

Принято на заседании
Педагогического совета МБОУ ДО ДЮСШ
от 28 августа 2015 года протокол №3



Утверждаю:
Директор МБОУ ДО ДЮСШ
С.Л.Кузьмин
приказ №01-10/20 от «31» августа 2015 года

ПОЛОЖЕНИЕ

О формах, периодичности и порядке текущего контроля, текущей успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся МБОУ ДО ДЮСШ

1. Общие положения

1.1. Настоящее «Положение о формах, периодичности и порядке текущего контроля, текущей успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся» (далее – Положение) разработано в соответствии Федеральным Законом Российской Федерации от 29.12.2012 года № 273 «Об образовании в Российской Федерации», примерными программами спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ по видам спорта, Уставом ДЮСШ, локальными актами.

1.2. Настоящее Положение регламентирует содержание, порядок, периодичность, систему учебных нормативов, тестов и формы проведения текущей успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся, применение единых требований к оценке обучающихся по различным темам, разделам, учебным нормативам, спортивным разрядам, личностным достижениям, их перевод на следующий год обучения, этап обучения.

1.3. Настоящее Положение определяет формы, периодичность и порядок, текущего контроля, успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся ДЮСШ.

1.4. Положение отражает общие принципы проведения текущей успеваемости и промежуточной аттестации в ДЮСШ.

1.5. Положение принимается на Педагогическом совете ДЮСШ и утверждается приказом директором ДЮСШ.

2. Виды контроля успеваемости обучающихся.

2.1. Обязательным и важным элементом образовательной деятельности является систематический контроль успеваемости (уровня подготовленности) обучающихся ДЮСШ.

Основными видами контроля являются:

- Текущий контроль уровня подготовленности;
- Промежуточная аттестация (выполнение контрольно-переводных нормативов на начало и конец учебного года);
- Итоговая аттестация.

Каждый из видов контроля имеет свои цели, задачи и формы.

Сроки контрольных мероприятий в ДЮСШ определяются дополнительными общеобразовательными программами по видам спорта и учебным планом ДЮСШ.

3. Цели, задачи и формы текущего контроля

3.1. Целями и задачами текущего контроля обучающихся является:

- качество освоения обучающимися дополнительной образовательной программы по видам спорта;
- повышение уровня текущей успеваемости;
- организация самостоятельной работы обучающихся с учётом их индивидуальных способностей;
- оценка качества подготовки обучающихся по уровню освоения разделов и тем учебного плана. Текущий контроль проводится без прекращения образовательной деятельности в течение всего учебного года для всех обучающихся ДЮСШ в соответствии с Уставом ДЮСШ и настоящего Положения.

3.2. Сроки и периоды проведения текущей успеваемости с начала и до окончания учебного года в соответствии со сроками Календарного учебного графика на текущий учебный год, учебным планом по виду спорта, календарем спортивно-массовых мероприятий ДЮСШ. Текущий контроль успеваемости применяется ко всем обучающимся ДЮСШ.

3.3. Форму текущего контроля успеваемости выбирает тренер-преподаватель с учетом контингента обучающихся и содержания теоретического материала и тренировочных заданий.

3.4. Формы текущей успеваемости:

- Осеннее и весеннее тестирование обучающихся по учебным нормативам (см. Приложение). Учебные нормативы отражают два качественных уровня (показатели общей физической, специальной физической подготовленности).
- Выполнение учебного плана, время затраченное на отдельные виды подготовок.
- Участие в соревнованиях (внутришкольных, муниципальных, региональных, зональных и финальных).
- Личностные достижения обучающихся на текущих занятиях, контрольных стартах, и других формах обучения.
Выполнение классификационных норм для присвоения спортивных разрядов в виде спорта.
- Входить в сборные команды: ДЮСШ, района, области по культивируемым видам спорта.
- Инструктаж для обучающихся: по технике безопасности при проведении учебных занятий, противопожарный, по профилактике терроризма.
- Инструкторская и судейская практика. На основании результатов выполнения форм текущей успеваемости в течение учебного года определяется качественный уровень подготовленности обучающихся. Результат выполнения учебных нормативов оформляется протоколом и заносится в журнал учета групповых занятий.
- Личностные достижения заносятся в журнал учета групповых занятий. Количественные и качественные показатели выполнения учебных требований обеспечивают допуск обучающихся к промежуточной аттестации.

4. Цели, задачи и формы промежуточной аттестации

4.1. Целями и задачами промежуточной аттестации обучающихся является:

- выполнение учебного плана;
- оценка соответствия уровня и качества подготовленности обучающихся требованиям к результатам освоения дополнительной образовательной программы по видам спорта на конец учебного года;

- определение полноты освоения разделов и тем дополнительной образовательной программы за учебный год;
- мониторинг качества образования.

Промежуточная аттестация проводится без прекращения процесса обучения для всех обучающихся ДЮСШ в соответствии с Уставом ДЮСШ, данным Положением и локальными актами.

4.2. Сроки и периоды проведения промежуточной аттестации определены календарным учебным графиком.

4.3. Формы промежуточной аттестации:

- Мониторинг осеннего и весеннего тестирования обучающихся по учебным нормативам.
- Участие в соревнованиях по Плану спортивно-массовых мероприятий ДЮСШ, района, области и других ведомств.
- Динамика личностных достижений обучающихся на соревнованиях различного уровня.
- Выполнение классификационных норм для присвоения спортивных разрядов в виде спорта.
- Входить в сборные команды: района и области по видам спорта.

