

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
"Спортивная школа №1 по спортивной гимнастике"
города Нижнего Новгорода

ПРИНЯТО:

Педагогическим советом
МБОУ ДО «СШ № 1 по спортивной
гимнастике»
(Протокол № 2 от 14.12.2022 г.)

УТВЕРЖДЕНО:

Приказом МБОУ ДО «СШ №1 по
спортивной гимнастике»
№ 3 от 10.01.2023 г.
Г.А.Лапшина



Положение

**отекущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в
муниципальном бюджетном образовательном учреждении дополнительного
образования «Спортивная школа № 1 по спортивной гимнастике»**

I. Общие положения

1.1. Настоящее Положение о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в Муниципальном бюджетном образовательном учреждении дополнительного образования "Спортивная школа № 1 по спортивной гимнастике" (далее соответственно – Учреждение, Положение) разработано в соответствии с:

- Федеральным законом от 26.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденным приказом Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629;
- Особенности организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки, утвержденными приказом Министерства спорта Российской Федерации от 03.08.2022 № 634;
- Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта "Спортивная гимнастика", утвержденными приказами Минспорта России от 09.11.2022 № 953;
- Примерной дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта «спортивная гимнастика», утвержденными приказом Минспорта России от 20.12.2022 № 1293;
- Уставом Учреждения.

1.2. Положение является локальным нормативным актом Учреждения, регламентирующим формы, периодичность и порядок проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки в Учреждении.

1.3. Настоящее Положение принято с учетом мнения Совета обучающихся Учреждения (протокол от _____ 2023 г № __), Совета родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся Учреждения (протокол "___" _____ 2023 г № __).

1.4. В рамках настоящего Положения используются следующие понятия:

Текущий контроль успеваемости – систематический контроль достижений обучающихся, проводимый в ходе осуществления образовательной деятельности в соответствии с дополнительной образовательной программой спортивной подготовки.

Промежуточная аттестация – форма оценки уровня подготовленности обучающегося, достижения им установленных требований к результатам освоения обучающимися дополнительных образовательных программ спортивной подготовки по итогам периода обучения посредством сдачи контрольно-переводных нормативов (испытаний) по видам спортивной подготовки, а также результатов выступления обучающихся на официальных спортивных соревнованиях.

II. Цель и задача текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся

2.1. Освоение дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, в том числе отдельной ее части или всего объема содержания программного материала, дисциплины или раздела, сопровождается текущим контролем и промежуточной аттестацией обучающихся.

2.2. Текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестации являются составляющими системы контроля за качеством освоения обучающимися дополнительных образовательных программ в Учреждении.

2.3. Целью текущего контроля успеваемости обучающихся является повышение эффективности учебно-

тренировочного процесса и достижение высокого уровня освоения обучающимися дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «спортивная гимнастика».

2.4. Основными задачами проведения текущего контроля успеваемости обучающихся являются определение:

- уровня общей физической подготовленности обучающихся;
- уровня специальной физической и технико-тактической подготовленности обучающихся;
- показателей тренировочной и соревновательной деятельности;
- эффективности методов подготовки обучающихся.

2.5. Цель промежуточной аттестации обучающихся – оценка результатов освоения обучающимися дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «спортивная гимнастика» на определенных этапах (периодах) их реализации посредством комплексов контрольно-переводных нормативов (испытаний), контрольных упражнений, а также результатов участия обучающихся на официальных спортивных соревнованиях.

2.6. Задачи промежуточной аттестации обучающихся:

- определение уровня подготовленности обучающихся по базовым предметным областям дополнительной образовательной программе спортивной подготовки (общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, технико-тактическая подготовка, теоретическая подготовка и др.);

- выявление степени достижения прогнозируемых результатов образовательной деятельности;

- осуществление контроля выполнения требований к результатам прохождения дополнительных образовательных программ спортивной подготовки по культивируемым видам спорта для перевода на следующий этап (период) спортивной подготовки;

- определение необходимости внесения коррективов в содержание и методику образовательной деятельности учебно-тренировочного процесса.

2.7. Аттестация обучающихся должна осуществляться на основе принципов объективности и беспристрастности.

III. Формы, порядок и периодичность проведения текущего контроля успеваемости обучающихся

3.1. Текущий контроль успеваемости - форма педагогического контроля за фактическим уровнем теоретических знаний обучающихся, их практических умений и навыков в период обучения в рамках освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта "спортивная гимнастика".

3.2. Проведение текущего контроля успеваемости обучающихся в Учреждении направлено

на обеспечение выстраивания образовательной траектории максимально эффективным образом для выполнения обучающимися требований к результатам освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта "спортивная гимнастика".

3.3. Текущий контроль успеваемости обучающихся осуществляется тренером-преподавателем по виду спорта "спортивная гимнастика".

3.4. Текущий контроль за уровнем обученности и подготовленности обучающихся проводится регулярно в течение учебного периода в рамках учебно-тренировочного процесса (на учебно-тренировочных занятиях, учебно-тренировочных мероприятиях и спортивных соревнованиях).

3.5. Порядок, формы, периодичность, а также количество обязательных мероприятий в рамках текущего контроля успеваемости обучающихся определяются тренером-преподавателем самостоятельно в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом дополнительной образовательной

программы спортивной подготовки, с учетом контингента обучающихся, содержания учебно-тренировочного материала и используемых образовательных технологий.

3.6. Основными формами текущего контроля успеваемости являются:

- тестирование по видам спортивной подготовки (общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, техническая подготовка и др.) обучающихся;
- оценка в микроциклах подготовки результатов спортивных соревнований;
- тесты по теории и методике физической культуры и спорта.

3.7. Средствами текущего контроля физической подготовки являются контрольно-тестовые упражнения.

3.8. При текущем контроле успеваемости обучающихся по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки применяется безотметочная система оценивания (возможно выставление оценок по 10-бальной шкале).

3.9. Тренеры-преподаватели комментируют обучающемуся или родителю (законному представителю) несовершеннолетнего обучающегося (по его запросу) результаты текущего контроля в устной форме.

