



**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
«Казанское училище олимпийского резерва»
(ГБПОУ «КазУОР»)**



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБПОУ «КазУОР»

Р.И.Шакиров

24 февраля 2026 года

**Правила приема на обучение
в Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Казанское училище олимпийского резерва»
по образовательной программе основного общего образования
(8-9 классы)**

на 2026-2027 учебный год

г. Казань, 2026

1. Общие положения

1. Правила приёма на обучение в Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Казанское училище олимпийского резерва» (далее – училище) по образовательной программе основного общего образования разработаны в соответствии с нормативными документами:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021 года № 115 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 02 сентября 2020 года № 458 «Об утверждении Порядка приёма на обучение по образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (с изменениями и дополнениями);

- Федеральный закон от 27.07.2006 № 152-ФЗ «О персональных данных»;

- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 июля 2009 г. № 17-110 «Об обеспечении защиты персональных данных»;

- Устав училища;

- Выписка из реестра лицензий на право осуществления образовательной деятельности по реализации образовательных программ от 20 февраля 2016 года № ЛО35-01272-16/00253004 (бессрочная);

- Выписка из реестра организаций, осуществляющих образовательную деятельность по имеющим государственную аккредитацию образовательных программ от 08 апреля 2016 года № А007-01272-16/01141219 (бессрочно).

2. Настоящие Правила приёма в училище регламентирует прием граждан Российской Федерации, на обучение по образовательной программе основного общего образования (8-9 классы).

3. Прием на обучение по образовательной программе основного общего образования за счет бюджетных ассигнований бюджета Республики Татарстан проводится на общедоступной основе, если иное не предусмотрено Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее - Федеральный закон).

4. Прием иностранных граждан и лиц без гражданства, в том числе соотечественников, проживающих за рубежом, на обучение в училище по основной образовательной программе основного общего образования (8-9 классы) осуществляется за счет бюджетных ассигнований бюджета Республики Татарстан в соответствии с международными договорами Российской Федерации, федеральным законом и настоящими Правилами.

5. Прием на обучение по образовательной программе основного общего образования (8-9 классы) осуществляется по личному заявлению родителя (законного представителя) поступающего при предъявлении оригинала документа, удостоверяющего личность родителя (законного представителя) либо оригинала документа, удостоверяющего личность иностранного гражданина и лица без гражданства (Приложение 1).

6. Прием на обучение по образовательной программе основного общего образования проводится на принципах равных условий приема для всех поступающих, за исключением лиц, которым в соответствии с Федеральным законом предоставлены особые права (преимущества) при приеме на обучение.

7. Во внеочередном порядке предоставляются места детям, указанным в пункте 8

статьи 24 Федерального закона от 27 мая 1998 г. № 76-ФЗ «О статусе военнослужащих», и детям, указанным в статье 28.1 Федерального закона от 3 июля 2016 г. № 226-ФЗ «О войсках национальной гвардии Российской Федерации», по месту жительства их семей.

8. Во внеочередном порядке места предоставляются детям, имеющим спортивные достижения (1-й спортивный разряд или спортивный разряд «кандидат в мастера спорта») по видам спорта, реализуемых образовательных программ спортивной подготовки в училище.

9. Прием в училище на обучение по образовательной программе основного общего образования осуществляется в течение всего учебного года при наличии свободных мест.

10. Училище осуществляет обработку полученных в связи с приемом в училище персональных данных поступающих в соответствии с требованиями законодательства Российской Федерации в области персональных данных.

2. Организация приема в училище

11. Организация приема на обучение по образовательной программе осуществляется приемной комиссией училища (далее – приемная комиссия).

Председателем приемной комиссии является директор училища.

12. Состав, полномочия и порядок деятельности приемной комиссии регламентируются положением о ней, утверждаемым директором училища.

13. Работу приемной комиссии и делопроизводство, а также личный прием поступающих и их родителей (законных представителей) организует ответственный секретарь приемной комиссии, который назначается приказом директора училища.