4.4. Промежуточная аттестация осуществляется два раза в год, в сроки, установленными календарным учебным графиком. Для проведения промежуточной аттестации в ДЮСШ создается комиссия, состав которой утверждается приказом директора. В состав комиссии могут входить: директор, заместитель директора по учебно-воспитательной работе, заместитель директора по спортивно-массовой работе, инструктор-методист, тренер-преподаватель.

4.5. Оценка показателей проводится с учетом вида спорта и этапа (периода) обучения:

- Лёгкая атлетика
- Лыжные гонки
- Рукопашный бой
- Самбо
- Тхэквондо
- Бокс
- Футбол и мини-футбол
- Волейбол
- Баскетбол
- Тяжелая атлетика
- Пауэрлифтинг
- Настольный теннис
- Художественная гимнастика
- Хоккей

4.6. Итоги промежуточной аттестации обучающихся отражаются в ведомостях сдачи контрольно-переводных нормативов, протоколах и журналах.

4.7. При проведении аттестации могут присутствовать родители (лица их заменяющие), представители образовательного учреждения, на базе которого проводятся тренировочные занятия.

4.8. Обучающиеся переводятся на следующий этап обучения при условии и выполнения контрольно-переводных нормативов от 60 до 100 % по ОФП и СФП. Перевод обучающихся на последующий этап (период) обучения осуществляется на основании решения Педагогического совета.

4.9. Для проведения промежуточной аттестации во второй раз образовательной организацией создается комиссия. Лица, не выполнившие требования контрольно – переводных нормативов, решением Педагогического совета остаются на повторный год обучения или переводятся в спортивно-оздоровительные группы.

4.10. При решении вопроса о досрочном зачислении обучающихся на другие этапы (периоды) подготовки, обучающиеся должны выполнить требования к результатам освоения программ соответствующего этапа (периода).

4.11. Промежуточная аттестация на этапе начальной подготовки:

На этапе начальной подготовки при условии положительных результатов сдачи контрольно-переводных нормативов по общефизической подготовке. Обучающийся считается аттестованным на этапе начальной подготовки и может быть переведен на тренировочный этап, при условии: выполнения учебной программы в полном объеме; выполнения контрольных нормативов данного этапа обучения.

4.12. Промежуточная аттестация на тренировочном этапе:

На учебно-тренировочном этапе при условии положительных результатов сдачи контрольно-переводных нормативов по общефизической, специальной и технической подготовке, итогам выступлений в соревнованиях. Обучающийся учебно-тренировочного этапа считается аттестованным, при условии: выполнения учебной программы данного этапа обучения в полном объеме; выполнения контрольных нормативов по общефизической подготовке и специально физической подготовке данного этапа;

На основании успешного освоения содержания дополнительных образовательных программ, мониторинга количественных показателей выполнения переводных требований к обучающимся по годам и этапам обучения и в соответствии с учебными нормативами, реализуемых дополнительных образовательных программ по общей и специальной физической подготовкам, участию в соревнованиях различного уровня, выполнение спортивных разрядных требований, определяется качественный уровень подготовленности обучающихся. Обучающиеся переводятся на следующий год и этап обучения решением педагогического совета ДЮСШ. На основании решения Педагогического совета издается приказ о промежуточной аттестации обучающихся.

5. Цели, задачи и формы итоговой аттестации

5.1. Освоение образовательной программы ДЮСШ по видам спорта завершается обязательной итоговой аттестацией в форме приема итоговых контрольных нормативов.

5.2. При приеме итоговых контрольных нормативов обучающихся учитываются результаты освоения образовательной программы ДЮСШ по видам спорта по всем разделам подготовки.

5.3. Итоговая аттестация проводится в тренировочных группах 5 года обучения. Для проведения итоговой аттестации обучающихся и приема контрольных нормативов создается комиссия, состав которой утверждается приказом директора.

5.4. Срок приема итоговых контрольных нормативов – апрель, май.

5.5. Результаты итоговой аттестации оформляются протоколом.

5.6. Выпускникам ДЮСШ, прошедшим полный курс обучения и выполнившим разрядные нормативы в соответствии с требованиями Единой спортивной классификации по видам спорта, выдается классификационная книжка спортсмена.

6. Документация и отчетность

6.1. Документами текущего контроля, промежуточной и итоговой аттестацией обучающихся являются:

- Документация текущего контроля тренеров – преподавателей;
- Протоколы спортивных соревнований;
- Протоколы сдачи контрольно - переводных нормативов, контрольных нормативов;
- Решения Педагогических советов по зачислению и переводу обучающихся. Приказы:
- По присвоению разрядов;
- По зачислению и переводу обучающихся на последующие этапы обучения;
- о создании комиссии по приему контрольно-переводных нормативов и итоговой аттестации.

7. Права и обязанности участников образовательной деятельности при проведении промежуточной и итоговой аттестации.

7.1. Директором издается приказ о проведении промежуточной или итоговой аттестации.

7.2. Перевод обучающихся в группу следующего года обучения проводится решением Педагогического совета на основании выполнения контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке, участия в соревнованиях. Основанием для перевода является положительная динамика выполнения более половины контрольно – переводных нормативов.

7.3. Обучающимся не выполнившим предъявляемые требования, рекомендуется предоставить возможность пройти обучение повторно на этом же этапе обучения или в спортивно-оздоровительной группе .

