

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
ТУЛЬСКАЯ ОБЛАСТЬ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ
ГОРОД ЕФРЕМОВ
(городской округ)

Управление по культуре, молодёжной политике, физической культуре и спорту.

«Детско-юношеская спортивная школа №6 «Волна»

301840, Тульская область, город Ефремов, Тульское шоссе, д. 6
телефон (48741)5-05-70



Директор МБУ ДО ДЮСШ №6 «Волна» **УТВЕРЖДАЮ**
Чемоданова М.В.
04 2016 г.

ПОЛОЖЕНИЕ
о текущем контроле, промежуточной
и итоговой аттестации учащихся
муниципального бюджетного учреждения
дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа №6 «Волна»

(проведение контрольно-переводных нормативов по ОФП, СФП и ТП)
(проведение контрольно-вступительных нормативов)

Принято на заседании
педагогического совета
Протокол №4
«15» 04 2016 г.

I. Общие положения.

1. Настоящее положение о проведении тестирования учащихся МБУ ДО «ДЮСШ №6 «Волна» по контрольно-переводным нормативам устанавливает порядок проведения вступительных и переводных испытаний для зачисления в МБУ ДО «ДЮСШ №6 «Волна» и перевода на следующий этап обучения.
2. Настоящее Положение распространяется на всех обучающихся в МБУ ДО «ДЮСШ №6 «Волна» и на всех вновь поступающих на обучение в МБУ ДО «ДЮСШ №6 «Волна»
3. Для проведения контрольно-переводных нормативов и для проведения контрольно-вступительных нормативов издаётся приказ по ДЮСШ о создании комиссии по приему контрольных нормативов в составе заместителя директора по УВР, методиста-инструктора, медицинского работника и двух тренеров-преподавателей. Срок ее полномочий составляет 1 учебный год
4. Контрольно-переводные экзамены проводятся ежегодно, в конце учебного года.
5. Контрольно-вступительные нормативы проводятся ежегодно в начале учебного года для вновь поступающих.

II. Цели и задачи проведения контрольно-переводных и контрольно-вступительных нормативов.

1. **Основными целями** проведения контрольно-переводных нормативов являются:
 - Оценка физической, специальной и технической подготовленности спортсменов.
 - Перевод обучающихся на следующий этап подготовки.
2. **Задачами** проведения контрольно-переводных нормативов являются:
 - Контроль за соразмерностью развития физических качеств, обеспечение их должного соотношения.
 - Выявление динамики развития физических качеств спортсмена.
 - Проверка эффективности выполненных нагрузок.
 - Контроль за построением учебно-тренировочного процесса.
 - Коррекция тренировочных нагрузок в зависимости от степени достижения того или иного контрольного результата.

III. Порядок проведения тестирования

1. К тестированию допускаются учащиеся МБУ ДО «ДЮСШ №6 «Волна»
2. Тестирование проводится:
 - в группах НП - ОФП и ТП
 - в УТ группах – по ОФП, СФП и ТП
 - в группах СС – по ОФП, СФП и ТП
 - группах СО – ОФП и ТП
3. Перечень тестов по ОФП и СФП:
 - Для групп НП

- ✓ челночный бег 3 x 10 м; сек
 - ✓ бросок набивного мяча 1 кг, м.;
 - ✓ наклон вперед стоя на возвышении, см.;
 - ✓ выкрут прямых рук вперед-назад, см;
 - ✓ кистевая динамометрия
 - ✓ прыжок в длину с места
- Для УТ групп
 - ✓ челночный бег 3 x 10, м; сек
 - ✓ бросок набивного мяча 1 кг, м
 - ✓ наклон вперед стоя на возвышении, см.;
 - ✓ выкрут прямых рук вперед-назад, см;
 - ✓ кистевая динамометрия
 - ✓ прыжок в длину с места, см.;
 - ✓ подтягивание на перекладине, (раз) мальчики;
 - ✓ сгибание-разгибание рук в упоре лежа, раз –девочки;
 - ✓ статическая сила при имитации гребка на суше, кг
- Для групп СС
 - ✓ челночный бег 3 x 10, м;
 - ✓ бросок набивного мяча 1 кг, из-за головы в положении сидя;
 - ✓ наклон вперед стоя на возвышении, см.;
 - ✓ выкрут прямых рук вперед-назад, см;
 - ✓ прыжок в длину с места, см.;
 - ✓ подтягивание на перекладине, (раз) мальчики;
 - ✓ сгибание-разгибание рук в упоре лежа, раз –девочки;
 - ✓ статическая сила при имитации гребка на суше, кг
 - ✓ сила тяги в воде на привязи
- Для СО групп
 - ✓ челночный бег 3 x 10 м; сек
 - ✓ бросок набивного мяча 1 кг, м.;
 - ✓ наклон вперед стоя на возвышении, см.;
 - ✓ выкрут прямых рук вперед-назад, см;
 - ✓ кистевая динамометрия
 - ✓ прыжок в длину с места