14. При приеме граждан на обучение по образовательной программе основного общего образования, интегрированной с дополнительными предпрофессиональными образовательными программами в области физической культуры и спорта, проводится конкурсный или индивидуальный отбор на основании оценки способностей к занятию отдельным видом спорта, а также при отсутствии противопоказаний к занятию соответствующим видом спорта.

15. Для организации и проведения конкурсного или индивидуального отбора председателем приемной комиссии утверждаются составы экзаменационных и апелляционных комиссий. Полномочия и порядок деятельности экзаменационных и апелляционных комиссий определяются положениями о них, утвержденными директором училища.

16. При приеме в училище обеспечиваются соблюдение прав граждан в области образования, установленных законодательством Российской Федерации, гласность и открытость работы приемной комиссии.

17. С целью подтверждения достоверности документов, предоставляемых поступающими, приемная комиссия вправе обращаться в соответствующие государственные (муниципальные) органы и организации.

3. Организация информирования поступающих

18. Училище обязано ознакомить поступающего и (или) его родителей (законных представителей) со своим Уставом, лицензией на осуществление образовательной деятельности, свидетельством о государственной аккредитации, образовательной программой основного общего образования и другими документами, регламентирующими организацию и осуществление образовательной деятельности, права и обязанности обучающихся.

19. При приеме на обучение по имеющим государственную аккредитацию образовательным программам основного общего образования выбор языка образования, изучаемых родного языка из числа языков народов Российской Федерации, в том числе

русского языка как родного языка, государственных языков республик Российской Федерации осуществляется по заявлению родителей (законных представителей) детей.

20. В целях информирования о приеме на обучение училище размещает информацию на официальном сайте училища <https://kazuor.tatarstan.ru> в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее - официальный сайт), иными способами с использованием информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», а также обеспечивает свободный доступ в здание училища к информации, размещенной на информационном стенде приемной комиссии. и (или) в электронной информационной системе (далее вместе - информационный стенд).

21. Приемная комиссия на официальном сайте училища и информационном стенде размещает следующую информацию:

- правила приема в училище;
- образец заявления о приеме на обучение (Приложение 1);
- перечень вступительных испытаний для конкурсного или индивидуального обора;
- информацию о формах проведения вступительных испытаний по общей физической подготовке (Приложение 2);

- информацию о дополнительных баллах по результатам индивидуальных достижений поступающих (Приложение 3);

- информацию о необходимости прохождения поступающими обязательного предварительного медицинского осмотра (обследования)- с указанием перечня врачей-специалистов, перечня лабораторных и функциональных исследований, перечня общих и дополнительных медицинских противопоказаний.

22. Приемная комиссия училища обеспечивает функционирование специальной телефонной линии и раздела «Абитуриентам» на официальном сайте училища для ответов на обращения, связанные с приемом граждан в училище.

4. Прием документов от поступающих

23. Прием на обучение по образовательной программе основного общего образования осуществляется по личному заявлению родителя (законного представителя) несовершеннолетнего ребенка или самого совершеннолетнего поступающего.

24. Для приема родитель(и) (законный(ые) представитель(и) ребенка или поступающий представляют следующие документы:

- копию документа, удостоверяющего личность родителя (законного представителя) поступающего;

- копию свидетельства о рождении ребенка или документа, подтверждающего родство заявителя;

- СНИЛС- номер страхового свидетельства обязательного пенсионного страхования (при наличии);

- копию документа, подтверждающего установление опеки или попечительства (при необходимости);

- копию документа о регистрации поступающего по месту жительства или по месту пребывания на закрепленной территории или справку о приеме документов для оформления регистрации по месту жительства;

- копию заключения психолого-медико-педагогической комиссии (при наличии);

- личная карта обучающегося;

- документ, подтверждающий спортивное звание или разряд;

- 10 фотографий 3×4;

- медицинская карта обучающегося.

При посещении училища и (или) очном взаимодействии с членами приёмной комиссии училища родитель(и) (законный(ые) представитель(и) ребенка предъявляет(ют)

оригиналы документов, указанные выше настоящего пункта, а поступающий - оригинал документа, удостоверяющего личность поступающего.