IV. Формы, порядок и периодичность проведения промежуточной аттестации обучающихся

4.1. Промежуточная аттестация обучающихся является неотъемлемой частью образовательного процесса, так как позволяет каждому участнику оценить реальную результативность совместной деятельности.

4.2. Промежуточная аттестация проводится для определения уровня освоения обучающимися дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по итогам каждого периода (года) обучения.

В процессе промежуточной аттестации оцениваются показатели уровня обученности (подготовленности) обучающихся по итогам учебного периода.

4.3. Перевод обучающихся по дополнительной образовательной программе

спортивной подготовки по виду спорта «спортивная гимнастика» на следующий период обучения (учебный год) осуществляется при условии соответствия результатов промежуточной аттестации требованиям, установленным дополнительными образовательными программами спортивной подготовки, с учетом результатов выступления обучающихся на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта «спортивная гимнастика».

4.4. Промежуточная аттестация обучающихся включает в себя оценку уровня подготовленности обучающегося посредством сдачи контрольно-переводных нормативов (испытаний) по видам спортивной подготовки, а также результатов выступления обучающихся на официальных спортивных соревнованиях.

4.5. Промежуточная аттестация обучающихся проводится по окончании соревновательного сезона с мая по август. Сроки прохождения промежуточной аттестации устанавливаются для каждой группы обучающихся, для обучающихся по индивидуальному учебному плану, согласно график проведения промежуточной аттестации, утвержденному приказом директора Учреждения.

4.6. Для проведения промежуточной аттестации обучающихся в Учреждении создается аттестационная комиссия, состав которой утверждается приказом директора. В состав аттестационной комиссии входит 5 (пять) человек, в том числе: заместитель директора по спортивной работе, 3 тренера-преподавателя по спортивной гимнастике и инструктор-методист.

4.7. Содержание, требования, нормативы промежуточной аттестации определяется с учетом этапа и периода спортивной подготовки вида спорта «спортивная гимнастика», пола обучающегося и других параметров на основании дополнительной образовательной программы и в соответствии с требованиями к результатам ее прохождения.

4.8. В Учреждении устанавливаются следующие основные формы промежуточной аттестации обучающихся:

- сдача контрольно-переводных нормативов (испытаний) по видам спортивной подготовки (общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка и др.);
- мониторинг участия/оценки результатов выступлений обучающихся на официальных спортивных соревнованиях;
- мониторинг выполнения норм, требований и условий Единой всероссийской спортивной классификации для присвоения и (или) подтверждения спортивных разрядов (на основании результатов участия в соревнованиях);

4.9. Показатели промежуточной аттестации обучающихся фиксируются в протоколах сдачи контрольно-переводных нормативов и протоколах промежуточной аттестации обучающихся. Протоколы подписываются членами аттестационной комиссии.

4.10. При заполнении протоколов сдачи контрольно-переводных нормативов по видам спортивной подготовки, в столбце «Результаты» ставится количественный или временной показатель выполнения контрольного упражнения, задания и оценка по 10-ти бальной системе (порядок приема) система оценок.

4.11. Подсчитываются баллы испытуемого за выполнение ОФП и СФП до сотых долей, что дает возможность дифференцировать индивидуальный уровень и динамику развития физических

качеств обучающихся и делится на 2. Основным условием перевода учащихся на следующий год обучения является: выполнение требований контрольно-переводных нормативов (КПН) не ниже зачетного уровня и выполнение спортивных разрядов.

4.12. Уровень физической подготовленности и двигательных способностей оценивается по 4-уровневой шкале: низкий уровень (45,96 и ниже), зачетный уровень (46-48б), хороший уровень, успешная степень развития физических качеств и специальных двигательных действий (48,1-50б), высокий уровень развития данных параметров (50,1 и выше).

4.13. Критерии оценки контрольно – переводных нормативов устанавливаются в соответствии с дополнительной образовательной программой по виду спорта «спортивная гимнастика», реализующих в Учреждении (Приложение 1)

4.14. Примерная форма протокола сдачи контрольно-переводных нормативов (испытаний) и протокола промежуточной аттестации обучающихся указаны в приложении №2 к настоящему Положению.

4.15. В случае невозможности проведения промежуточной аттестации для обучающегося по причине его болезни (временной нетрудоспособности), травмы, допускается перенос сроков ее проведения на следующий спортивный сезон по решению Учреждения с учетом позиции регионального центра спортивной подготовки (ГАУ НО «ЦСП»)

Новый срок проведения промежуточной аттестации определяется директором Учреждения с учетом годового учебно-тренировочного плана, индивидуального учебного плана на основании заявления обучающегося или родителей (законных представителей) несовершеннолетнего обучающегося.

4.16. Неудовлетворительные результаты промежуточной аттестации или не прохождения промежуточной аттестации при отсутствии уважительных причин признаются академической задолженностью.

4.17. Обучающиеся обязаны ликвидировать академическую задолженность.

4.18. Обучающимся, имеющим академическую задолженность, предоставляется право пройти промежуточную аттестацию по предметной области (виду спортивной подготовки) не более двух раз в сроки, определяемые Учреждением, в пределах одного года с момента образования академической задолженности. В указанный период не включаются время болезни обучающегося, нахождение его в академическом отпуске.

4.19. Обучающимся, не прошедшим промежуточной аттестации по уважительным причинам или имеющим академическую задолженность, с письменного согласия родителей (законных представителей) могут быть предоставлены следующие возможности:

- однократно продолжить освоение дополнительной образовательной программы спортивной подготовки на этом же этапе (при наличии вакантных мест);
- продолжить освоение дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

натом же году обучения этапа спортивной подготовки на платной основе по договору об образовании засчет средств физических и (или) юридических лиц (в случае обучения на основании государственного задания за счет бюджетных ассигнований соответствующего бюджета бюджетной системы Российской Федерации).

4.20. Недопускается взимание платы с обучающихся за прохождение промежуточной аттестации.