7.4. Результаты промежуточной и итоговой аттестации заносятся тренером-преподавателем в протоколы соревнований и в Журнал учета групповых занятий ДЮСШ.

7.5. Контрольные нормативы являются неотъемлемой частью общеобразовательной программы по видам спорта ДЮСШ.

Принято на заседании педагогического совета МБОУ ДО ДЮСШ от «28» августа 2015 года протокол № 3



«Утверждаю»
 Директор МБОУ ДО ДЮСШ
 С.Л. Кузьмин
 «31» августа 2015 г.

ПЕРЕВОДНЫЕ НОРМАТИВЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОТДЕЛЕНИЯ «БАСКЕТБОЛ»

Вид физической подготовки	Нормативы	Начальная подготовка						Тренировочные группы									
		НП – 1		НП – 2		НП -3		ТГ -1		ТГ – 2		ТГ – 3		ТГ – 4		ТГ – 5	
		М	Д	М	Д	М	Д	М	Д	М	Д	М	Д	М	Д	М	Д
Общая физическая подготовка	Бег 20 м	4.2	4.5	4.0	4.3	3.9	4.0	3.8	3.9	3.7	3.8	3.6	3.7	3.6	3.7	3.5	3.6
	Бег 40 м	8.5	8.9	8.2	8.5	8.0	8.2	7.9	8.0	7.7	7.8	7.5	7.6	7.3	7.4	7.2	7.3
	Прыжок в длину с места (см)	160	155	174	160	190	180	195	195	205	205	210	205	215	207	220	210
	Прыжок по Абалакову вверх толчком с места двух ног(см)	30	28	32	32	35	35	38	37	41	40	43	41	44	42	45	43
	Бег 300м (мин.сек)	1.16	1.20	1.07	1.15	0.55	1.00										
	600 м (мин.сек)							1.55	2.00	1.45	1.55	1.35	1.40	1.32	1.37	1.30	1.35
Специальная физическая подготовка	Передвижения в защитной стойке (сек.)	10,20	10,4	10,00	10,2	9,8	10,00	9,0	9,5	8,7	9,0	8,5	8,8	8,3	8,7	8,1	8,5
	Скоростное ведение 3 обводки, 2 броска (сек, попадание)	15,2	15,3	14,9	15,1	14,7	15,00	14,2	14,8	14,0	14,6	13,8	14,5	13,5	14,3	13,3	14,1
	Передача мяча (сек, попадания)	14,2	14,5	14,0	14,4	14,0	14,3	13,8	14,1	13,6	13,9	13,5	13,8	13,2	13,6	13,1	13,5
	Дистанционные броски (% из 10 бросков)	28	28	30	30	35	35	40	40	45	45	48	48	50	50	53	53
	Штрафные броски (% из 10 бросков)	28	28	30	30	35	35	48	48	50	50	60	60	70	70	79	79

Принято на заседании
педагогического совета МБОУ ДО ДЮСШ
от «28» августа 2015 года протокол № 3



«Утверждаю»
Директор МБОУ ДО ДЮСШ
С.Л. Кузьмин
« 31 » августа 2015 г.

ПЕРЕВОДНЫЕ НОРМАТИВЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОТДЕЛЕНИЯ «ВОЛЕЙБОЛ»

Вид физической подготовки	Нормативы	Начальная подготовка						Тренировочные группы									
		НП – 1		НП – 2		НП -3		ТГ -1		ТГ – 2		ТГ – 3		ТГ – 4		ТГ – 5	
		М	Д	М	Д	М	Д	М	Д	М	Д	М	Д	М	Д	М	Д
Общая физическая подготовка	Бег 30 м	6,4	6,6	6,4	5,7	6,2	5,5	4,7	5,1	4,6	4,8	4,3	4,4	4,3	4,3	4,1	4,2
	Чбег (3x10м) сек.	10,0		9,8		9,5		9,0		8,5		8,0		7,8		7,6	
	Прыжок в длину с места (см)	185		200		208		216		230		240		248		255	
	Прыжок по Абалакову вверх толчком с места двух ног(см)																
	Бег 1000 м (мин.сек)	4,30	5,50	4,20	4,40	4,10	4,30	4,00	4,20	3,50	4,10	3,40	4,00	3,30	3,50	3,20	3,40
Специальная физическая подготовка	Бег 60м (сек)	12,0	12,2	11,5	11,9	11,0	11,5	10,5	11,1	10,0	10,7	9,7	10,2	9,4	9,9	9,0	9,9
	Бег 92м с изменением направления елочка (сек)	31,0	31,0	29,0	30,2	27,0	29,5	26,0	28,7	25,5	28,0	24,9	27,4	24,2	26,8	24,0	26,2
	Метание набивного мяча 1кг (метров)																
	-сидя	5,8	4,0	6,6	5,0	7,0	5,4	7,7	5,7	8,2	6,5	9,0	7,2	9,5	7,5	11,0	7,9
	-стоя	11,0	8,0	11,5	9,0	12,5	10,0	13,0	10,8	13,8	13,5	15,0	14,5	17,0	15,2	17,5	15,5
	Становая сила, кг	70	55	86	61	95	75	106	84	117	94	121	98	135	102	140	112
Сгибание рук в упоре лежа (раз)	18	8	19	9	20	10	21	11	22	12	23	15	24	17	25	20	

Принято на заседании
педагогического совета МБОУ ДО ДЮСШ
от «28» августа 2015 года протокол № 3


 «Утверждаю»
 Директор МБОУ ДО ДЮСШ
 С.Л. Кузьмин
 «31» августа 2015 г.