При личном представлении оригиналов документов поступающим допускается заверение их ксерокопии училищем.

Родитель(и) (законный(ые) представитель(и) ребенка, являющегося **иностранным гражданином** или лицом без гражданства, дополнительно предъявляет(ют) документ, подтверждающий родство заявителя (или законность представления прав ребенка, и документ, подтверждающий права заявителя на пребывание в Российской Федерации).

Иностранцы граждане и лица без гражданства все документы представляют на русском языке или вместе с заверенным в установленном порядке (статья 81 Основ законодательства Российской Федерации о нотариате от 11 февраля 1993 г. № 4462-1) переводом на русский язык.

Фамилия, имя и отчество (последнее - при наличии) поступающего, указанные в переводах поданных документов, должны соответствовать фамилии, имени и отчеству (последнее - при наличии), указанным в документе, удостоверяющем личность иностранного гражданина в Российской Федерации.

25. Не допускается требовать представления других документов в качестве основания для приема на обучение по образовательной программе основного общего образования.

26. Родитель(и) (законный(ые) представитель(и) ребенка или поступающий имеют право по своему усмотрению представлять другие документы.

27. В заявлении о приеме на обучение родителем (законным представителем) ребёнка или поступающим указываются следующие сведения:

- фамилия, имя, отчество (при наличии) ребёнка или поступающего;
- дата рождения ребёнка или поступающего;
- СНИЛС- номер страхового свидетельства обязательного пенсионного страхования (при наличии);
- адрес места жительства и (или) адрес места пребывания ребёнка или поступающего;
- фамилия, имя, отчество (при наличии) родителя(ей) (законного(ых) представителя(ей) ребёнка или поступающего;
- адрес места жительства и (или) адрес места пребывания родителя(ей) (законного(ых) представителя(ей) ребёнка;
- адрес(а) электронной почты, номер(а) телефона(ов) (при наличии) родителей (законных представителей) ребёнка или поступающего;
- о наличии права внеочередного, первоочередного или преимущественного приема;
- нуждаемость поступающего в предоставлении общежития;
- язык образования;
- родной язык из числа языков народов Российской Федерации (в случае реализации права на изучение родного языка из числа языков народов Российской Федерации, в том числе русского языка как родного языка);
- факт ознакомления родителя(ей) (законного(ых) представителя(ей) ребенка или поступающего с уставом, с выпиской из реестра лицензий на осуществление образовательной деятельности, выпиской из реестра государственной аккредитации образовательной программы основного общего образования и другими документами, регламентирующими организацию и осуществление образовательной деятельности, права и обязанности обучающихся;
- согласие родителя(ей) (законного(ых) представителя(ей) ребенка или поступающего на обработку персональных данных.

28. Документы, представленные родителями (законными представителями) поступающего, регистрируются в журнале приема заявлений. После регистрации

заявления родителям (законным представителям) детей выдается расписка о получении документов, содержащая информацию о регистрационном номере заявления о приеме в училище, о перечне представленных документов. Расписка заверяется подписью ответственного секретаря и печатью.

В случае представления поступающим заявления, содержащего не все сведения, предусмотренные настоящим пунктом, и (или) сведения, не соответствующие действительности, училище возвращает документы поступающему.

29. Училище осуществляет обработку полученных в связи с приемом в училище персональных данных поступающих в соответствии с требованиями законодательства Российской Федерации в области персональных данных.

30. Заявление о приеме на обучение и документы для приема на обучение, указанные в пункте 24 настоящих правил приёма, подаются одним из следующих способов:

- лично в училище;
- через операторов почтовой связи общего пользования заказным письмом с уведомлением о вручении.

- в электронной форме (документ на бумажном носителе, преобразованный в электронную форму путем сканирования или фотографирования с обеспечением машиночитаемого распознавания его реквизитов) посредством электронной почты училища kazuor-priem@mail.ru или электронной информационной системы училища, в том числе с использованием функционала официального сайта училища в сети Интернет или иным способом с использованием сети Интернет.