4. Перечень тестов по ТП

- Для групп НП
 - ✓ длина скольжения, м,
 - ✓ оценка техники плавания всеми способами, баллы:
 - 25 м. с помощью одних ног,
 - 25 м. в полной координации,
 - ✓ проплывание дистанции 100м, 200м избранным способом
 - ✓ выполнение стартов и поворотов
 - ✓ плавание 200м (комплексное плавание)

- ✓ плавание 400м (способ по выбору)
- Для УТ групп
 - ✓ длина скольжения, м,
 - ✓ оценка техники плавания всеми способами, баллы:
 - 25 м. с помощью одних ног,
 - 25 м. в полной координации,
 - ✓ проплывание дистанции 100м, 200м избранным способом
 - ✓ выполнение стартов и поворотов
 - ✓ плавание 200м (комплексное плавание)
 - ✓ плавание 400м (способ по выбору)
- Для групп СС
 - ✓ длина скольжения, м,
 - ✓ проплывание дистанции 100м, 200м избранным способом
 - ✓ выполнение стартов и поворотов
 - ✓ плавание 200м (комплексное плавание)
 - ✓ плавание 400м (способ по выбору)
- Для СО групп
 - ✓ длина скольжения, м,
 - ✓ оценка техники плавания всеми способами, баллы:
 - 25 м. с помощью одних ног,
 - 25 м. в полной координации,
 - ✓ проплывание дистанции 100м, 200м избранным способом
 - ✓ выполнение стартов и поворотов

5. Контрольные нормативы для групп начальной подготовки первого года обучения (6-7 лет)

Контрольные нормативы	Мальчики	Девочки
Общефизическая подготовка		
Челночный бег 3× 10м; сек.	9,5	10,5
Бросок набивного мяча 1кг; м	3,8	3,3
Наклон вперед с возвышения	+	+
Выкрут прямых рук вперед-назад	+	+
Кистевая динамометрия	+	+
Прыжок в длину с места	+	+
Техническая подготовка		
Длина скольжения	6м	6м
Техника плавания всеми способами:		
а) с помощью одних ног 25м	+	+
б) в полной координации 25м	+	+
Выполнение стартов и поворотов	+	+
Проплывание дистанции 100м, 200м избранным способом плавания	+	+

В группах начальной подготовки первого года обучения на начало учебного года регистрируются начальные результаты по ОФП. На конец учебного года проводится тестирование по ОФП и ТП. Нормативы по ОФП считаются выполненными при улучшении показателей в сравнении на начало года.

Нормативы по ТП считаются выполненными при технически правильном исполнении тестов.

