

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для зачисления на этап начальный подготовки (свыше года обучения)
по виду спорта «плавание»**

№ п/п	Упражнения	Единица измерени я	нормативы		баллы
			мальчики	девочки	
1. Нормативы общей физической подготовки					
1.1.	Бег на 30 м	с	6,5-6,4	6,8-6,7	1
			6,3-6,0	6,6-6,4	2
			5,9 и менее	6,3 и менее	3
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	10	5	1
			11-12	6-7	2
			13 и более	8 и более	3
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	+4	+5	1
			+5 - +6	+6 - +7	2
			+7 и более	+8 и более	3
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	120-129	110-119	1
			130-139	120-129	2
			140 и более	130 и более	3
2. Нормативы специальной физической подготовки					
2.1.	Плавание (вольный стиль) 50 м	-	без учета времени	без учета времени	1
2.2.	Бег челночный 3x10 м с высокого старта	с	9,8-9,7	10,3-10,2	1
			9,6-9,4	10,1-9,7	2
			9,3 и менее	9,6 и менее	3
2.3.	Исходное положение – стоя держа мяч весом 1 кг за головой. Бросок мяча вперед	м	4	3,5	1
			4,1-4,4	3,6-3,9	2
			4,5 и более	4 и более	3
2.4.	Исходное положение – стоя, держа гимнастическую палку, ширина хвата 50 см. Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад	количество раз	1	3	1
			2-3	3-5	2
			4 и более	6 и более	3

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»:	муниципальных - 1 балл, региональных - 2 балла,
наличие документов, подтверждающих включение в текущем календарном году в список кандидатов в спортивную сборную команду по виду спорта «плавание»:	Района (МО) - 1 балл края (области) - 2 балла

Примечание:

Индивидуальный отбор поступающих в Учреждение проводит приемная комиссия.

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

Для оценки результатов выполнения нормативов общей физической и специальной физической подготовки используется балльная система оценки показателей. 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.

Минимальный (проходной) балл, который необходимо набрать поступающему при обязательном выполнении всех норматив, включенных в программу индивидуального отбора составляет -8 баллов

Сумма баллов, начисленных поступающему за индивидуальные достижения, не может быть более 7 баллов.

Сумма баллов, полученная при сдаче нормативов общей физической и специальной физической подготовки и баллы, начисленные за индивидуальные достижения, включаются в протокол приемной комиссии.

В случае если количество тестируемых успешно сдавших нормативы превышает количество вакантных мест, то предпочтение отдается набравшим ***наибольшее количество баллов***.

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

Имеют приоритет зачисления в первоочередном порядке:

- дети участников специальной военной операции (СВО);
- дети из многодетных или малообеспеченных семей.