Училище осуществляет проверку достоверности сведений, указанных в заявлении о приеме на обучение, и соответствия действительности поданных электронных образов документов. При проведении указанной проверки училище вправе обращаться к соответствующим государственным информационным системам, в государственные (муниципальные) органы и организации.

31. На каждого поступающего заводится личное дело, в котором хранятся все сданные документы (копии документов).

Порядок ведения личных дел определяется Положением о порядке формирования, ведения и хранения личных дел обучающихся.

5. Конкурсный или индивидуальный отбор

30. Конкурсный или индивидуальный отбор на основании оценки способностей к занятию отдельным видом спорта проводится как вступительное испытание по общей физической подготовке.

31. Расписание вступительных испытаний (дата, время, место проведения, дата объявления результатов) утверждается председателем приемной комиссии и размещается на официальном сайте училища и информационном стенде приемной комиссии.

32. Лицам, допущенным к вступительным испытаниям, выдаются экзаменационные листы. Экзаменационный лист является пропуском на вступительные испытания (Приложение 4).

33. Вступительные испытания проводятся в специально подготовленном месте, обеспечивающем необходимые условия поступающим для подготовки и сдачи вступительных испытаний.

34. Весь комплекс физических упражнений каждым поступающим выполняется в один день. Поступающий должен быть в спортивной форме.

35. Вступительные испытания оцениваются по бальной системе оценки физического испытания.

36. Количество баллов, набранное на вступительном испытании, заносится в экзаменационную ведомость и удостоверяется подписями председателя и членов экзаменационной комиссии.

37. Итоговое количество набранных баллов заносится в экзаменационный лист поступающего и заверяется подписью председателя и членов экзаменационной комиссии.

38. По итогам вступительных испытаний формируется пофамильный список поступающих.

39. Успешное прохождение вступительных испытаний подтверждает наличие у поступающих определенных физических качеств, необходимых для обучения по образовательной программе основного общего образования, интегрированной с дополнительными предпрофессиональными образовательными программами по отдельным видам спорта.

40. Лица, получившие на вступительных испытаниях наименьший результат, выбывают из конкурса.

41. Лица, не явившиеся по уважительным причинам на вступительные испытания (болезнь или иные обстоятельства, подтвержденные документально) допускаются к ним в параллельных группах, на следующем этапе сдачи вступительных испытаний или индивидуально до их полного завершения.

42. Лица, не явившиеся на вступительные испытания без уважительной причины, а также забравшие документы в период проведения вступительных испытаний, выбывают из конкурса и не зачисляются в училище.

43. Повторная сдача вступительных испытаний при получении неудовлетворительной оценки и пересдача вступительного испытания с целью улучшения результата не допускается.

7. Общие правила подачи и рассмотрения апелляций

44. По результатам вступительного испытания поступающий имеет право подать в апелляционную комиссию письменное заявление о нарушении, по его мнению, установленного порядка проведения испытания и (или) несогласия с его результатами (далее - апелляция).

45. Рассмотрение апелляции не является пересдачей вступительного испытания. В ходе рассмотрения апелляции проверяется только правильность оценки результатов сдачи вступительного испытания.

46. Апелляция подается поступающим лично на следующий день после объявления результата вступительного испытания. При этом поступающий имеет право ознакомиться со своими спортивными результатами, выполненными в ходе вступительного испытания, в порядке, установленном Училищем. Приемная комиссия обеспечивает прием апелляций в течение всего рабочего дня.

Рассмотрение апелляций проводится не позднее следующего дня после дня ознакомления с результатами.

47. Поступающий имеет право присутствовать при рассмотрении апелляции. Поступающий должен иметь при себе документ, удостоверяющий его личность и экзаменационный лист.

48. С несовершеннолетними поступающими имеет право присутствовать один из родителей (законных представителей).

49. Решения апелляционной комиссии принимаются большинством голосов от числа лиц, входящих в состав апелляционной комиссии и присутствующих на ее заседании. При равенстве голосов решающим является голос председательствующего на заседании апелляционной комиссии.

50. После рассмотрения апелляции выносится решение апелляционной комиссией об оценке по вступительному испытанию (как в случае ее повышения, так и понижения или оставления без изменения).

