Муниципальное бюджетное учреждение

«Спортивная школа № 1»

# ПРИКАЗ

14.08.2020 № 69

г. Елец

**Об организации индивидуального отбора на зачисление по программам спортивной подготовки на 2020-2021 тренировочный год**

В соответствии с Приказом Минспорта России от 30.10.2015 N 999"Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации", требованиями федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта, Уставом МБУ «СШ №1» , положением о порядке приема, зачисления, перевода и отчисления спортсменов в МБУ «СШ №1»

**ПРИКАЗЫВАЮ :**

1. Утвердить приемную комиссию в составе:

председатель комиссии - Трубицын В.Д. - директор МБУ "СШ № 1";

заместитель председателя комиссии - Исаева Е.Б.;

секретарь комиссии - Пятницкая Н.Н.

члены комиссии –Дрягин А.А., Числов М.А., Меркулов Р.С.

2. Утвердить режим работы приемной комиссии :

Понедельник – пятница 9.00 - 11.00, 13.00 - 16.00

Суббота, воскресенье- выходной.

3. Утвердить апелляционную комиссию в составе:

председатель комиссии - Киселева О.Г.

члены комиссии - Макарова Т.Г.

секретарь комиссии - Соловьева Ю.Г.

4. Утвердить режим работы апелляционной комиссии :

Понедельник – пятница 9.00 - 11.00, 13.00 - 16.00

Суббота, воскресенье- выходной.

5. Установить сроки приема заявлений и документов, поступающих на программы спортивной подготовки с 15 августа по 15 сентября 2019 г.

6. Утвердить сроки проведения индивидуального отбора (Приложение №1).

7. Утвердить регламент проведения отбора ( Приложение №2).

8. Утвердить форму проведения индивидуального отбора (Приложение №3-7).

9. Утвердить сроки зачисления поступающих –07.10.2020 г.

10. Разместить на информационных стендах, официальном сайте учреждения в сети "Интернет" информацию по приему и зачислению поступающих.

11. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой.

Директор МБУ "СШ № 1" В.Д. Трубицын

**Приложение №1**

**Сроки проведения отбора**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Вид спорта** | **Сроки проведения отбора** |
| 1 | Баскетбол | 22-24.09. 2020 |
| 2 | Волейбол | 25-26.09.2019 |
| 3 | Киокусинкай | 28-29.09.2020 |
| 4 | Легкая атлетика | 30.09 - 01.10.2020 |
| 5 | Шахматы | 02-03.10.2020 |

**Приложение №2**

**Регламент тестирования**

**1. Баскетбол**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тестирование | 23-25.09. 2020 г. | Гимназия № 11,  Лицей №5 |
| Оформление итогового протокола | 28.09.2020 г. |  |
| Ознакомление с результатами тестирования индивидуального отбора | 29.09.2020 г. | Официальный интернет сайт  http://www.1-sport.schools-48.ru/  информационные стенды МБУ "СШ № 1" |
| Зачисление в МБУ "СШ № 1" | 07.10.2020 г. | Официальный интернет сайт  http://www.1-sport.schools-48.ru/  информационные стенды МБУ "СШ № 1" |

**2. Волейбол**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тестирование | 25-26.09. 2020 г. | Гимназия № 11,  Лицей №5 |
| Оформление итогового протокола | 28.09.2020 г. |  |
| Ознакомление с результатами тестирования индивидуального отбора | 29.09.2020 г. | Официальный интернет сайт  http://спортивнаяшкола1.рф/  информационные стенды МБУ "СШ № 1" |
| Зачисление в МБУ "СШ № 1" | 07.10.2020 г. | Официальный интернет сайт  http://www.1-sport.schools-48.ru/  информационные стенды МБУ "СШ № 1" |

**3. Киокусинкай**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тестирование | 28-29.09.2020 г. | спортивный зал  МБУ "СШ № 1" |
| Оформление итогового протокола | 01.10.2020 г. |  |
| Ознакомление с результатами тестирования индивидуального отбора | 02.10.2020 г. | Официальный интернет сайт  http://спортивнаяшкола1.рф/  информационные стенды МБУ "СШ № 1" |
| Зачисление в МБУ "СШ № 1" | 07.10.2020 г. | Официальный интернет сайт  http://www.1-sport.schools-48.ru/  информационные стенды МБУ "СШ № 1" |

**4. Легкая атлетика**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тестирование | 30.09 - 01.10.2020 г. | Гимназия № 11,  Лицей №5 |
| Оформление итогового протокола | 05.10.2020 г. |  |
| Ознакомление с результатами тестирования индивидуального отбора | 06.10.2020 г. | Официальный интернет сайт  http://спортивнаяшкола1.рф/  информационные стенды МБУ "СШ № 1" |
| Зачисление в МБУ "СШ № 1" | 07.10.2020 г. | Официальный интернет сайт  http://www.1-sport.schools-48.ru/  информационные стенды МБУ "СШ № 1" |

**5. Шахматы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тестирование | 02-03.10.2020 г. | Гимназия № 11,  Лицей №5 |
| Оформление итогового протокола | 05.10.2020 г. |  |
| Ознакомление с результатами тестирования индивидуального отбора | 06.10.2020 г. | Официальный интернет сайт  http://спортивнаяшкола1.рф/  информационные стенды МБУ "СШ № 1" |
| Зачисление в МБУ "СШ № 1" | 07.10.2020 г. | Официальный интернет сайт  http://www.1-sport.schools-48.ru/  информационные стенды МБУ "СШ № 1" |