V. Заключительные положения

5.1. Настоящее Положение является локальным нормативным актом Учреждения, принят в Порядке, предусмотренном Уставом Учреждения, вступает в силу с даты его утверждения приказом директора Учреждения и действует бессрочно.

5.2. Все изменения (или) дополнения, вносимые в настоящее Положение, оформляются в письменной форме, принимаются с учётом мнения Совета обучающихся Учреждения, Совета родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся Учреждения, в порядке, предусмотренном уставом Учреждения для принятия Положения, и вступают в силу с даты утверждения директором Учреждения.

5.3. После принятия Положения в новой редакции (или изменений и дополнений в Положение) предыдущая редакция автоматически утрачивает силу.

5.4. Положение подлежит актуализации при изменении законодательства, регламентирующего предусмотренные им положения.

5.5. Настоящее Положение подлежит размещению на официальном сайте Учреждения по адресу <http://gymnschoolnn.ru/>.

Критерии оценок **ОФП** и **СФП** нормативов для групп **начальное подготовки 1 г.о**
в МБОУ ДО «СШ №1» (девочки)

Баллы	Фиксация положения «мост» (сек)	Прыжок в длину с места (см)	Подтягивания из виса лежа хватом сверху на низкой перекладине 90 см	Фиксация положения «угол» в висе на гимнастической стенке (сек)	Отжимания	Подъем прямых ног до горизонтального положения «угол»	Челночный бег 3*10м	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) Фиксация положения 3 с
10.0	7,5	125	9р	9,0	9р	9р	9.2	+ 5,0
9.5	7,0	120	8р	8,0	8р	8р	9.6	+ 4,5
9.0	6,5	115	7р	7,0	7р	7р	10.0	+ 4,0
8.5	6,0	110	6р	6,0	6р	6р	10.4	+ 3,5
8.0	5,0	105	5р	5,0	5р	5р	10.6	+ 3.0
7.5	4,8	100	4р	4,0	4р	4р	10.8	+ 2.8
7.0	4,6	95	3р	3,0	3р	3р	11.0	+ 2.6
6.5	4,4	90	2р	2,0	2р	2р	11.2	+ 2.4
6.0	4,2	85	1р	1,0	1р	1р	11.4	+ 2.2
5.5	4,0	80					11.6	+ 2.0
5.0	3,8	75					11.8	+ 1.8
4.5	3,6	70					12.0	+ 1.6
4.0	3,4	65					12.2	+ 1.4
3.5	3,2	60					12.4	+ 1.2
3.0	3,0	55					12.6	+ 1.0
2.5	2,8	50					12.8	+ 0.8
2.0	2,6	-					13,0	+ 0.6
1.5	2,4	-					13.3	+ 0.4
1.0	2,0	-					13.5	+ 0.2

Оценивание упражнения: Например: спортсменка выполняет упражнение «подъем прямых ног до горизонтального положения «угол»» 8 раз (9,5б), но делает это с согнутыми ногами (0,5б). Оценка 9,5- 0,5=9,0

**Нормативные требования ОФП для индивидуального отбора группа начальной подготовки 2 г.о.
в МБОУ ДО «СШ №1» (девочки)**

Баллы	Поднимание туловища из положения лежа за 1 минуту	Прыжок в длину с места (см)	Бег 20 метров	Отжимания	Челночный бег 3*10м	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) Фиксация положения 3 с (см)
10.0	41	140	4.0	15р	8.8	+ 7.0
9.5	36	135	4.2	12р	9.2	+ 6.5
9.0	31	130	4.4	10р	9.6	+ 6.0
8.5	26	125	4.6	8р	10.0	+ 5.5
8.0	21	120	4.8	7р	10.4	+ 5.0
7.5	18	115	5.0	6р	10.6	+ 4.5
7.0	15	110	5.5	5р	10.8	+ 4.0
6.5	13	105	6.0	4р	11.0	+ 3.5
6.0	10	100	6.5	3р	11.2	+ 3.0
5.5	7	95	7.0	2р	11.4	+ 2.5
5.0	5	90	7.5	1р	11.6	+ 2.0
4.5	3	85	8.0		12.0	+ 1.8
4.0	1	80	8.5		12.2	+ 1.6
3.5		75	9.0		12.4	+ 1.4
3.0		70	9.5		12.6	+ 1.2
2.5		65	10.0		12.8	+ 1.0
2.0		60	10.5		13,0	+ 0.8
1.5		55	11.0		13.3	+ 0.6
1.0		50	11.5		13.5	+ 0.4

Оценивание упражнения: Например: спортсменка выполняет упражнение «подъем прямых ног до горизонтального положения «угол»» 8 раз (9,5б), но делает это с согнутыми ногами (0,5б). Оценка 9,5- 0,5=9,0

**Нормативные требования СФП для индивидуального отбора группа начальной подготовки 2 г.о.
в МБОУ ДО «СШ №1» (девушки)**

Баллы	Лазание по канату с помощью ног (без времени)	Подъем переворотом на жерди (кол-во раз)	"Попловок" (горизонтальный упор с согнутыми коленями, колени прижаты к груди). Фиксац. положения	Удержание одной ноги, руки в стороны. Фиксация положения	Подъем прямых ног до горизонтального положения «высокий угол»	Упор "углом" на гимнастических стоянках. Фиксация положения	Стойка на руках на полу, лицом к стене, с опорой ногами на нее. Фиксация положения. (сек)
10.0	5 м	7	30.0	7.0	20р	30.0	60
9.5		6	25.0	6.5	17р	25.0	55
9.0	4 м	5	20.0	6.0	15р	20.0	50
8.5		4	15.0	5.5	13р	15.0	45
8.0	3 м	3	10.0	5	10р	10.0	40
7.5			9.5	4.5	9р	9.5	35
7.0	2 м	2	9.0	4.0	8р	9.0	30
6.5			8.5	3.5	7р	8.5	25
6.0	1 м	1	8.0	3.0	6р	8.0	20
5.5			7.5	2.5	5р	7.5	15
5.0			7.0	2.0	4р	7.0	10
4.5			6.5	1.5	3р	6.5	5
4.0			6.0	1.0	2р	6.0	
3.5			5.5	0.5	1р	5.5	
3.0			5.0			5.0	
2.5			4.5			4.5	
2.0			4.0			4.0	
1.5			3.5			3.5	
1.0			3.0			3.0	