ПЕРЕВОДНЫЕ НОРМАТИВЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОТДЕЛЕНИЯ «ФУТБОЛ», «МИНИ-ФУТБОЛ»

Вид физической подготовки	Нормативы	Начальная подготовка						Тренировочные группы									
		НП - 1		НП - 2		НП - 3		ТГ - 1		ТГ - 2		ТГ - 3		ТГ - 4		ТГ - 5	
		М	Д	М	Д	М	Д	М	Д	М	Д	М	Д	М	Д	М	Д
Общая физическая подготовка	Бег 30 м	5,3	6,0	5,1	5,7	4,9	5,5	4,7	5,1	4,6	4,8	4,3	4,4	4,3	4,3	4,1	4,2
	Подтягивание на перекладине из виса –юн.(кол-во раз), подъем туловища из положения лежа (дев) за 30сек.	4	11	6	13	8	15	9	17	11	19	13	21	15	23	18	25
	Прыжок в длину с места (см)	150	150	165	160	180	170	195	180	210	190	225	200	240	210	255	220
	Прыжок по Абалакову вверх толчком с места двух ног(см)	28	14	31	17	33	20	35	23	37	26	40	29	43	32	45	35
	Бег 1000 м (мин.сек)	4,30	5,50	4,20	4,40	4,10	4,30	4,00	4,20	3,50	4,10	3,40	4,00	3,30	3,50	3,20	3,40
Специальная физическая подготовка	Тройной прыжок с места(метров)	4,6		5,6		6,0											
	Пятикратный прыжок с места (метров)		8,5		9,0		9,5	12,0	10,0	12,50	10,5	13,00	11,0	13,50	11,5	14,00	12,5
	Бег 30м с обводкой мяча	6,4	5,6	6,2	5,5	6,0	5,4	5,8	5,3	5,4	5,2	5,2	5,1	4,8	4,8	4,6	4,6
	Обводка 4 стоек удар по воротам (секунд)	15,0	8,8	14,0	8,6	12,0	8,3	10,0	8,2	9,5	8,1	9,0	8,0	8,7	7,8	8,3	7,6
	Броски мяча из-за головы (метров)	12	16	14	18	18	20	20	22	24	25	26	28	30	32	34	32

Принято на заседании
педагогического совета МБОУ ДО ДЮСШ
от «28» августа 2015 года протокол № 3



«Утверждаю»
Директор МБОУ ДО ДЮСШ
С.Л. Кузьмин
« 31 » августа, 2015 г.

ПЕРЕВОДНЫЕ НОРМАТИВЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОТДЕЛЕНИЯ «ЛЫЖНЫЕ ГОНКИ»

Вид физической подготовки	Нормативы	Начальная подготовка						Тренировочные группы									
		НП - 1		НП-2		НП - 3		ТГ -1		ТГ - 2		ТГ - 3		ТГ - 4		ТГ - 5	
		М	Д	М	Д	М	Д	М	Д	М	Д	М	Д	М	Д	М	Д
Общая физическая подготовка	Прыжок в длину с места (см)	160	140	170	150	185	160	195	170	205	180	215	190	230	200	250	220
	Подтягивание (раз)	4		6		8		9		11		13		15		18	
	Сгибание рук в упоре лёжа (раз) юн	13	10	15	13	17	15	19	17	22	19	30	22	40	30	50	35
	Поднимание туловища (за 1 мин) дев		11		12		15		17		19		21		23		25
	Бег 60 м (д), 100 м (ю) сек.	12,1	14,0	11,4	12,0	10,2	10,4	9,5	9,7	15,0	17,2	14,4	16,6	13,8	16,4	13,4	16,0
	Кросс 2км (д), 3 км (ю) мин.сек	14,40	12,30	14,00	11,50	13,40	10,50	13,00	10,10	12,00	9,50	11,20	9,05	10,45	8,45	10,20	8,20
Специальная физическая подготовка	Бег 800м(дев) 1000м (юн)	3,50	4,00	3,45	3,55	3,30	3,40	3,15	3,35	3,10	3,20	3,00	3,05	2,54	2,50	2,50	2,40
	Бег на лыжах 3 км (мин,сек)		20,30		19,30		17,30		15,20		13,50		12,10		11,10		10,50
	5 км (мин, сек)	27,00	30,00	25,00	28,00	23,00	26,00	21,00	24,00	19,00	22,00	17,30	20,30	16,40	19,00	16,00	18,00
	10км классические ходы	53,00		49,00		47,00		44,00		40,30		37,20		35,00		33,10	
	Бег на лыжах 3 км (мин,сек)		19,30		18,00		16,30		14,30		13,00		11,20		10,30		10,00
5 км (мин, сек)	26,00	29,00	24,00	27,00	22,00	25,00	20,00	23,30	18,00	21,00	17,00	19,20	16,10	18,10	15,10	17,30	
10км коньковый ход	51,00		48,00		45,00		42,00		39,00		35,00		33,00		31,30		

Принято на заседании
педагогического совета МБОУ ДО ДЮСШ
от «28» августа 2015 года протокол № 3

«Утверждаю»
Директор МБОУ ДО ДЮСШ
С.Л. Кузьмин
«31» августа, 2015 г.