**Приложение №3**

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки 1-го года обучения**

**по баскетболу**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Развиваемое физическое качество** | **Контрольные упражнения (тесты)** | |
| **Юноши** | **Девушки** |
| Быстрота | Бег на 20 м  (не более 4,5 с) | Бег на 20 м  (не более 4,7 с) |
| Скоростное ведение мяча 20 м  (не более 11,0 с) | Скоростное ведение мяча 20 м  (не более 11,4 с) |
| Скоростно-силовые качества | Прыжок в длину с места  (не менее 130 см) | Прыжок в длину с места  (не менее 115 см) |
| Прыжок вверх с места со взмахом руками (не менее 24 см) | Прыжок вверх с места со взмахом руками (не менее 20 см) |

**Приложение №4**

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы**

**на этапе начальной подготовки 1-го года обучения по волейболу**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Развиваемое физическое** | **Контрольные упражнения (тесты)** | |
| **качество** | **Юноши** | **Девушки** |
| **Скоростные качества** | Бег на 30 м (не более 6 с) | Бег на 30 м (не более 6,6 с) |
| **Координация** | Челночный бег 5x6 м  (не более 12 с) | Челночный бег 5x6 м  (не более 12,5 с) |
| **Скоростно-силовые качества** | Бросок мяча весом 1 кг  из-за головы двумя  руками стоя  (не менее 8 м) | Бросок мяча весом 1 кг из-за  головы двумя руками стоя  (не менее 6 м) |
| Прыжок в длину с места  (не менее 140 см) | Прыжок в длину с места  (не менее 130 см) |
| Прыжок в верх с места со взмахом руками  (не менее 36 см) | Прыжок в верх с места со взмахом руками  (не менее 30 см) |

**Приложение №5**

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы**

**на этапе начальной подготовки 1-го года обучения по киокусинкай**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Развиваемое физическое качество | Контрольные упражнения (тесты) | |
| **Юноши** | **Девушки** |
| **Ката** | | |
| Скоростные качества | Бег на 30 м (не более 6,5 с) | Бег на 30 м (не более 6,7 с) |
| Координация | Челночный бег 3x10 м (не более 13,4 с) | Челночный бег 3x10 м (не более 13,9 с) |
| Выносливость | Непрерывный бег в свободном темпе (не менее 5 мин) | Непрерывный бег в свободном темпе (не менее 4 мин) |
| Сила | Подтягивание на перекладине (не менее 2 раз) | Подтягивание на перекладине (не менее 1 раз) |
| Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 7 раз) | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 4 раз) |
| Подъем туловища, лежа на спине (не менее 8 раз) | Подъем туловища, лежа на спине (не менее 7 раз) |
| Скоростно-силовые качества | Прыжок в длину с места (не менее 115 см) | Прыжок в длину с места (не менее 110 см) |
| **Категория** | | |
| Скоростные качества | Бег на 30 м (не более 6,2 с) | Бег на 30 м (не более 6,4 с) |
| Координация | Челночный бег 3x10 м (не более 13,0 с) | Челночный бег 3x10 м (не более 13,2 с) |
| Выносливость | Непрерывный бег в свободном темпе (не менее 6 мин) | Непрерывный бег в свободном темпе (не менее 5 мин) |
| Сила | Подтягивание на перекладине (не менее 5 раз) | Подтягивание на перекладине (не менее 1 раз) |
| Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 9 раз) | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 7 раз) |
| Подъем туловища из положения лежа (не менее 15 раз) | Подъем туловища из положения лежа (не менее 13 раз) |
| Скоростно-силовые качества | Прыжок в длину с места (не менее 130 см) | Прыжок в длину с места (не менее 125 см) |

**Приложение №6**

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки**

**1-го года обучения по легкой атлетике**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Упражнения** | **Единица измерения** | **Норматив** | | |
| **Мальчики** | **Девочки** | |
| 1. | Бег челночный 3х10 м | с | не более | | |
| 9,5 | | |
| 2. | И.П.- упор лежа. Сгибание и разгибание рук | количество раз | не менее | | |
| 10 | | 5 |
| 3. | Прыжок в длину с места с отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги | см | не менее | | |
| 130 | | 125 |
| 4. | Прыжки через скакалку в течение 30 с | количество раз | не менее | | |
| 25 | | 30 |
| 5. | Метание мяча весом 50 г | м | не менее | | |
| 24 | | 13 |
| 6. | Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу. Коснуться пола пальцами рук | количество раз | не менее | | |
| 1 | | |
| 7. | Бег 2 км | - | без учета времени | | |

**Приложение №7**

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы**

**на этапе начальной подготовки 1-го года обучения по шахматам**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Развиваемое физическое качество | Контрольные упражнения (тесты) | |
| Юноши | Девушки |
| Скоростные качества | Бег на 30 м  (не более 6,9 с) | Бег на 30 м  (не более 7,2 с) |
| Скоростно-силовые качества | Прыжок в длину с места  (не менее 115 см) | Прыжок в длину с места  (не менее 110 см) |
| Выносливость | Приседание без остановки  (не менее 6 раз) | Приседание без остановки  (не менее 6 раз) |
| Сила | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу  (не менее 7 раз) | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу  (не менее 4 раз) |
| Подъем туловища лежа на спине  (не менее 8 раз) | Подъем туловища лежа на спине  (не менее 5 раз) |
| Подтягивание из виса на перекладине  (не менее 2 раз) | Подтягивание из виса на низкой перекладине  (не менее 4 раз) |
| Координация | Челночный бег 3 x 10 м  (не более 10,4 с) | Челночный бег 3 x 10 м  (не более 10,9 с) |
| Гибкость | Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами (пальцами рук коснуться пола) | |