пальцами рук коснуться пола	не менее 2 раз	не менее 2 раз	
Решение задач по шахматам	с использованием шахматной нотации за 60 минут		

ПРИМЕЧАНИЕ:

Решить 12 задач за 60 минут с использованием шахматной нотации на темы: дебют, тактика, эндшпиль.

Таблица 4.

**Нормативы по ОФП, СФП и шахматной подготовке
для перевода и зачисления в УТГ-2 года обучения**

Контрольные упражнения	Мальчики	Девочки	Разрядные требования
Нормативы общей физической подготовки			3 юношеский разряд 2 юношеский разряд 1 юношеский разряд
Бег на 30 метров	не более 5,9 с	не более 6,1 с	
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	не менее 18 раз	не менее 12 раз	
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	не менее +7 см	не менее +10 см	
Челночный бег 3 x 10 м	не более 9,1 с	не более 9,4 с	
Нормативы специальной физической подготовки			
Приседание без остановки	не менее 10 раз	не менее 8 раз	
Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами, пальцами рук коснуться пола	не менее 2 раз	не менее 2 раз	
Решение задач по шахматам	с использованием шахматной нотации за 60 минут		

ПРИМЕЧАНИЕ:

Решить 12 задач на темы: дебют, тактика, эндшпиль и ответить на 1 вопрос по истории шахмат за 60 минут с использованием шахматной нотации

Таблица 6.

**Нормативы по ОФП, СФП и шахматной подготовке
для перевода и зачисления в ТСС-4 года обучения**

Контрольные упражнения	Мальчики	Девочки	Разрядные требования
Нормативы общей физической подготовки			3 – 1 спортивные разряды
Бег на 30 метров	не более 5,7 с	не более 5,9 с	
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	не менее 20 раз	не менее 14 раз	
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	не менее +9 см	не менее +12 см	
Челночный бег 3 x 10 м	не более 8,9 с	не более 9,2 с	
Нормативы специальной физической подготовки			
Приседание без остановки	не менее 10 раз	не менее 8 раз	
Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами, пальцами рук коснуться пола	не менее 4 раз	не менее 4 раз	
Решение задач по шахматам	с использованием шахматной нотации за 60 минут		

ПРИМЕЧАНИЕ:

Решить 12 задач на темы: дебют, тактика, эндшпиль, композиция и ответить на 1 вопрос по истории шахмат за 60 минут с использованием шахматной нотации

Таблица 7.

**Нормативы по ОФП, СФП и шахматной подготовке
для перевода в ССМ**

Контрольные упражнения	Мальчики	Девочки	Разрядные требования
Нормативы общей физической подготовки			кандидат в мастера спорта
Бег на 60 метров	не более 9,5 с	не более 10,1 с	
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	не менее 28 раз	не менее 14 раз	
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	не менее +9 см	не менее +13 см	
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	не менее 180 см	не менее 165 см	
Челночный бег 3 x 10 м	не более 7,9 с	не более 8,2 с	
Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	не менее 46 раз	не менее 40 раз	
Нормативы специальной физической подготовки			
Приседание без остановки	не менее 18 раз	не менее 12 раз	
Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами, пальцами рук коснуться пола	не менее 8 раз	не менее 8 раз	
Решение задач по шахматам	с использованием шахматной нотации за 90 минут		

ПРИМЕЧАНИЕ:

Решить 8 задач на темы: дебют, тактика, позиционное преимущество, эндшпиль, композиция, этюд и ответить на 2 вопроса по истории шахмат за 90 минут с использованием шахматной нотации

Пример Анализа по итогам тренировочного года 2022 - 2023 гг по группе отделения плавания тренера