6. Контрольные нормативы для групп начальной подготовки второго года обучения (8 лет) для зачисления в УТ-1

Контрольные упражнения	Мальчики				Девочки				
	Оценка	5	4	3	2	5	4	3	2
Общая физическая подготовка									
Наклон вперед на возвышении	+1	0	-5	-10	+1	0	-5	-10	
Выкрут прямых рук вперед-назад	+	+	+	+	+	+	+	+	
Челночный бег 3×10 м; сек.	9,5	9,7	9,8	10,0	10,0	10,3	10,5	10,7	
Бросок набивного мяча, 1 кг	4,0	3,8	3,5	3,0	3,5	3,3	3,0	2,7	
Техническая подготовка									
Плавание 200м (комплексное плавание)	Экспертная оценка техники плавания, стартов, поворотов (три оценки из 5 баллов)								
Плавание 400м (способ по выбору)	Проплыть всю дистанцию технически правильно (одна оценка из 5 баллов)								
Спортивный разряд на избранной дистанции	III юн. - II юн.				III юн. - II юн.				
Интегральная экспертная оценка	Набрать 28 баллов				Набрать 25 баллов				

В группах начальной подготовки второго года обучения начале учебного года тестирование проводится по ОФП. Каждый тест оценивается по пятибальной системе. В конце учебного года тестирование проводится по ОФП и ТП. Тест 200 к/п оценивается по пятибальной системе и состоит из суммы трех оценок: за старт, за технику плавания, за поворот.

7. Контрольно-переводные нормативы для учебно-тренировочных групп первого года обучения (8-10лет).

Контрольные нормативы	Мальчики				Девочки				
	Оценка	5	4	3	2	5	4	3	2
Общая физическая подготовка									
Челночный бег 3×10м; сек.	9,3	9,5	9,7	9,9	9,8	10,0	10,2	10,4	
Бросок набивного мяча 1кг; м	4,5	4,3	4,0	3,8	4,0	3,8	3,5	3,3	
Прыжок в длину с места	155	150	146	131	140	138	134	130	
Подтягивания на перекладине	4	3	2	1					
Сгибание-разгибание рук в упоре лежа, раз					6	5	4	3	
Специальная физическая подготовка									
Кистевая динамометрия	+				+				
Наклон вперед с возвышения	+	0	-2	-5	+	0	-3	-6	
Выкрут прямых рук вперед-назад (ширина хвата); см	60	63	65	67	60	63	65	67	
Техническая подготовка									
Длина скольжения,м	7,0	6,5	6,0	5,5	8,0	7,5	7,0	6,5	

Время скольжения 9м, сек	Положительная динамика	
Техника плавания всеми способами:	Техника, старт, повороты – сумма баллов из трех оценок (из 5 баллов)	
а) с помощью одних ног 25м		
б) в полной координации 25м		
Выполнение стартов и поворотов		
Проплывание дистанции 100м, 200м избранным способом плавания	+	+
Спортивный разряд на избранной дистанции (конец года)	II юн.- I юн.	II юн.- I юн.
Интегральная экспертная оценка	Набрать 44 балла	Набрать 40 баллов

8. Контрольно-переводные нормативы для учебно-тренировочных групп второго года обучения (9-11 лет).

Контрольные упражнения	Мальчики				Девочки			
	5	4	3	2	5	4	3	2
Общая физическая подготовка								
Челночный бег 3×10 м; сек.	9,1	9,3	9,5	9,7	9,6	9,8	9,9	10,0
Бросок набивного мяча	5,3	4,8	4,4	4,0	4,8	4,4	4,1	3,8
Прыжок в длину с места	170	165	160	155	155	150	145	140
Подтягивания на перекладине	4	3	2	1				
Сгибание-разгибание рук в упоре лежа, раз					10	8	6	5
Специальная физическая подготовка								
Выкрут прямых рук вперед-назад (ширина хвата); см	50	53	55	57	50	53	55	57
Наклон вперед на возвышении	+	0	-2	-5	+	0	-3	-6
Кистевая динамометрия	+				+			
Техническая подготовка								
Длина скольжения, м	9	8,5	8,0	7,5	8	7,5	7,0	6,5
Время скольжения 9м, сек	Положительная динамика							
Техника плавания всеми способами:	Техника, старт, повороты – сумма баллов из трех оценок (из 5 баллов)							
а) с помощью одних ног 25м								
б) в полной координации 25м								
Выполнение стартов и поворотов								
Проплывание дистанции 100м, 200м избранным способом плавания	I юн. – III р.							
Спортивный разряд на избранной дистанции								
Плавание 200 м (комплексное плавание)	Проплыть всю дистанцию технически правильно							
Плавание 400 м (способ по выбору)								
800 кролем на груди	I юн. – III р.							
Интегральная экспертная оценка	Набрать 44 балла							

9. Контрольно-переводные нормативы для учебно-тренировочных групп третьего года обучения (10-12 лет).