Оформленное протоколом решение апелляционной комиссии доводится до сведения, поступающего (под роспись).

8. Зачисление в училище

51. Директор училища издает приказ о приеме на обучение поступающего в течение 5 рабочих дней после приема заявления о приеме на обучение и представленных документов. Приказ размещается на следующий рабочий день после издания на информационном стенде приемной комиссии и на официальном сайте училища

52. Поступающие помимо документов, указанных в пункте 24 настоящих Правил, вправе предоставить оригинал или копию документов, подтверждающих результаты индивидуальных достижений.

53. При приеме на обучение поступающих, прошедших предварительную подготовку в детско-юношеских спортивных школах и детско-юношеских спортивных школах олимпийского резерва училищем учитываются:

- результаты выполнения вступительных испытаний по общей физической подготовке;
- результаты в соответствии с Федеральным стандартом спортивной подготовки по видам спорта (далее – ФССП);
- заключение врача медико-санитарной части училища о состоянии здоровья поступающих;
- нахождение в составе сборных команд Российской Федерации и Республики Татарстан;
- ходатайство республиканской спортивной федерации, спортивного клуба или команды мастеров по игровым видам спорта.

54. При приеме на обучение учитываются следующие результаты индивидуальных достижений:

- наличие у поступающих званий «мастер спорта», «мастер спорта международного класса»;
- наличие у поступающего знака «Готов к труду и обороне»;
- наличие статуса победителя или призера в олимпиадах и иных мероприятиях, направленных на развитие способностей к занятиям физической культурой и спортом, интереса к физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с постановлением Правительства Российской Федерации от 17 ноября 2015 г. № 1239 «Об утверждении Правил выявления детей, проявивших выдающиеся способности, сопровождения и мониторинга их дальнейшего развития»;
- наличие у поступающего статуса чемпиона или призера Олимпийских игр, чемпиона мира, чемпиона Европы, лица, занявшего первое место на первенстве мира, первенстве Европы по видам спорта, включенным в программы Олимпийских игр;
- наличие у поступающего статуса чемпиона мира, чемпиона Европы, лица, занявшего первое место на первенстве мира, первенстве Европы по видам спорта, не включенным в программы Олимпийских игр.

РАЗРАБОТАЛ

Заместитель директора по УР



Л.Ю. Бутлеровская

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Казанское училище олимпийского резерва»
(ГБПОУ «КазУОР»)

Директору ГБПОУ «КазУОР»

Р.И. Шакирову

от _____

(ФИО родителя, законного представителя)

проживающего (ей) по адресу: _____

(регистрация по месту жительства)

ЗАЯВЛЕНИЕ

Прошу Вас принять моего сына/мою дочь _____,
родившуюся (-гося) «___» _____ 20___ г., в ГБПОУ «КазУОР» в _____ класс по
индивидуальному учебному плану на основе зачёта учебных предметов, освоенных в процессе
предшествующего обучения, в соответствии с учебным планом училища для обучения по
образовательной программе основного общего образования в порядке перевода
из _____

Адрес места жительства поступающего _____

Телефон (сот.) _____

E-mail: _____

СНИЛС поступающего _____

Адрес места жительства родителя (законного представителя) _____

Мать: _____

(Ф.И.О., сотовый телефон, электронная почта)

_____ (место работы)

Отец: _____

(Ф.И.О., сотовый телефон, электронная почта)

_____ (место работы)

Общежитие:

нуждаюсь, не нуждаюсь

К заявлению прилагаю следующие копии документов:

Свидетельство о рождении поступающего: серия: _____, номер: _____,

дата выдачи: _____, или Паспорт поступающего:

Серия: _____, номер: _____, дата выдачи: _____

кем выдан _____

Оригиналы документов:

Личная карточка: номер _____

Предварительную спортивную подготовку прошел (-а) в МБУ ДО СШ _____
_____ вид спорта _____,

звание/разряд _____

« _____ » _____ 20 _____ г. _____
(личная подпись)