Оценивание упражнения: Например: спортсменка выполняет упражнение «подъем прямых ног до горизонтального положения «угол»» 8 раз (9,5б), но делает это с согнутыми ногами (0,5б). Оценка 9,5- 0,5=9,0

**Нормативные требования ОФП для индивидуального отбора группа тренировочного этапа 1,2,3 г.о.
в МБОУ ДО «СШ №1» (девушки)**

Баллы	Поднимание туловища из положения лежа за 1 минуту	Прыжок в длину с места (см)	Бег 20 метров	Отжимания	Челночный бег 3*10м	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) Фиксация положения 3 с (см)
10.0	45	160	3.6	20р	8.6	+ 7.0
9.5	40	150	3.8	17р	9.0	+ 6.5
9.0	35	140	4.0	15р	9.4	+ 6.0
8.5	30	130	4.4	12р	9.8	+ 5.5
8.0	25	120	4.6	10р	10.2	+ 5.0
7.5	22	115	4.8	9р	10.4	+ 4.5
7.0	20	110	5.0	8р	10.6	+ 4.0
6.5	18	105	5.5	7р	10.8	+ 3.5
6.0	15	100	6.0	6р	11.0	+ 3.0
5.5	12	95	6.5	5р	11.2	+ 2.5
5.0	10	90	7.0	4р	11.4	+ 2.0
4.5	7	85	7.5	3р	11.6	+ 1.8
4.0	5	80	8.0	2р	11.8	+ 1.6
3.5	3	75	8.5	1р	12.0	+ 1.4
3.0	1	70	9.0		12.4	+ 1.2
2.5		65	9.5		12.8	+ 1.0
2.0		60	10.0		13.0	+ 0.8
1.5		55	10.5		13.3	+ 0.6
1.0		50	11.0		13.5	+ 0.4

Оценивание упражнения: Например: спортсменка выполняет упражнение «подъем прямых ног до горизонтального положения «угол»» 8 раз (9,5б), но делает это с согнутыми ногами (0,5б). Оценка 9,5- 0,5=9,0

**Нормативные требования СФП для индивидуального отбора группа тренировочного этапа 1,2,3 г.о.
в МБОУ ДО «СШ №1» (девушки)**

Баллы	Лазание по канату с помощью ног (без времени)	Подъем переворотом на жерди (кол-во раз)	"Попловок" (горизонтальный упор с согнутыми коленями, колени прижаты к груди). Фиксац. положения	Удержание одной ноги, руки в стороны. Фиксация положения	Подъем прямых ног до горизонтального положения «высокий угол»	Упор "углом" на гимнастических стоялках. Фиксация положения	Стойка на руках на полу, лицом к стене, с опорой ногами на нее. Фиксация положения. (сек)
10.0	5 м	15	30.0	7.0	20р	30.0	60
9.5		13	25.0	6.5	17р	25.0	55
9.0	4,5 м	10	20.0	6.0	15р	20.0	50
8.5		7	15.0	5.5	13р	15.0	45
8.0	4 м	5	10.0	5	10р	10.0	40
7.5			9.5	4.5	9р	9.5	35
7.0	3 м	4	9.0	4.0	8р	9.0	30
6.5			8.5	3.5	7р	8.5	25
6.0	2 м	3	8.0	3.0	6р	8.0	20
5.5			7.5	2.5	5р	7.5	15
5.0	1 м	2	7.0	2.0	4р	7.0	10
4.5			6.5	1.5	3р	6.5	5
4.0		1	6.0	1.0	2р	6.0	
3.5			5.5	0.5	1р	5.5	
3.0			5.0			5.0	
2.5			4.5			4.5	
2.0			4.0			4.0	
1.5			3.5			3.5	
1.0			3.0			3.0	

Оценивание упражнения: Например: спортсменка выполняет упражнение «подъем прямых ног до горизонтального положения «угол»» 8 раз (9,5б), но делает это с согнутыми ногами (0,5б). Оценка 9,5- 0,5=9,0

Нормативные требования **ОФП** для индивидуального отбора группа **тренировочного этапа 4,5 г.о.**
в МБОУ ДО «СШ №1» (девушки)

Баллы	Поднимание туловища из положения лежа за 1 минуту	Прыжок в длину с места (см)	Бег 20 метров	Отжимания	Челночный бег 3*10м	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) Фиксация положения 3 с (см)
10.0	45	200	3.4	20р	8.4	+ 9.0
9.5	40	190	3.6	17р	8.6	+ 8.5
9.0	35	180	3.8	15р	8,8	+ 8.0
8.5	30	170	4.2	12р	9.0	+ 7.5
8.0	25	160	4.4	10р	9.2	+ 7.0
7.5	22	155	4.6	9р	9.4	+ 6.5
7.0	20	150	4.8	8р	9.6	+ 6.0
6.5	18	145	5.0	7р	9.8	+ 5.5
6.0	15	140	5.5	6р	10.0	+ 5.0
5.5	12	135	6.0	5р	10.2	+ 4.5
5.0	10	130	6.5	4р	10.4	+ 4.0
4.5	7	125	7.0	3р	10.6	+ 3.5
4.0	5	120	7.5	2р	10.8	+ 3.0
3.5	3	115	8.0	1р	11.0	+ 2.5
3.0	1	110	8.5		11.4	+ 2.0
2.5		105	9.0		11.8	+ 1.5
2.0		100	9.5		12.0	+ 1.0
1.5		95	10.0		12.3	+ 0.5
1.0		80	10.5		12.5	0

Оценивание упражнения: Например: спортсменка выполняет упражнение «подъем прямых ног до горизонтального положения «угол»» 8 раз (9,5б), но делает это с согнутыми ногами (0,5б). Оценка 9,5- 0,5=9,0