ПЕРЕВОДНЫЕ НОРМАТИВЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОТДЕЛЕНИЯ «ЛЁГКАЯ АТЛЕТИКА»

Вид физической подготовки	Нормативы	Начальная подготовка						Тренировочные группы									
		НП- 1		НП-2		НП - 3		ТГ -1		ТГ - 2		ТГ - 3		ТГ - 4		ТГ - 5	
		М	Д	М	Д	М	Д	М	Д	М	Д	М	Д	М	Д	М	Д
Общая физическая подготовка	Прыжок в длину с места (см)	160	140	170	150	185	160	195	170	205	180	215	190	230	200	250	220
	Подтягивание (раз)	4	14	6	17	8	20	9	22	11	24	13	26	15	28	18	30
	Сгибание рук в упоре лёжа (раз) юн	13	10	15	13	17	15	19	17	22	19	30	22	40	30	50	35
	Поднимание туловища (за 30сек)		11		13		15		17		19		21		23		25
	Бег 60 м (сек)	12,1	13,4	11,4	12,0	10,2	10,4	9,5	9,7								
	100 м (сек).									15,0	17,2	14,4	16,6	13,8	16,4	13,4	16,0
	1500м 3000м (мин.сек)	14,40	5,55	14,00	5,45	13,40	5,30	13,00	5,10	12,40	4,50	12,00	12,10	11,20	11,25	10,40	10,50
Специальная физическая подготовка	Тройной прыжок с места (см)	460	515	560	530	600	545	630	600	670	615	700	630	730	650	750	670
	Десятерной прыжок с места, (метр)	17,0	16,00	18,0	17,00	20,0	18,00	21,50	19,00	23,0	19,80	24,5	20,80	26,0	21,80	27,2	22,80
	Бег 1000метров, (мин)	3,45	4,15	3,35	4,05	3,25	3,50	3,15	3,40	3,05	3,30	2,55	3,20	2,45	3,10	2,40	3,05
	Бег 400 метров (мин, сек)	1,20	1,25	1,15	1,20	1,10	1,15	1,05	1,10	0,58	1,05	0,55	1,03	0,53	1,02	0,52	1,00
	Бег 60 м с хода, (сек)	11,20	11,90	10,8	10,9	10,0	10,0	9,0	9,4	8,5	8,9	8,1	8,6	7,9	8,3	7,4	8,2

Принято на заседании
педагогического совета МБОУ ДО ДЮСШ
от «28» августа 2015 года протокол № 3



«Утверждаю»
Директор МБОУ ДО ДЮСШ
С.Л. Кузьмин
«31» августа 2015 г.

ПЕРЕВОДНЫЕ НОРМАТИВЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОТДЕЛЕНИЯ «ТХЭКВОНДО»

Вид физической подготовки	Нормативы	Начальная подготовка						Тренировочные группы									
		НП - 1		НП - 2		НП - 3		ТГ - 1		ТГ - 2		ТГ - 3		ТГ - 4		ТГ - 5	
		М	Д	М	Д	М	Д	М	Д	М	Д	М	Д	М	Д	М	Д
Общая физическая подготовка	Бег 30 м (сек)	5,3	5,30	5,1	5,1	4,9	4,9	4,7	4,7	4,6	4,6	4,5	4,5	4,3	4,3	4,1	4,1
	Бег 1000 м (мин, сек)	4,30	4,50	4,20	4,40	4,10	4,30	4,00	4,20	3,50	4,10	3,40	4,00	3,30	3,50	3,20	3,40
	Прыжок в длину с места (см)	175	150	185	160	195	170	205	180	215	190	220	200	225	210	230	220
	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа (раз)	28		31		33		35		37		40		50		60	
	Поднимание туловища из исходного положения лёжа на спине, колени согнуты (раз)		11		13		15		17		19		21		23		25
	Подтягивание на перекладине из виса (кол-во раз)	4	14	6	17	8	20	9	23	11	26	13	29	15	32	18	35
Специальная физическая подготовка	Ч\бег 3x8м(секунд)	9,2	10,0	8,0	9,0	7,0	8,0	6,5	7,0	6,4	6,8	6,4	6,8	6,2	6,7	6,1	6,7
	Ч\бег 30x8м (мин)	1,40	1,55	1,35	1,50	1,30	1,40	1,25	1,35	1,22	1,30	1,18	1,28	1,14	1,25	1,12	1,24
	Удары по лапе (долле чаги) За 10 сек (высота 120см 150см)	12	8	14	10	16	12	12	10	14	12	16	14	18	16	20	18
	Шпагат поперечный продольный (сек)	15	15	18	18	25	25	30	30	40	40	46	46	52	52	60	60
	Пхумсе: в соответствии с уровнем обучения																

Принято на заседании педагогического совета МБОУ ДО ДЮСШ от «28» августа 2015 года протокол № 3

«Утверждаю»
 Директор МБОУ ДО ДЮСШ

 С.Л. Кузьмин
 «31» августа 2015 г.