С выпиской из реестра лицензий на осуществление образовательной деятельности, выпиской из реестра государственной аккредитации образовательной программы основного общего образования и приложений к ним ознакомлен (а)

_____ (личная подпись поступающего)
С Уставом ГБПОУ «Казанское училище олимпийского резерва» ознакомлен(а)

_____ (личная подпись)
С правилами подачи апелляции по результатам проведения вступительных испытаний ознакомлен(а)

_____ (личная подпись)
На проведение обследования на наличие признаков употребления наркотических средств согласен(а)

_____ (личная подпись)
На проведение углублённого медицинского обследования согласен(а)

_____ (необходимость в специальных условиях для лиц с ОВЗ при проведении физического испытания)

Я, _____ (фамилия, имя, отчество родителя (законного представителя))

в соответствии с Федеральным законом от 27.07.2006 № 152-ФЗ «О персональных данных» **даю согласие** ГБПОУ «Казанское училище олимпийского резерва» на обработку персональных данных

_____ (личная подпись)

« _____ » _____ 20 _____ г. _____
(личная подпись)

Заявление принял _____
(подпись, расшифровка подписи)

« _____ » _____ 20 _____ г.

**Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Казанское училище олимпийского резерва»**

ПРОГРАММА

**конкурсного или индивидуального отбора поступающих на обучение
по образовательной программе основного общего образования
в 2026-2027 учебном году**

Казань, 2026 г.

I. Общие положения

В соответствии с приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021 года № 115 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» по образовательной программе основного общего образования, интегрированной с дополнительными предпрофессиональными образовательными программами в области физической культуры и спорта, проводится конкурсный или индивидуальный отбор как физическое испытание по общей физической подготовке (ОФП):

1. Весь комплекс тестовых физических упражнений выполняется в один день.
2. Очередность выполнения упражнений:
 - Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (отжимания);
 - Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами;
 - Прыжок в длину с места (см);
 - Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин);
 - Челночный бег 3x10.
3. В каждом упражненииступающий должен показать результат не ниже одного балла, предусмотренного критериями оценки.
4. Поступающий должен быть в спортивной форме (майка или футболка, спортивные трусы или шорты выше колен) и спортивной обуви (кроссовки, кеды).
5. Наличие звания МСМК/МС и золотого значка ГТО, освобождает от вступительных испытаний по ОФП.

II. Регламент выполнения упражнений

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (отжимания).

Исходное положение: упор лежа, голова-туловище-ноги составляют прямую линию. Сгибание рук выполняется до касания грудью пола, не нарушая прямой линии тела, а разгибание- до полного выпрямления рук при сохранении прямой линии-«голова»-«туловище»-«ноги». Запрещается при выполнении упражнения изменение углов в тазобедренном и коленных суставах, прогибание в пояснице, попеременное сгибание и разгибание рук, угол между плечами и туловищем не должен превышать 45 градусов, при касании колен или бедер пола упражнение считается завершенным. Дается одна попытка. Фиксируется количество отжиманий от пола при условии правильного выполнения теста в произвольном темпе.

Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами.

Наклон выполняется из исходного положения, стоя боком к судье, при выполнении ноги в коленных суставах должны быть выпрямлены. Участник по команде выполняет наклон, касаясь пола пальцами или ладонями двух рук и фиксирует результат в течение 3 секунд.

Прыжок в длину с места (см).

Исходное положение: Ноги на ширине плеч, ступни параллельно, носки ног перед линией отталкивания. Одновременным толчком двух ног выполняется прыжок вперед. Мах руками допускается. Выполняется три попытки, лучшая из которых заносится в протокол. Измерение результата выполняется от ближайшей точки касания любой частью тела до контрольной линии. Запрещается выполнять прыжок с предварительного отталкивания, при выполнении отталкивания наступать на контрольную линию.

Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин.).

Поднимание туловища из положения лежа на спине выполняется из исходного положения: лежа на спине на гимнастическом мате, руки за головой, ладони сцеплены в «замок», лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, стопы прижаты партнером к полу. Участник выполняет максимальное количество подъемов туловища за 1 мин, касаясь локтями коленей, с последующим возвратом в исходное положение.