Нормативные требования **СФП** для индивидуального отбора группа **тренировочного этапа 4,5 г.о.**
в МБОУ ДО «СШ №1» (девушки)

Баллы	Лазание по канату без помощи ног 3 м	И.п.- стойка на руках на жерди. Спад вис и подъем разгибом, с последующим отмахом в стойку.	"Спичаг" на бревне из угла вне (кол-во раз)	И.п. - стойка на лопатках. прямыми руками держаться за гим.стенку. опустить прямое тело до 45. Фиксация положения	Подъем прямых ног до горизонтального положения «высокий угол»	Упор "углом" на гимнастических стоялках. Фиксация положения	Стойка на руках на гимнастическом бревне. Фиксация положения. (сек)
10.0	8.0	10	15	30.0	25р	40.0	50
9.5		8	13	20.5	23р	35.0	45
9.0	9.0	7	10	20.0	20р	30.0	40
8.5		6	7	15.5	17р	25.0	35
8.0	10.0	5	5	15.0	15р	20.0	30
7.5				14.0	14р	17.0	25
7.0	11.0	4	4	13.0	13р	15.0	20
6.5				12.0	12р	13.0	15
6.0	12.0	3	3	11.0	11р	10.0	10
5.5				10.0	10р	7.5	5
5.0	13.0	2	2	9.0	9р	7.0	3
4.5				8.0	8р	6.5	2
4.0		1	1	7.0	7р	6.0	1
3.5				6.0	6р	5.5	
3.0				5.0	5р	5.0	
2.5				4.0	4р	4.5	
2.0				3.0	3р	4.0	
1.5				2.0	2р	3.5	
1.0				1.0	1р	3.0	

Оценивание упражнения: Например: спортсменка выполняет упражнение «подъем прямых ног до горизонтального положения «угол»» 8 раз (9,5б), но делает это с согнутыми ногами (0,5б). Оценка 9,5- 0,5=9,0

**Нормативные требования ОФП для индивидуального отбора группа спортивного совершенствования 1,2 г.о.
в МБОУ ДО «СШ №1» (девушки)**

Баллы	Поднимание туловища из положения лежа за 1 минуту	Прыжок в длину с места (см)	Бег 20 метров	Отжимания	Челночный бег 3*10м	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) Фиксация положения 3 с (см)
10.0	45	200	3.4	20р	8.4	+ 9.0
9.5	40	190	3.6	17р	8.6	+ 8.5
9.0	35	180	3.8	15р	8,8	+ 8.0
8.5	30	170	4.2	12р	9.0	+ 7.5
8.0	25	160	4.4	10р	9.2	+ 7.0
7.5	22	155	4.6	9р	9.4	+ 6.5
7.0	20	150	4.8	8р	9.6	+ 6.0
6.5	18	145	5.0	7р	9.8	+ 5.5
6.0	15	140	5.5	6р	10.0	+ 5.0
5.5	12	135	6.0	5р	10.2	+ 4.5
5.0	10	130	6.5	4р	10.4	+ 4.0
4.5	7	125	7.0	3р	10.6	+ 3.5
4.0	5	120	7.5	2р	10.8	+ 3.0
3.5	3	115	8.0	1р	11.0	+ 2.5
3.0	1	110	8.5		11.4	+ 2.0
2.5		105	9.0		11.8	+ 1.5
2.0		100	9.5		12.0	+ 1.0
1.5		95	10.0		12.3	+ 0.5
1.0		80	10.5		12.5	0

Оценивание упражнения: Например: спортсменка выполняет упражнение «подъем прямых ног до горизонтального положения «угол»» 8 раз (9,5б), но делает это с согнутыми ногами (0,5б). Оценка 9,5- 0,5=9,0

**Нормативные требования СФП для индивидуального отбора группа спортивного совершенствования 1,2 г.о.
в МБОУ ДО «СШ №1» (девушки)**

Баллы	Лазание по канату без помощи ног 3 м	И.п.- стойка на руках на жерди. Спад вис и подъем разгибом, с последующим отмахом в стойку.	"Спичаг" на бревне из угла вне (кол-во раз)	И.п. - стойка на лопатках. прямыми руками держаться за гим.стенку. опустить прямое тело до 45. Фиксация положения	Подъем прямых ног до горизонтального положения «высокий угол»	Упор "углом" на гимнастических стоялках. Фиксация положения	Стойка на руках на гимнастическом бревне. Фиксация положения. (сек)
10.0	8.0	10	15	30.0	25р	40.0	50
9.5		8	13	20.5	23р	35.0	45
9.0	9.0	7	10	20.0	20р	30.0	40
8.5		6	7	15.5	17р	25.0	35
8.0	10.0	5	5	15.0	15р	20.0	30
7.5				14.0	14р	17.0	25
7.0	11.0	4	4	13.0	13р	15.0	20
6.5				12.0	12р	13.0	15
6.0	12.0	3	3	11.0	11р	10.0	10
5.5				10.0	10р	7.5	5
5.0	13.0	2	2	9.0	9р	7.0	3
4.5				8.0	8р	6.5	2
4.0		1	1	7.0	7р	6.0	1
3.5				6.0	6р	5.5	
3.0				5.0	5р	5.0	
2.5				4.0	4р	4.5	
2.0				3.0	3р	4.0	
1.5				2.0	2р	3.5	
1.0				1.0	1р	3.0	

Оценивание упражнения: Например: спортсменка выполняет упражнение «подъем прямых ног до горизонтального положения «угол»» 8 раз (9,5б), но делает это с согнутыми ногами (0,5б). Оценка 9,5- 0,5=9,0

Критерии оценок ОФП И СФП для групп начальное подготовки 1 г.о в МБОУ ДО «СШ №1» (мальчики)

