ПРИЛОЖЕНИЕ 9

к приказу государственного бюджетного учреждения дополнительного образования Краснодарского края «Спортивная школа олимпийского резерва водного поло и плавания» от 15.07.2024 г. № 02/13-62

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки   
и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды)**

**для зачисления на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) по виду спорта «плавание»**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Упражнения | Единица измерения | Норматив | |
| юноши | Девушки |
| 1. Нормативы общей физической подготовки | | | | |
| 1.1. | Бег на 1000 м | мин, с | не более | |
| 5.50 | 6.20 |
| 1.2. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не более | |
| 13 | 7 |
| 1.3. | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье  (от уровня скамьи) | см | не менее | |
| +4 | +5 |
| 1.4. | Челночный бег 3х10 м | с | не более | |
| 9,3 | 9,5 |
| 1.5. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| 140 | 130 |
| 1. Нормативы специальной физической подготовки | | | | |
| 2.1. | Исходное положение – стоя, держа мяч весом 1 кг за головой. Бросок мяча вперед | м | не менее | |
| 4,0 | 3,5 |
| 2.2. | Исходное положение – стоя, держа гимнастическую палку, ширина хвата 60см. Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад | количество раз | не менее | |
| 3 | |
| 2.3. | Исходное положение – стоя в воде  у борта бассейна. Отталкиванием двух ног скольжение в воде лежа на груди, руки вперед | м | не менее | |
| 7,0 | 8,0 |
| 1. Уровень спортивной квалификации | | | | |
| 3.1. | Период обучения на этапе спортивной подготовки  (до трех лет) | | Cпортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд»,  «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд» | |  |
| 3.2. | Период обучения на этапе спортивной подготовки  (свыше трех лет) | | Cпортивные разряды – «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд» | |

Результаты индивидуальных достижений

|  |  |
| --- | --- |
| Наличие удостоверения о наличии знака отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) за выполнение установленных нормативов испытаний (тестов) по уровню сложности (ступени), соответствующему возрасту поступающих: | золотого - 3 балла  серебряного - 2 балла  бронзового -1 балл |
| наличие документов, подтверждающих участие в текущем календарном году в официальных спортивных соревнованиях по виду спорта «Плавание»: | Региональных -1 балл, всероссийских -2 балла, международных-3 балла |
| наличие документов, подтверждающих включение в текущем календарном году в список кандидатов в спортивную сборную команду по виду спорта «плавание» | Края (области) -1 балл  России-2 балла |

**Примечание:**

Индивидуальный отбор поступающих проводит приемная комиссия.

 Во время проведения индивидуального отбора поступающих присутствие посторонних лиц допускается только с письменного разрешения директора Учреждения.

Для оценки результатов выполнения нормативов используется бальная система оценки показателей, где выполнение каждого контрольного упражнения (теста) оценивается следующим образом: «0 баллов» – тест не выполнен; «1 балл» – тест выполнен. Если контрольное испытание выполняется технически неверно, то результат не учитывается.

Баллы за выполнение каждого упражнения (теста) заносятся в протокол, суммируются для определения итогового результата. В протоколе также указываются баллы за индивидуальные достижения, в случае, если поступающий предоставил о них сведения при подаче заявления о приеме.

Сумма баллов, начисленных поступающему за индивидуальные достижения, не может быть более 9 баллов.

Получившее «0 баллов» за выполнение контрольного теста (одного или нескольких) не могут быть зачислены в Учреждение.

***Минимальный (проходной) балл***, который необходимо набрать поступающему при обязательном выполнении всех норматив, включенных в программу индивидуального отбора составляет -***8 баллов с учетом выполнения требований к уровню спортивной квалификации*** (тренировочный этап до трех лет: спортивный разряд «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд»; учебно-тренировочный этап свыше трех лет: спортивный разряд «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»);

При равном количестве баллов у поступающих сильнейший определяется приемной комиссией по лучшему результату, показанному поступающим при сдаче показателей (упражнений) нормативов, измеряемых в сантиметрах, секундах, количестве раз.

Протокол подписывается всеми членами приемной комиссии и служит основанием для зачисления поступающих в Учреждение

Дети участников специальной военной операции (СВО) имеют право зачисления в первоочередном порядке.

Результаты индивидуального отбора размещаются на информационном стенде и на сайте Учреждения с учетом соблюдения законодательства Российской Федерации в области персональных данных.

.

Заместитель директора С.Ю. Трофимова