№	Дата проведения соревнований	Место проведения соревнований	ФИО	Дата рождения	Разряд на 1 сентября 2022 г.	Наименование соревнования										Выполнение программы (% от норматива по программе - от 822 ч.)	Объем выполнения тренировочной работы в часах (по программе 832 ч.)	Итого КТН	В ТСС.4						
						22-23 ДЕКАБРЯ 2022	07.12.2022	08.10.2022	10.09.2022 г.	13-15 ОКТЯБРЯ 2022	08.10.2022	07.12.2022	22-23 ДЕКАБРЯ 2022	09-10.10.2023 г.	02.02.2023 г.					02. - 04.03.2023	02.15.03.2023 г.				
						Контрольные		Оборочные		Основные															
						6		2		4															
п/п						г. Зеленодольск СОК "Метеор" (25 м бассейна)	г. Зеленодольск СОК "Метеор" (25 м бассейна)	г. Альметьевск (бассейн 50 м)	г. Зеленодольск СОК "Метеор" (25 м бассейна)	г. Зеленодольск СОК "Метеор" (25 м бассейна)	г. Зеленодольск СОК "Метеор" (25 м бассейна)	г. Зеленодольск СОК "Метеор" (25 м бассейна)	г. Зеленодольск СОК "Метеор" (25 м бассейна)	г. Зеленодольск СОК "Метеор" (25 м бассейна)	г. Зеленодольск СОК "Метеор" (25 м бассейна)	г. Зеленодольск СОК "Метеор" (25 м бассейна)	г. Зеленодольск СОК "Метеор" (25 м бассейна)	г. Зеленодольск СОК "Метеор" (25 м бассейна)	г. Зеленодольск СОК "Метеор" (25 м бассейна)						
						Зеленодольского муниципального района Республики Татарстан	Зеленодольского муниципального района Республики Татарстан	Зеленодольского муниципального района Республики Татарстан	Зеленодольского муниципального района Республики Татарстан	Зеленодольского муниципального района Республики Татарстан	Зеленодольского муниципального района Республики Татарстан	Зеленодольского муниципального района Республики Татарстан	Зеленодольского муниципального района Республики Татарстан	Зеленодольского муниципального района Республики Татарстан	Зеленодольского муниципального района Республики Татарстан	Зеленодольского муниципального района Республики Татарстан	Зеленодольского муниципального района Республики Татарстан	Зеленодольского муниципального района Республики Татарстан	Зеленодольского муниципального района Республики Татарстан						
						Соревнование МБУ "СПШ №5 "Дельфин" Татарстан, посвященное 100-летию спортивного плавания в Республике Татарстан	Соревнование МБУ "СПШ №5 "Дельфин" Татарстан, посвященное 100-летию спортивного плавания в Республике Татарстан	Соревнование МБУ "СПШ №5 "Дельфин" Татарстан, посвященное 100-летию спортивного плавания в Республике Татарстан	Соревнование МБУ "СПШ №5 "Дельфин" Татарстан, посвященное 100-летию спортивного плавания в Республике Татарстан	Соревнование МБУ "СПШ №5 "Дельфин" Татарстан, посвященное 100-летию спортивного плавания в Республике Татарстан	Соревнование МБУ "СПШ №5 "Дельфин" Татарстан, посвященное 100-летию спортивного плавания в Республике Татарстан	Соревнование МБУ "СПШ №5 "Дельфин" Татарстан, посвященное 100-летию спортивного плавания в Республике Татарстан	Соревнование МБУ "СПШ №5 "Дельфин" Татарстан, посвященное 100-летию спортивного плавания в Республике Татарстан	Соревнование МБУ "СПШ №5 "Дельфин" Татарстан, посвященное 100-летию спортивного плавания в Республике Татарстан	Соревнование МБУ "СПШ №5 "Дельфин" Татарстан, посвященное 100-летию спортивного плавания в Республике Татарстан	Соревнование МБУ "СПШ №5 "Дельфин" Татарстан, посвященное 100-летию спортивного плавания в Республике Татарстан	Соревнование МБУ "СПШ №5 "Дельфин" Татарстан, посвященное 100-летию спортивного плавания в Республике Татарстан	Соревнование МБУ "СПШ №5 "Дельфин" Татарстан, посвященное 100-летию спортивного плавания в Республике Татарстан	Соревнование МБУ "СПШ №5 "Дельфин" Татарстан, посвященное 100-летию спортивного плавания в Республике Татарстан						
						50 Н/Сп-0,33,65 50 Б/Сп-0,39,79 50 Б/Сп-0,39,79	50 Н/Сп-0,33,65 50 Б/Сп-0,39,79	50 В/Сп-32,41 50 Н/Сп-38,55	100 К/Пл-1,20,19 50 Балт-0,36,65	50 В/Сп-32,42 100 Н/Сп-1,20,71 200 Н/Сп-2,52,43 100 К/Пл-1,19,75	«100-ЛЕТИЕ СПОРТИВНОГО ПЛАВАНИЯ В РЕСПУБЛИКЕ ТАТАРСТАН»	Первенство Зеленодольского муниципального района по плаванию, посвященное 100-летию спортивного плавания в Республике Татарстан	Республиканские соревнования по плаванию на призы деду Мороза, посвященные 100-летию спортивного плавания в Республике Татарстан	Республиканские соревнования по плаванию, приуроченные Дню защитника Отечества	Соревнование по плаванию "День крокодила"	Первенство Республики Татарстан среди юношей 15-16 лет и девушек 13-14 (50м)	Соревнование МБУ "СПШ №5 "Дельфин" ЗМР РТ по плаванию "День бравого пловца"	100 Б/Сп-1,57,79 200 Б/Сп-3,42,82	200 К/Пл-2,49,11	200 В/С-Н/Я	200 К/Пл-Д/К	80%	698	сдал	В ТСС.4

Подпись комиссии