Баллы	Упражнение "мост" из положения лежа на спине. Отклонение плеч от вертикали не более 45°. Фиксация положения	Прыжок в длину с места (см)	Подтягивания из виса на перекладине (кол-во раз)	Отжимания в упоре лежа	Подъем прямых ног до горизонтального ного положения «угол»	Челночный бег 3*10м	Вис "углом" на гимнастической стенке. Фиксация положения	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) Фиксация положения 3 с
10.0	5.0	130	9р	12р	9р	9.5	9.0	+ 3
9.5	4.5	125	8р	11р	8р	9.7	8.0	
9.0	4.0	120	7р	10р	7р	9.9	7.0	+ 2
8.5	3.5	115	6р	9р	6р	10.1	6.0	
8.0	3.0	110	5р	8р	5р	10.3	5.0	+ 1
7.5	2.5	105	4р	7р		10.5	4.5	
7.0	2.0	100	3р	6р	4р	10.7	4.0	
6.5	1.5	95	2р	5р		10.9	3.5	
6.0	1.0	90	1р	4р	3р	11.1	3.0	
5.5	0.5	85		3р		11.3	2.5	
5.0		80		2р	2р	11.5	2.0	
4.5		75		1р		11.7	1.5	
4.0		70			1р	11.9	1.0	
3.5		65				12.1		
3.0		60				12.3		
2.5		55				12.5		
2.0		50				12.7		
1.5		-				12.9		
1.0		-				13.1		

Оценка упражнения. Например: спортсмен выполняет упражнение «подъем прямых ног до горизонтального положения «угол»» 8 раз (9,5б), но делает это с согнутыми ногами (0,5б). Оценка 9,5- 0,5=9,0

**Нормативные требования ОФП для индивидуального отбора группа начальной подготовки 2 г.о.
в МБОУ ДО «СШ №1» (мальчики)**

Баллы	Поднимание туловища из положения лежа за 1 минуту	Прыжок в длину с места (см)	Бег 20 метров	Отжимания	Челночный бег 3*10м	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) Фиксация положения 3 с (см)
10.0	47	140	3.6	20р	8.0	+ 6.0
9.5	42	135	3.8	17р	8.4	+ 5.5
9.0	37	130	4.1	15р	8.8	+ 5.0
8.5	32	125	4.3	12р	9.2	+ 4.5
8.0	27	120	4.5	10р	9.6	+ 4.0
7.5	22	115	5.0	9р	9.8	+ 3.5
7.0	17	110	5.5	8р	10.0	+ 3.0
6.5	12	105	6.0	7р	10.2	+ 2.5
6.0	10	100	6.5	6р	10.4	+ 2.0
5.5	9	95	7.0	5р	10.6	+ 1.8
5.0	8	90	7.5	4р	10.8	+ 1.6
4.5	7	85	8.0	3р	11.0	+ 1.4
4.0	6	80	8.5	2р	11.2	+ 1.2
3.5	5	75	9.0	1р	11.4	+ 1.0
3.0	4	70	9.5		11.6	+ 0.8
2.5	3	65	10.0		11.8	+ 0.6
2.0	2	60	10.5		12.0	+ 0.4
1.5	1	55	11.0		12.2	+ 0.2
1.0		50	11.5		12.4	+ 0

Оценивание упражнения: Например: спортсменка выполняет упражнение «подъем прямых ног до горизонтального положения «угол»» 8 раз (9,5б), но делает это с согнутыми ногами (0,5б). Оценка 9,5- 0,5=9,0

**Нормативные требования СФП для индивидуального отбора группа начальной подготовки 2 г.о.
в МБОУ ДО «СШ №1» (мальчики)**

Баллы	Отжимания на параллельных брусьях	Подъем переворотом на жерди (кол-во раз)	"Попловок" (горизонтальный упор с согнутыми коленями, колени прижаты к груди). Фиксац.положения	Удержание одной ноги, руки в стороны. Фиксация положения	Спичаг из положения стоя согнувшись	Упор "углом" на гимнастических стоялках. Фиксация положения	Стойка на руках на полу, лицом к стене, с опорой ногами на нее. Фиксация положения. (сек)
10.0	15	10	30.0	7.0	15р	30.0	60
9.5	12	8	25.0	6.5	12р	25.0	55
9.0	10	7	20.0	6.0	10р	20.0	50
8.5	7	6	15.0	5.5	7р	15.0	45
8.0	5	5	10.0	5	5р	10.0	40
7.5			9.5	4.5		9.5	35
7.0	4	4	9.0	4.0	4р	9.0	30
6.5			8.5	3.5		8.5	25
6.0	3	3	8.0	3.0	3р	8.0	20
5.5			7.5	2.5		7.5	15
5.0	2	2	7.0	2.0	2р	7.0	10
4.5			6.5	1.5		6.5	5
4.0	1	1	6.0	1.0	1р	6.0	
3.5			5.5	0.5		5.5	
3.0			5.0			5.0	
2.5			4.5			4.5	
2.0			4.0			4.0	
1.5			3.5			3.5	
1.0			3.0			3.0	

Оценивание упражнения: Например: спортсменка выполняет упражнение «подъем прямых ног до горизонтального положения «угол»» 8 раз (9,5б), но делает это с согнутыми ногами (0,5б). Оценка 9,5- 0,5=9,0

**Нормативные требования ОФП для индивидуального отбора группа тренировочного этапа 1,2,3 г.о.
в МБОУ ДО «СШ №1» (юноши)**

Баллы	Поднимание туловища из положения лежа за 1 минуту	Прыжок в длину с места (см)	Бег 20 метров	Отжимания	Челночный бег 3*10м	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) Фиксация положения 3 с (см)
10.0	50	180	3.6	20р	8.6	+ 7.0
9.5	45	170	3.8	17р	9.0	+ 6.5
9.0	40	160	4.0	15р	9.4	+ 6.0
8.5	35	150	4.4	12р	9.8	+ 5.5
8.0	30	140	4.6	10р	10.2	+ 5.0
7.5	25	135	4.8	9р	10.4	+ 4.5
7.0	20	120	5.0	8р	10.6	+ 4.0
6.5	15	115	5.5	7р	10.8	+ 3.5
6.0	10	110	6.0	6р	11.0	+ 3.0
5.5	9	105	6.5	5р	11.2	+ 2.5
5.0	8	100	7.0	4р	11.4	+ 2.0
4.5	7	95	7.5	3р	11.6	+ 1.8
4.0	6	90	8.0	2р	11.8	+ 1.6
3.5	5	85	8.5	1р	12.0	+ 1.4
3.0	4	80	9.0		12.4	+ 1.2
2.5	3	75	9.5		12.8	+ 1.0
2.0	2	70	10.0		13.0	+ 0.8
1.5	1	65	10.5		13.3	+ 0.6
1.0		60	11.0		13.5	+ 0.4