Контрольные упражнения	Мальчики				Девочки			
	5	4	3	2	5	4	3	2
Общая физическая подготовка								
Челночный бег 3×10 м; сек.	8,8	9,0	9,1	9,3	9,4	9,6	9,8	9,9

Бросок набивного мяча, 1кг	7,5	6,8	6,1	5,3	6,0	5,5	5,1	4,8
Прыжок в длину с места	190	185	180	175	170	165	160	155
Подтягивания на перекладине	6	5	4	3				
Сгибание -разгибание рук в упоре лежа, раз					12	10	8	7
Специальная физическая подготовка								
Наклон вперед на возвышении	+	0	-2	-5	+	0	-3	-6
Выкрут прямых рук вперед-назад (ширина хвата); см	45	48	50	52	40	42	44	46
Кистевая динамометрия	+	+	+	+	+	+	+	+
Статическая сила при имитации гребка на суше; кг	28	26	24	22	26	24	22	20
Техническая подготовка								
Длина скольжения, м	9	8,5	8,0	7,5	10	9,5	9,0	8,5
Время скольжения 9 м; с	7,3	-	-	-	7,5	-	-	-
Техника плавания всеми способами:	Техника, старт, повороты – сумма баллов из трех оценок (из 5 баллов)							
а) с помощью одних ног 25м								
б) в полной координации 25м								
Выполнение стартов и поворотов								
Проплывание дистанции 100м, 200м избранным способом плавания	III р. – II р.							
Спортивный разряд на избранной дистанции	Проплыть всю дистанцию технически правильно							
Плавание 200 м (комплексное плавание)								
Плавание 400 м (способ по выбору)								
800 м кроль на груди	III р. – II р.							
Интегральная экспертная оценка	Набрать 46 баллов				Набрать 44 балла			

10. Контрольно-переводные нормативы для учебно-тренировочных групп четвертого года обучения (11-13лет).

Контрольные упражнения	Мальчики				Девочки			
	5	4	3	2	5	4	3	2
Общая физическая подготовка								
Челночный бег 3×10 м; сек.	8,5	8,6	8,8	9,1	9,2	9,3	9,5	9,7
Бросок набивного мяча, 1кг	9	8,5	8,0	7,5	7	6,5	6,0	5,5
Прыжок в длину с места	195	190	185	180	180	175	170	165
Подтягивания на перекладине	8	7	6	5				
Сгибание -разгибание рук в упоре лежа, раз					15	14	13	12
Специальная физическая подготовка								
Выкрут прямых рук вперед-назад (ширина хвата); см	40	42	45	48	35	38	40	43
Кистевая динамометрия	+	+	+	+	+	+	+	+
Наклон вперед на возвышении	+	0	-2	-5	+	0	-3	-6
Статическая сила при имитации гребка на суше; кг	33	30	27	24	28	25	22	20
Техническая подготовка								
Длина скольжения, м	10	9,5	9,0	8,5	11	10,5	10	9,5
Время скольжения 9 м; с	7,0	-	-	-	7,0	-	-	-
Техника плавания всеми способами:	Техника, старт, повороты – сумма баллов из трех оценок (из 5 баллов)							
а) с помощью одних ног 25м								
б) в полной координации 25м								
Выполнение стартов и поворотов								
Проплывание дистанции 100м, 200м	+				+			

избранным способом плавания		
Спортивный разряд на избранной дистанции	II р. – I р.	II р. – I р.
Плавание 200 м (комплексное плавание)	2,29,00-1,19,00	2,46,00-2,35,00
800 м кроль на груди	9,54,00-9,10,00	10,44,00-9,56,00
Плавание 400 м (способ по выбору)	Проплыть всю дистанцию технически правильно	
Интегральная экспертная оценка	Набрать 46 баллов	Набрать 44 балла