ПЕРЕВОДНЫЕ НОРМАТИВЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОТДЕЛЕНИЯ «САМБО»

Вид физической подготовки	Нормативы	Начальная подготовка						Тренировочные группы									
		НП - 1		НП - 2		НП - 3		ТГ - 1		ТГ - 2		ТГ - 3		ТГ - 4		ТГ - 5	
		м	д	м	д	м	д	м	д	м	д	м	д	м	д	м	д
Общая физическая подготовка	Метание набивного мяча из-за головы с места (м) УТГ сидя на полу спиной по направлению броска, м	11,8	10,0	13,2	10,7	14,5	11,5	-	8	-	10	-	12	-	14	-	16
	Челночный бег 3*10 м (мин. сек.)	9,4	10,0	8,9	9,4	8,4	8,8	-	-	-	-	-	-				
	Челночный бег 10*10 м (мин. сек.)	-	-	-	-	-	-	27,2	30,5	26,8	29,8	26,2	28,9	26,0	28,7	25,0	28,4
	Подтягивание на высокой перекладине из виса (раз)	4	-	5	-	7	-	14	-	15	-	17	-	18		18	
	Подтягивание на низкой перекладине из виса лёжа (кол – во раз)	-	10	-	14	-	17	-	22	-	24	-	27	-	29	-	30
	Прыжок в длину с места (см)	145	135	175	165	200	190	175	145	190	160	205	175	215	185	225	195
	Отжимание в упоре лёжа (раз)	8	5	13	7	17	9	40	15	45	18	50	22	50	25	60	30
	Поднимание туловища из положения лёжа на спине с фиксированными стопами за 20 сек.	-	7	-	9	-	13	12	8	14	10	16	12	18	14	20	16
Специальная физическая подготовка	Приседание с партнёром равного веса (кол-во раз)	-	-	-	-	-	-	8	-	10	-	12	-	14	-	16	-
	«Забегание на борцовском мосту» (5 влево, 5-вправо) сек.							19	25	18	23	17	21	19	23	21	25
	10 кувырков вперёд (сек)							17,4	19,4	17,0	19,0	16,6	18,6	16,4	18,0	16,0	17,0
	10 бросков партнёра через бедро (переднее подножкой, подхватом, через спину)							21,0	26,0	19,0	24,0	17,0	21,0	16,0	20,0	16,0	20,0

Принято на заседании
педагогического совета МБОУ ДО ДЮСШ
от «28» августа 2015 года протокол № 3



«Утверждаю»
Директор МБОУ ДО ДЮСШ
С.Л. Кузьмин
«31» августа 2015 г.

ПЕРЕВОДНЫЕ НОРМАТИВЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОТДЕЛЕНИЯ «ФУТБОЛ», «МИНИ-ФУТБОЛ»

Вид физической подготовки	Нормативы	Начальная подготовка			Тренировочные группы				
		НП - 1	НП - 2	НП - 3	ТГ - 1	ТГ - 2	ТГ - 3	ТГ - 4	ТГ - 5
Общая физическая подготовка	Бег 30 м(сек)	6,7	6,5	6,3	-	-	-	-	-
	Бег 60 м (сек)	-	-	-	10,0	9,8	9,6	9,2	9,0
	Челночный бег 3*10м (сек)	10,0	10,0	9,5	9,0	8,5	8,0	7,8	7,6
	Прыжок в длину с места (см)	160	170	180	190	210	215	220	225
	Поднимание туловища (за 1 мин)	30	35	40	42	44	46	48	50
	Сгибание рук в упоре лёжа (раз)	18	19	20	21	22	23	24	25
	Подтягивание (раз)	-	-	-	6	7	8	9	10
	Бег 1000 м (мин,сек)	4,50	4,45	4,40	-	-	-	-	-
	Бег 2000 м (мин,сек)	-	-	-	9,00	8,50	8,40	8,20	8,00
Специальная физическая подготовка	Бег с мячом 30 м (сек)	7,0	6,8	6,6	6,4	6,2	6,0	5,8	5,6
	Удар по мячу на дальность (сумма ударов правой и левой ногой)	30	34	38	42	46	50	54	58
	Вбрасывание с аута (м)	6	7	8	-	-	-	-	-
	Ведение мяча, обводка 4 стоек, удар по воротам (расстояние между стойками 4-2-2-10 м)	14,0	12,0	10,0	9,5	9,0	8,7	8,5	8,3
	Бег 5*30 м с ведением мяча (сек)	-	-	-	42,0	40,0	38,0	36,0	34,0
	Удар по мячу ногой на точность с 11 м (НП) 17 м (УТГ) по центру (правой и левой ногой по 5 ударов)	6	6	7	7	8	8	9	9
	Жонглирование мячом (кол.раз)	-	-	-	14	18	20	22	25

Принято на заседании педагогического совета МБОУ ДО ДЮСШ от «28» августа 2015 года протокол № 3



«Утверждаю»
 Директор МБОУ ДО ДЮСШ
 С.Л. Кузьмин
 «31» августа 2015 г.

ПЕРЕВОДНЫЕ НОРМАТИВЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОТДЕЛЕНИЯ «БОКС»

Вид физической подготовки	Нормативы	Начальная подготовка						Тренировочные группы									
		НП - 1		НП - 2		НП - 3		ТГ - 1		ТГ - 2		ТГ - 3		ТГ - 4		ТГ - 5	
		м	д	м	д	м	д	м	д	м	д	м	д	м	д	м	д
Общая физическая подготовка	Бег 30 м (сек)	5.3	5.3	5.1	5.1	4.9	4.9	4.7	4.7	4.6	4.6	4.5	4.5	4.3	4.3	4.1	4.1
	Бег 1000 м (мин.сек)	4.30	4.50	4.20	4.40	4.10	4.30	4.00	4.20	3.50	4.10	3.40	4.00	3.30	3.50	3.20	3.40
	Прыжок в длину с места, см	175	150	185	160	195	170	205	180	215	190	220	200	225	210	230	220
	Подтягивание (раз)	4		6		8		9		11		13		15		18	
	Сгибание разгибание рук в упоре лежа количество (раз)	28		31		33		35		37		40		50		60	
	Подъем туловища из положения лежа за 30 сек (раз)		11		13		15		17		19		21		23		25
	Подтягивание на перекладине в висе лежа (раз)		14		17		20		23		26		29		32		35
Специальная физическая подготовка	Количество ударов по мешку за 8 сек	22	12	24	20	26	224	28	26	30	27	30	29	32	31	34	32
	Количество ударов по мешку за 3 мин	160	136	180	150	200	170	240	200	280	240	303	280	313	280	319	300
	Поднос ног к перекладине (кол-во раз)	6	6	8	6	9	8	10	10	11	10	12	10	13	11	14	12
	Толчок ядра 4кг(м) сильнейшей р. слабейшей р.	5.8 4.7	4.0 3.7	7.1 5.6	5.5 5.0	8.2 6.7	7.0 6.3	8.4 6.9	8.0 6.6	8.6 7.2	8.6 6.9	9.0 7.6	9.0 7.2	9.3 8.0	9.3 7.6	10.3 9.0	10.3 8.0
	Жим штанги лежа (кг) %М- собственный вес	9	5	11	5	14	6	16	8	16	10	18	12	18	12	20	12

Принято на заседании
педагогического совета МБОУ ДО ДЮСШ
от «28» августа 2015 года протокол № 3



«Утверждаю»
Директор МБОУ ДО ДЮСШ
С.Л. Кузьмин
«31» августа 2015 г.

ПЕРЕВОДНЫЕ НОРМАТИВЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОТДЕЛЕНИЯ «РУКОПАШНЫЙ БОЙ»

Вид физической подготовки	Нормативы	Начальная подготовка			Тренировочные группы				
		НП - 1	НП - 2	НП - 3	ТГ - 1	ТГ - 2	ТГ - 3	ТГ - 4	ТГ - 5
		м	м	м	м	м	м	м	м
Общая физическая подготовка	Бег 30 м (сек)	5,5	5,5	4,9					
	Бег 60 м (сек)				10,0	9,0	8,8	8,7	8,6
	Бег 1000 м (мин.сек)	3,7	3,5	3,3	3,1	3,1	3,0	3,0	2,9
	Прыжок в длину с места, см	170	170	185	187	190	195	198	220
	Подтягивание (раз)	7	7	10	10	10	11	11	12
	Сгибание разгибание рук в упоре лежа количество (раз)	18	18	20	23	25	28	30	32
	Подъем туловища из положения лежа (раз)	16	16	18	20	25	35	38	40
Челночный бег 4 x20 м, с	25,5	25,5	21,5	19,3	17,3	17,2	16,9	16,7	
Специальная физическая подготовка	Суммарное время 6-и прямых ударов руками, сек				5,5	5,3	5,0	4,8	4,6
	Суммарное время 6-и боковых ударов ногами, сек				8,5	8,2	7,5	7,3	7,5
	Суммарное время 6-и входов, сек				7,3	7,1	6,9	6,7	6,5
	Суммарное количество бросков, раз				14	16	18	20	22

Принято на заседании
педагогического совета МБОУ ДО ДЮСШ
от «28» августа 2015 года протокол № 3



«Утверждаю»
Директор МБОУ ДО ДЮСШ
С.Л. Кузьмин
« 31 » августа 2015 г.

ПЕРЕВОДНЫЕ НОРМАТИВЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОТДЕЛЕНИЯ «ТЯЖЕЛАЯ АТЛЕТИКА», «ПАУЭРЛИФТИНГ».

Вид физической подготовки	Нормативы	Начальная подготовка						Тренировочные группы										
		НП - 1		НП - 2		НП - 3		ТГ - 1		ТГ - 2		ТГ - 3		ТГ - 4		ТГ - 5		
		м	д	м	д	м	д	м	д	м	д	м	д	м	д	м	д	
Общая физическая подготовка	Бег 30 м (сек)	5,0	5.5	4,9	5.3	4,8	5,2											
	Бег 60 м (мин. сек)							8,0	9,0	7,9	8,8	7,7	8,6	7,6	8,4	7,5	8,6	
	Прыжок в длину с места, см	135	125	140	135	145	140	150	145	160	150	170	160	180	170	190	180	
	Подтягивание (раз)	4						6		9		11		13		15		
	Сгибание разгибание рук в упоре лежа количество (раз) за 10 сек	8	6	8	6	9	7	10	8	14	10	18	12	22	13	25	15	
Специальная физическая подготовка	Подъем ног к перекладине на 100гр (раз)	8	4	8	5	9	6	10	8	11	8	12	9	13	10	14	12	
	Вис на согнутых руках на перекладине	8	6	9	7	11	8	12	9	13	10	15	12	17	14	19	16	
	Прыжки на гимнастическую скамейку за 30сек (раз)	15	13	16	14	17	15	19	17	21	19	22	21	24	22	26	24	
	Подъем туловища из положения лежа за 30 сек (раз)	10	8	12	9	15	10	17	12	19	15	21	17	23	19	25	21	
	Челночный бег 3x10м, сек	7,6	7,8	7,6	7,8	7,6	7,8	7,5	7,7	7,4	7,6	7,3	7,5	7,2	7,4	7,1	7,3	

Принято на заседании
педагогического совета МБОУ ДО ДЮСШ
от «28» августа 2015 года протокол № 3

«Утверждаю»
Директор МБОУ ДО ДЮСШ
С.Л. Кузьмин
«31» августа 2015 г.

