

**Государственное бюджетное учреждение
дополнительного образования Краснодарского края
«Спортивная школа по водному поло и плаванию»
(ГБУ ДО КК «СШ по водному поло и плаванию»)**

П Р И К А З

27.06.2025

№ 02/13-28

г. Туапсе

**О внесении изменений в дополнительную образовательную
программу спортивной подготовки по виду спорта «плавание»,
утвержденную приказом ГБУ ДО КК «СШОР водного поло и плавания»
от 24.03.2023 № 02/13-10 «Об утверждении дополнительных
образовательных программ спортивной подготовки по видам спорта
«водное поло» и «плавание»**

В соответствии с частью 1 статьи 34 Федерального закона от 04.12.2007 № 329-03 «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», Уставом государственного бюджетного учреждения дополнительного образования Краснодарского края «Спортивная школа по водному поло и плаванию» и на основании приказа Министерства спорта Российской Федерации от 27.08.2024 № 886 «О внесении изменений в федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «плавание», утвержденный приказом Министерства спорта Российской Федерации от 16.11.2022 № 1004» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 02.10.2024, № 79663), решения Педагогического совета ГБУ ДО КК «СШ по водному поло и плаванию» Протокол № 6 от 25.06.2025, п р и к а з ы в а ю:

1. Внести в приказ ГБУ ДО КК «СШОР водного поло и плавания» от 24.03.2023 № 02/13-10 «Об утверждении дополнительных образовательных программ спортивной подготовки по видам спорта «водное поло» и «плавание» следующие изменения в части «дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «плавание», согласно приложению.

2. Контроль за выполнением настоящего приказа оставляю за собой.

Временно исполняющий
обязанности директора



С.Ю. Трофимова

Приложение
к приказу ГБУ ДО КК «СШ
по водному поло и плаванию»
от 27.06.2025 г. № 02/13-28

**ИМЕНЕНИЯ,
вносимые в дополнительную образовательную программу
спортивной подготовки по виду спорта «плавание»**

1. Пункт 2.1 раздела II. «Характеристика дополнительной образовательной программы спортивной подготовки» таблицу № 1 «Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки» изложить в новой редакции согласно приложению № 1;

2. пункт 2.4 раздела II. «Характеристика дополнительной образовательной программы спортивной подготовки» таблицу № 7 «Соотношение видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки» изложить в новой редакции согласно приложению № 2;

3. Пункт 3.1. раздела III. «Система контроля» таблицы № 11,12,13,14 «контрольные и контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки и уровень спортивной квалификации обучающихся по годам и этапам спортивной подготовки» изложить в новой редакции согласно приложению № 3;

4. пункт 6.1 раздела VI. «Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки» таблицу № 16 «Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки» изложить в новой редакции согласно приложению № 4.

Временно исполняющий
обязанности директора



С.Ю. Трофимова

Приложение № 1
к изменениям, вносимым в
дополнительную образовательную
программу спортивной подготовки
по виду спорта «плавание»,
приказом ГБУ ДО КК «СШ по
водному поло и плаванию»
от 27.06.2025 г. № 02/13-28

**Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные
границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным
этапам, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в
группах на этапах спортивной подготовки**

Таблица № 1

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	Наполняемость (человек)
Этап начальной подготовки	2	7	15
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	4	9	12
Этап совершенствования спортивного мастерства	3	12	4
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	14	2

Временно исполняющий
обязанности директора



С.Ю. Трофимова

Приложение № 2
к изменениям, вносимым в
дополнительную образовательную
программу спортивной подготовки
по виду спорта «плавание»,
приказом ГБУ ДО КК «СШ по
водному поло и плаванию»
от 27.06.2025 г. № 02/13-28

**Соотношение видов спортивной подготовки и иных мероприятий
в структуре учебно-тренировочного процесса
на этапах спортивной подготовки**

Таблица № 7

№ п/ п	Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы спортивной подготовки					
		Этап начальной подготовки		Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап Совершенство- вания спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
		До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
1.	Общая физическая подготовка (%)	55-57	50-53	43-46	32-35	17-22	10-15
2.	Специальная физическая подготовка (%)	18-21	23-25	26-29	30-34	40-45	42-50
3.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-2	2-4	9-12	12-14	14-16
4.	Техническая подготовка (%)	16-19	16-19	16-20	17-22	17-22	17-22
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	3-6	3-6	3-9	3-9	3-10	3-10
6.	Инструкторская и судейская практика (%)	-	-	1-3	1-4	2-4	2-4
7.	Медицинские, медико- биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-3	1-3	2-4	2-4	2-6	4-6