Челночный бег 3x10

Челночный бег 3x10 предполагает преодоление дистанции в 10 метров три раза. То есть от старта требуется добежать до отметки в 10 м, развернуться в обратном направлении, добежать до старта, развернуться и финишировать на десятиметровой отметке.

Критерии оценки физического испытания по ОФП для поступающих на обучение по образовательной программе основного общего образования*

Возрастная группа от 13 до 15 лет (Юноши)

№ п/п	ОФП	Баллы/Нормативы																			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (отжимания)	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36
2	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
3	Прыжок в длину с места (см)	120	125	130	135	140	145	150	155	160	165	170	175	180	185	190	195	200	205	210	215
4	Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин)	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47
5	Челночный бег 3x10 (сек)	10,4	10,3	10,2	10,1	10,0	9,9	9,8	9,7	9,6	9,5	9,4	9,3	9,2	9,1	9,0	8,9	8,8	8,7	8,6	8,5

Возрастная группа от 13 до 15 лет (Девушки)

№ п/п	ОФП	Баллы/Нормативы																			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (отжимания)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
2	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
3	Прыжок в длину с места (см)	105	110	115	120	125	130	135	140	145	150	155	160	165	170	175	180	185	190	195	200
4	Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин)	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42
5	Челночный бег 3x10 (сек)	11,0	10,9	10,8	10,7	10,6	10,5	10,4	10,3	10,2	10,1	10,0	9,9	9,8	9,7	9,6	9,5	9,4	9,3	9,2	9,1

*Необходимо заранее подготовить место для выполнения упражнений, наличие сантиметровой рулетки обязательно!

**Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Казанское училище олимпийского резерва»**

**Дополнительные баллы по результатам
индивидуальных достижений поступающих
в 2026-2027 учебном году**

Перечень документов для подтверждения:

- копия удостоверения и приказа о присвоении спортивного звания «Мастер спорта России международного класса», «Мастер спорта России» (Таблица 1);
- копия приказа о присвоении спортивного разряда «Кандидат в мастера спорта» (Таблица 1);
- копия удостоверения и приказа о награждении знаком Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) - золото, серебро и бронза (Таблица 2);
- список кандидатов сборной команды Российской Федерации основного и резервного состава (Таблица 3);
- протокол участия во всероссийских или международных соревнованиях (Таблица 4).

Таблица 1 Спортивное звание и спортивный разряд

Спортивное звание (разряд)	Количество баллов
МСМК (Мастер спорта международного класса)	30
МС (Мастер спорта)	20
КМС (Кандидат в мастера спорта)	5

Таблица 2 Знак отличия ГТО (Готов к труду и обороне)

Наименование	Количество баллов
Золото	5
Серебро	4
Бронза	1

Таблица 3 Членство в сборной команде Российской Федерации

Наименование	Количество баллов
Основной и резервный состав	25

Таблица 4 Участие во всероссийских и международных соревнованиях

Наименование соревнований	Место	Количество баллов
Первенство мира, Европы, Чемпионат России	1	20
	2	15
	3	10
	4	5
	5	5
	6	5
Первенство России, Финал Спартакиады учащихся/молодежи России	1	10
	2	5
	3	3
	4	2
	5	2
	6	2

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Казанское училище олимпийского резерва»

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ ЛИСТ № _____

Ф.И.О. поступающего _____

Дата рождения, возраст _____

Экзаменационная группа № _____ Класс _____

Результаты индивидуального отбора
поступающих на обучение по образовательной программе
основного общего образования
по общей физической подготовке (ОФП)

Физическое испытание по ОФП	Выполненные нормативы (факт)	Кол-во набранных баллов	Подпись экзаменатора, расшифровка подписи
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (отжимания)			
Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами			
Прыжок в длину с места (см)			
Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин)			
Челночный бег 3x10 (сек)			
Итого			
Дополнительные баллы:			
Итого			
Всего			

Дата проведения физического испытания « _____ » _____ 20 _____ г.

(личная подпись поступающего)

Секретарь экзаменационной комиссии _____
(подпись) (расшифровка подписи)