11. Контрольно-переводные нормативы для учебно-тренировочных групп пятого года обучения (14 –15 лет) и для зачисления в группы спортивного совершенствования (СС-1)

Контрольные упражнения	Мальчики				Девочки			
	5	4	3	2	5	4	3	2
Общая физическая подготовка								
Челночный бег 3×10 м; сек.	8,2	8,3	8,4	8,5	8,8	9,0	9,2	9,3
Бросок набивного мяча	9,0	8,5	8,0	7,5	7	6,5	6,0	5,5
Прыжок в длину с места	200	195	190	185	185	180	175	170
Подтягивания на перекладине	9	8	7	6				
Сгибание -разгибание рук в упоре лежа, раз					15	14	13	12
Общая физическая подготовка								
Наклон вперед на возвышении	+	0	-2	-5	+	0	-3	-6
Выкрут прямых рук вперед-назад (ширина хвата); см	40	42	45	48	35	38	40	43
Кистевая динамометрия	+				+			
Статическая сила при имитации гребка на суше; кг	37	35	33	28	28	26	24	22
Техническая подготовка								
Длина скольжения, м	11	10,5	10,0	9,5	12	11,5	11,0	10,5
Время скольжения 9 м; с	6,7	-	-	-	6,5	-	-	-
Техника плавания всеми способами:	Техника, старт, повороты – сумма баллов из трех оценок (из 5 баллов)							
а) с помощью одних ног 25м								
б) в полной координации 25м								
Выполнение стартов и поворотов								
Проплывание дистанции 100м, 200м избранным способом плавания	+				+			
Спортивный разряд на избранной дистанции	I р. - КМС				I р. - КМС			
Плавание 200 м (комплексное плавание)	2,29,00-2,19,00				2,46,00-2,35,00			
800 м кроль на груди	9,54,00-9,10,00				10,44,00-9,56,00			
Плавание 400 м (способ по выбору)	Проплыть всю дистанцию технически правильно							
Интегральная экспертная оценка	Набрать 46 баллов				Набрать 44 балла			

12. Контрольно-переводные нормативы для групп спортивного совершенствования первого года обучения

Контрольные упражнения	Мальчики				Девочки			
	5	4	3	2	5	4	3	2
Общая физическая подготовка								
Челночный бег 3×10 м; сек.	8,0	8,1	8,3	8,5	8,6	8,9	9,1	9,2
Бросок набивного мяча	9,0	8,5	8,0	7,5	7	6,5	6,0	5,5
Прыжок в длину с места	210	200	195	190	195	190	185	180

Подтягивания на перекладине	10	9	8	7				
Сгибание -разгибание рук в упоре лежа, раз					16	15	13	12
Общая физическая подготовка								
Наклон вперед на возвышении	+	0	-2	-5	+	0	-3	-6
Выкрут прямых рук вперед-назад (ширина хвата); см	35	38	42	45	30	33	35	38
Кистевая динамометрия	+				+			
Статическая сила при имитации гребка на суше; кг	37	35	33	28	28	26	24	22
Сила тяги в воде на привязи	См. приложение							
Техническая подготовка								
Длина скольжения, м	12	11,5	11,0	10,5	13	12,5	12,0	11,5
Время скольжения 9 м; с	6,0	-	-	-	5,8	-	-	-
Техника плавания всеми способами:	Техника, старт, повороты – сумма баллов из трех оценок (из 5 баллов)							
а) с помощью одних ног 25м								
б) в полной координации 25м								
Выполнение стартов и поворотов								
Проплывание дистанции 100м, 200м избранным способом плавания	+				+			
Спортивный разряд на избранной дистанции	I				I			
Плавание 200 м (комплексное плавание)	2,19,00				2,35,00			
800 м кроль на груди	9,10,00				9,56,00			
Плавание 400 м (способ по выбору)	Проплыть всю дистанцию технически правильно							
Интегральная экспертная оценка	Набрать 46 баллов				Набрать 44 балла			

13. Контрольно-переводные нормативы для групп спортивного совершенствования второго года обучения