Приложение № 3
к изменениям, вносимым в
дополнительную образовательную
программу спортивной подготовки
по виду спорта «плавание»,
приказом ГБУ ДО КК «СШ по
водному поло и плаванию»
от 27.06.2025 г. № 02/13-28

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для зачисления и перевода на этап начальной подготовки
по виду спорта «плавание»**

Таблица № 11

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки						
1.1.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			6,9	7,1	6,5	6,8
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			7	4	10	5
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		не менее	
			+1	+3	+4	+5
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее	
			110	105	120	110
1.5.	Челночный бег 3x10 м	с	не более		не более	
			10,1	10,6	9,8	10,2
1. Нормативы специальной физической подготовки						
2.1.	Плавание (вольный стиль) 50 м	-	-		без учета времени	
2.2.	Исходное положение — стоя, держа мяч весом 1 кг за головой. Бросок мяча вперед	м	не менее		не менее	
			3,5	3	4	3,5

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и
уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для
зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этап спортивной
специализации) по виду спорта «плавание»**

Таблица №12

№ 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 менее	
			13	7
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+4	+5
1.4.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			9,3	9,5
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			140	130
2. 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 в воде у борта бассейна. Отталкиванием двух ног скольжение в воде лежа на груди, руки вперед	м	не менее	
			7,0	8,0
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)		Спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд»	
3.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)		Спортивные разряды - «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»	

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «плавание»

Таблица №13

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши/ мужчины	девушки/ женщины
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 2000 м	мин, с	не более	
			9.20	10.40
1.2.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			8	-
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			-	15
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+9	+13
1.5.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			8,5	8,9
1.6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			183	167
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Исходное положение - стоя, держа мяч весом 1 кг за головой. Бросок мяча вперед	м	не менее	
			5,3	4,5
2.2.	Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги	см	не менее	
			45	35
2.3.	Исходное положение - стоя в воде у борта бассейна. Отталкиванием двух ног скольжение в воде лежа на груди, руки вперед	м	не менее	
			11	
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»			

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и
уровень спортивной квалификации (спортивные звания)
для зачисления и перевода на этап высшего спортивного мастерства
по виду спорта «плавание»**

Таблица №14

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши/ мужчины	девушки/ женщины
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			4,6	4,9
1.2.	Бег на 2000 м	мин, с	не более	
			8.00	9.55
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			37	20
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+11	+15
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			218	183
1.6.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			13	7
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Исходное положение - стоя, держа мяч весом 1 кг за головой. Бросок мяча вперед	м	не менее	
			7,5	5,3
2.2.	Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги	см	не менее	
			50	40
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Спортивное звание «мастер спорта России»			

Временно исполняющий
обязанности директора



С.Ю. Трофимова

Приложение № 4
к изменениям, вносимым в
дополнительную образовательную
программу спортивной подготовки
по виду спорта «плавание»,
приказом ГБУ ДО КК «СШ по
водному поло и плаванию
от 27.06.2025 г. № 02/13-28

**«Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми
для прохождения спортивной подготовки»**

Таблица №16

№ п/	Наименование оборудования и спортивного инвентаря	Единица измерения	Количество изделий
1.	Весы электронные	штук	1
2.	Гантели массивные (от 0,5 до 5 кг)	комплект	2
3.	Гантели переменной массы (от 3 до 12 кг)	комплект	2
4.	Доска для плавания	штук	30
5.	Доска информационная	штук	2
6.	Колокольчик судейский	штук	10
7.	Ласты тренировочные для плавания	пар	30
8.	Лопатка для плавания (большие, средние, кистевые)	пар	60
9.	Мат гимнастический	штук	15
10.	Мяч ватерпольный	штук	5
11.	Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 5 кг)	комплект	2
12.	Поплавки-вставки для ног (колобашка)	штук	30
13.	Пояс для плавания поддерживающий	штук	15
14.	Пояс пластиковый для плавания с сопротивлением	штук	30
15.	Разделительные дорожки для бассейна (волногасители)	комплект	1
16.	Секундомер настенный четырехстрелочный для бассейна	штук	2
17.	Секундомер электронный	штук	8
18.	Скамейка гимнастическая	штук	6
19.	Стартовый тренажер для заплыва на спине	штук	1
		на плавательную дорожку	1
20.	Эспандер резиновый	штук	20

Временно исполняющий
обязанности директора



С.Ю. Трофимова

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 80760091953345287616995357499410305195481097579

Владелец Трофимова Светлана Юрьевна

Действителен с 10.04.2025 по 10.04.2026