ПЕРЕВОДНЫЕ НОРМАТИВЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОТДЕЛЕНИЯ «ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА».

Вид физической подготовки	Нормативы	Начальная подготовка			Тренировочные группы				
		НП - 1	НП - 2	НП - 3	ТГ - 1	ТГ - 2	ТГ - 3	ТГ - 4	ТГ - 5
		д	д	д	д	д	д	д	д
Общая физическая подготовка	Бег 30 м (сек)	6,9	6,7	6,6	6,5	6,2	6,0	5,7	5,2
	Прыжок в длину с места, см	80	100	120	140	150	160	170	180
	Сгибание разгибание рук в упоре лежа количество (раз) за 10 сек	6	8	10	10	12	14	16	18
	Подтягивание из и. п. вис лежа (раз)	6	8	10	10	12	14	16	18
Специальная физическая подготовка	«Мост» из положения стоя, расстояние см, между руками и стопами	40	30	20	20	15	10	5	5
	Шпагат на правую и левую ногу, поперечный шпагат: из положения на полу в см. до пола	20	15	15	10	10	5	5	0
	Равновесие «пассе» руки в сторону удержание сек, с обеих ног (на всей стопе)	2	2	4	6				
	На полупальцах					2	4	6	8
	Прыжки на скакалке (кол-во раз за 10 сек)	4							
	Прыжки с перекрестом		6	8					
	Прыжки с двойным вращением				10	12	14	16	18

Принято на заседании
педагогического совета МБОУ ДО ДЮСШ
от «28» августа 2015 года протокол № 3



«Утверждаю»
Директор МБОУ ДО ДЮСШ
С.Л. Кузьмин
«31» августа 2015 г.

ПЕРЕВОДНЫЕ НОРМАТИВЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОТДЕЛЕНИЯ «НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС».

Вид физической подготовки	Нормативы	Начальная подготовка						Тренировочные группы									
		НП - 1		НП - 2		НП - 3		ТГ - 1		ТГ - 2		ТГ - 3		ТГ - 4		ТГ - 5	
		м	д	м	д	м	д	м	д	м	д	м	д	м	д	м	д
Общая физическая подготовка	Бег 30 м (сек)	5,6	5,9	5,4	5,7	5,4	5,6	5,4	5,6	5,4	5,6	5,3	5,4	5,3	5,4	5,3	5,3
	Бег 10 м (мин. сек)							3,4	3,8	3,4	3,8	3,4	3,8	3,4	3,8	3,4	3,8
	Прыжок в длину с места, см	135	125	140	135	145	140	150	145	150	150	155	150	155	155	160	155
	Подтягивание (раз)	4		4		5		5		6		6		7		7	
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа		6		6		7		8		8		9		10		10
Специальная физическая подготовка	Прыжки боком через гимнастическую скамейку за 30сек (раз)	10	10	12	12	15	15	15	15	16	16	16	16	17	17	17	17
	Прыжки через скакалку за 45 сек (раз)	35	30	35	30	35	30	75	65	75	65	75	65	75	65	75	65
	Метание мяча для настольного тенниса (м)	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
	Подъем туловища из положения лежа за 30 сек (раз)	10	8	12	9	15	10	17	12	19	15	21	17	23	19	25	21
	Челночный бег 3x10м, сек	7,6	7,8	7,6	7,8	7,6	7,8	7,5	7,7	7,4	7,6	7,3	7,5	7,2	7,4	7,1	7,3

Принято на заседании
педагогического совета МБОУ ДО ДЮСШ
от «28» августа 2015 года протокол № 3

«Утверждаю»
Директор МБОУ ДО ДЮСШ
С.Л. Кузьмин
« 31 » августа 2015 г.



ПЕРЕВОДНЫЕ НОРМАТИВЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОТДЕЛЕНИЯ «ХОККЕЙ».

Вид физической подготовки	Нормативы	Начальная подготовка			Тренировочные группы				
		НП-1	НП-2	НП-3	ТГ-1	ТГ-2	ТГ-3	ТГ-4	ТГ-5
		м	м	м	м	м	м	м	м
Общая физическая подготовка	Бег 20 м (сек)	5,6	5,4	5,4	5,4	5,4	5,3	5,3	5,3
	Бег 20 м (сек) на коньках	4,3	4,3	4,3					
	Бег 30 м (сек)				5,2	5,2	5,2	5,2	5,2
	Бег 30 м (сек) на коньках				5,6	5,6	5,6	5,6	5,6
	Прыжок в длину с места, см	110	120	130	130	140	160	170	185
Специальная физическая подготовка	Подтягивание (раз)	4	4	4	8	8	8	8	8
	Бег 60м(сек) с высокого старта	11,8	11,6	11,6	11,4	11,2	11,0	10,6	103
	Бег на коньках 20м спиной вперед	6,3	6,3	6,3	10	11	12	13	14
	Слаломный бег на коньках	12,3	12,3	12,3	12	13	15	17	19
	Челночный бег 4х9м (сек)	11,1	11,1	11,1					
Специальная физическая подготовка	Челночный бег 6х9 м (сек)				16,4	16,4	16,4	16,4	16,4
	Бег 1500м	Без учета времени			6,40	6,30	6,10	5,50	5,40
	Бег по малой восьмерке				27	27	27	27	27
	Приседание со штангой 30кг	-	-	-	4	6	8	9	12