Оценивание упражнения: Например: спортсменка выполняет упражнение «подъем прямых ног до горизонтального положения «угол»» 8 раз (9,5б), но делает это с согнутыми ногами (0,5б). Оценка 9,5- 0,5=9,0

**Нормативные требования СФП для индивидуального отбора группа тренировочного этапа 1,2,3 г.о.
в МБОУ ДО «СШ №1» (юноши)**

Баллы	Отжимания на параллельных брусьях	Подъем переворотом на жерди (кол-во раз)	"Попловок" (горизонтальный упор с согнутыми коленями, колени прижаты к груди). Фиксац.положения	Удержание одной ноги, руки в стороны. Фиксация положения	Спичаг из положения угол вне	Упор "углом" на гимнастических стоянках. Фиксация положения	Стойка на руках на полу. Фиксация положения. (сек)
10.0	15р	15	30.0	7.0	9р	30.0	35
9.5	12р	13	25.0	6.5	8р	25.0	30
9.0	10р	10	20.0	6.0	7р	20.0	25
8.5	7р	7	15.0	5.5	6р	15.0	20
8.0	5р	5	10.0	5	5р	10.0	15
7.5			9.5	4.5		9.5	
7.0	4р	4	9.0	4.0	4р	9.0	10
6.5			8.5	3.5		8.5	
6.0	3р	3	8.0	3.0	3р	8.0	5
5.5			7.5	2.5		7.5	
5.0	2р	2	7.0	2.0	2р	7.0	
4.5			6.5	1.5		6.5	
4.0	1р	1	6.0	1.0	1р	6.0	
3.5			5.5	0.5		5.5	
3.0			5.0			5.0	
2.5			4.5			4.5	
2.0			4.0			4.0	
1.5			3.5			3.5	
1.0			3.0			3.0	

Оценивание упражнения: Например: спортсменка выполняет упражнение «подъем прямых ног до горизонтального положения «угол»» 8 раз (9,5б), но делает это с согнутыми ногами (0,5б). Оценка 9,5- 0,5=9,0

Нормативные требования **ОФП** для индивидуального отбора группа **тренировочного этапа 4,5 г.о.**
в МБОУ ДО «СШ №1» (юноши)

Баллы	Поднимание туловища из положения лежа за 1 минуту	Прыжок в длину с места (см)	Бег 20 метров	Отжимания в упоре лежа	Челночный бег 3*10м	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) Фиксация положения 3 с (см)
10.0	55	200	3.2	30р	8.0	+ 9.0
9.5	50	190	3.4	27р	8.2	+ 8.5
9.0	45	180	3.6	25р	8.4	+ 8.0
8.5	40	170	3.8	22р	8.6	+ 7.5
8.0	35	160	4.0	20р	8.8	+ 7.0
7.5		155	4.4	17р	9.0	+ 6.5
7.0	30	150	4.6	15р	9.2	+ 6.0
6.5		145	4.8	12р	9.4	+ 5.5
6.0	25	140	5.0	10р	9.6	+ 5.0
5.5		135	5.5	9р	9.8	+ 4.5
5.0	20	130	6.0	8р	10.0	+ 4.0
4.5		125	6.5	7р	10.2	+ 3.5
4.0	15	120	7.0	6р	10.4	+ 3.0
3.5		115	7.5	5р	10.6	+ 2.5
3.0	10	110	8.0	4р	10.8	+ 2.0
2.5		105	8.5	3р	11.0	+ 1.5
2.0	5	100	9.0	2р	11.2	+ 1.0
1.5		95	9.5	1р	11.4	+ 0.5
1.0		80	10.0		11.6	0

Оценивание упражнения: Например: спортсменка выполняет упражнение «подъем прямых ног до горизонтального положения «угол»» 8 раз (9,5б), но делает это с согнутыми ногами (0,5б). Оценка 9,5- 0,5=9,0

Нормативные требования **СФП** для индивидуального отбора группа **тренировочного этапа 4,5 г.о.**
в МБОУ ДО «СШ №1» (юноши)

Баллы	Лазание по канату без помощи ног 4 м	Подъем силой на кольцах	"Спичаг" на брусьях из угла вне (кол-во раз)	И.п. – вис прогнувшись на кольцах. Опуститься в горизонтальный вис сзади. Фиксация положения.	Отжимания на параллельных брусьях	Упор "углом" на гимнастических стоялках. Фиксация положения	Стойка на руках на полу. Фиксация положения. (сек)
10.0	8.0	10	15	15	25р	40.0	50
9.5		8	13	12	23р	35.0	45
9.0	10.0	7	10	10	20р	30.0	40
8.5		6	7	7	17р	25.0	35
8.0	12.5	5	5	5	15р	20.0	30
7.5					14р	17.0	25
7.0	13.0	4	4	4	13р	15.0	20
6.5					12р	13.0	15
6.0	15.0	3	3	3	11р	10.0	10
5.5					10р	7.5	5
5.0	17.0	2	2	2	9р	7.0	3
4.5					8р	6.5	2
4.0		1	1	1	7р	6.0	1
3.5					6р	5.5	
3.0					5р	5.0	
2.5					4р	4.5	
2.0					3р	4.0	
1.5					2р	3.5	
1.0					1р	3.0	

Оценивание упражнения: Например: спортсменка выполняет упражнение «подъем прямых ног до горизонтального положения «угол»» 8 раз (9,5б), но делает это с согнутыми ногами (0,5б). Оценка 9,5- 0,5=9,0

**Нормативные требования ОФП для индивидуального отбора группа спортивного совершенствования 1,2 г.о.
в МБОУ ДО «СШ №1» (юноши)**

Баллы	Поднимание туловища из положения лежа за 1 минуту	Прыжок в длину с места (см)	Бег 20 метров	Отжимания	Челночный бег 3*10м	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) Фиксация положения 3 с (см)
10.0	60	220	3.0	35	7.0	+ 9.0
9.5	55	215	3.2	33	7.2	+ 8.5
9.0	50	210	3.4	30	7.4	+ 8.0
8.5	45	205	3.6	27	7.6	+ 7.5
8.0	40	200	3.8	24	7.8	+ 7.0
7.5	35	190	4.2	22	8.0	+ 6.5
7.0	30	180	4.4	20	8.2	+ 6.0
6.5	25	170	4.6	18	8.4	+ 5.5
6.0	22	160	4.8	16	8.6	+ 5.0
5.5	20	155	5.0	14	8.8	+ 4.5
5.0	18	150	5.5	12	9.0	+ 4.0
4.5	15	145	6.0	10	9.2	+ 3.5
4.0	12	140	6.5	9	9.4	+ 3.0
3.5	10	135	7.0	8	9.6	+ 2.5
3.0	7	130	7.5	7	9.8	+ 2.0
2.5	5	125	8.0	6	10.0	+ 1.5
2.0	3	120	8.5	5	10.2	+ 1.0
1.5	1	115	9.0	4	10.4	+ 0.5
1.0		110	9.5	3	10.6	0

Оценивание упражнения: Например: спортсменка выполняет упражнение «подъем прямых ног до горизонтального положения «угол»» 8 раз (9,5б), но делает это с согнутыми ногами (0,5б). Оценка 9,5- 0,5=9,0

**Нормативные требования СФП для индивидуального отбора группа спортивного совершенствования 1,2 г.о.
в МБОУ ДО «СШ №1» (юноши)**

Баллы	Лазание по канату без помощи ног 4 м	И.п. - вис прогнувшись на кольцах Опуститься в горизонтальный вис сзади. Фиксация положения.	"Спичаг" на брусках из угла вне (кол-во раз)	Подъем силой на кольцах	Отжимания на параллельных брусьях	Упор "углом" на гимнастических стоялках. Фиксация положения	Стойка на руках на полу. Фиксация положения. (сек)
10.0	8.0	20.0	15	15	25р	40.0	50
9.5			13	13	23р	35.0	45
9.0	10.0	15.0	10	10	20р	30.0	40
8.5			7	7	17р	25.0	35
8.0	12.5	10.0	5	5	15р	20.0	30
7.5					14р	17.0	25
7.0	13.0	9.0	4	4	13р	15.0	20
6.5					12р	13.0	15
6.0	15.0	8.0	3	3	11р	10.0	10
5.5					10р	7.5	5
5.0	17.0	7.0	2	2	9р	7.0	3
4.5					8р	6.5	2
4.0		6.0	1	1	7р	6.0	1
3.5					6р	5.5	
3.0		5.0			5р	5.0	
2.5					4р	4.5	
2.0		4.0			3р	4.0	
1.5					2р	3.5	
1.0		3.0			1р	3.0	

Оценивание упражнения: Например: спортсменка выполняет упражнение «подъем прямых ног до горизонтального положения «угол»» 8 раз (9,5б), но делает это с согнутыми ногами (0,5б). Оценка 9,5- 0,5=9,0

**ПРОТОКОЛ сдачи контрольно-переводных нормативов для групп начальное подготовкив
МБОУ ДО «СШ№1» по ОФП и СФП (юноши)**

Дата проведения _____

Место проведения: зал «СШ№1 по спортивной гимнастике»

№	Фамилия Имя занимающегося	Упражнение "мост" Фиксация положения		Прыжок в длину с места (см)		Подтягивания из виса на перекладине (кол-во раз)		Отжимания в упоре лежа		Подъем прямых ног до положения «угол»		Челночны й бег 3*10м		Вис "углом" Фиксация положения		Наклон вперед из положения стоя Фиксация положения 3 с		ИТОГО
		Рез-т	балл	Рез-т	балл	Рез-т	балл	Рез-т	балл	Рез-т	балл	Рез-т	балл	Рез-т	балл	Рез-т	балл	
1.																		
2.																		
3.																		
4.																		
5.																		
6.																		
7.																		
8.																		
9.																		
10.																		
11.																		
12.																		
13.																		
14.																		
15.																		

Тренер _____ \ _____ \ Зам.директора _____ \ _____ \
 Члены комиссии _____ \ _____ \ Инструктор-методист _____ \ _____ \

**ПРОТОКОЛ сдачи контрольно-переводных нормативов для групп начальное подготовкив МБОУ ДО «СШ№1»
по ОФП и СФП (девушки)**

Дата проведения _____

Место проведения: зал «СШ№1 по спортивной гимнастике»

№	Фамилия Имя занимающегося	Упражнение "мост" Фиксация положения		Прыжок в длину с места (см)		Подтягивания из виса на перекладине (кол-во раз)		Отжимания в упоре лежа		Подъем прямых ног до положения «угол»		Челночны й бег 3*10м		Вис "углом" Фиксация положения		Наклон вперед из положения стоя Фиксация положения 3 с		ИТОГО	
		Рез-т	балл	Рез-т	балл	Рез-т	балл	Рез-т	балл	Рез-т	балл	Рез-т	балл	Рез-т	балл	Рез-т	балл		
1.																			
2.																			
3.																			
4.																			
5.																			
6.																			
7.																			
8.																			
9.																			
10.																			
11.																			
12.																			
13.																			
14.																			
15.																			

Тренер _____ \ _____ \

Зам.директора _____ \ _____ \

Члены комиссии _____ \ _____ \

Инструктор-методист _____ \ _____ \

_____ \ _____ \