Контрольные упражнения	Мальчики				Девочки			
	5	4	3	2	5	4	3	2
Общая физическая подготовка								
Челночный бег 3×10 м; сек.	8,0	8,1	8,3	8,5	8,6	8,9	9,1	9,2
Бросок набивного мяча	9,0	8,5	8,0	7,5	7	6,5	6,0	5,5
Прыжок в длину с места	210	200	195	190	195	190	185	180
Подтягивания на перекладине	10	9	8	7				
Сгибание -разгибание рук в упоре лежа, раз					16	15	13	12
Общая физическая подготовка								
Наклон вперед на возвышении	+	0	-2	-5	+	0	-3	-6
Выкрут прямых рук вперед-назад (ширина хвата); см	35	38	42	45	30	33	35	38
Кистевая динамометрия	+				+			
Статическая сила при имитации гребка на суше; кг	37	35	33	28	28	26	24	22
Сила тяги в воде на привязи	См. приложение							
Техническая подготовка								
Длина скольжения, м	12	11,5	11,0	10,5	13	12,5	12,0	11,5
Время скольжения 9 м; с	6,0	-	-	-	5,8	-	-	-
Техника плавания всеми способами:	Техника, старт, повороты – сумма баллов из трех оценок (из 5 баллов)							
а) с помощью одних ног 25м								
б) в полной координации 25м								
Выполнение стартов и поворотов								

Проплывание дистанции 100м, 200м избранным способом плавания	+	+
Спортивный разряд на избранной дистанции	I- КМС	I- КМС
Плавание 200 м (комплексное плавание)	2,19,00	2,35,00
800 м кроль на груди	9,10,00	9,56,00
Плавание 400 м (способ по выбору)	Проплыть всю дистанцию технически правильно	
Интегральная экспертная оценка	Набрать 46 баллов	Набрать 44 балла

14. Контрольно-переводные нормативы для групп спортивного совершенствования третьего года обучения

Контрольные упражнения	Мальчики				Девочки			
	5	4	3	2	5	4	3	2
Общая физическая подготовка								
Челночный бег 3×10 м; сек.	8,0	8,1	8,3	8,5	8,6	8,9	9,1	9,2
Бросок набивного мяча	9,0	8,5	8,0	7,5	7	6,5	6,0	5,5
Прыжок в длину с места	210	200	195	190	195	190	185	180
Подтягивания на перекладине	10	9	8	7				
Сгибание -разгибание рук в упоре лежа, раз					16	15	13	12
Общая физическая подготовка								
Наклон вперед на возвышении	+	0	-2	-5	+	0	-3	-6
Выкрут прямых рук вперед-назад (ширина хвата); см	35	38	42	45	30	33	35	38
Кистевая динамометрия	+				+			
Статическая сила при имитации гребка на суше; кг	37	35	33	28	28	26	24	22
Сила тяги в воде на привязи	См. приложение							
Техническая подготовка								
Длина скольжения, м	12	11,5	11,0	10,5	13	12,5	12,0	11,5
Время скольжения 9 м; с	6,0	-	-	-	5,8	-	-	-
Техника плавания всеми способами:	Техника, старт, повороты – сумма баллов из трех оценок (из 5 баллов)							
а) с помощью одних ног 25м								
б) в полной координации 25м								
Выполнение стартов и поворотов								
Проплывание дистанции 100м, 200м избранным способом плавания	+				+			
Спортивный разряд на избранной дистанции	КМС				КМС			
Плавание 200 м (комплексное плавание)	2,19,00				2,35,00			
800 м кроль на груди	9,10,00				9,56,00			
Плавание 400 м (способ по выбору)	Проплыть всю дистанцию технически правильно							
Интегральная экспертная оценка	Набрать 46 баллов				Набрать 44 балла			

IV. Условия перевода обучающихся

1. Перевод обучающихся в группу следующего года обучения производится решением педагогического совета ДЮСШ и оформляется приказом директора ДЮСШ на основании успешной сдачи контрольно-переводных нормативов по физической подготовке в соответствии с контрольными нормативами.
2. Перевод обучающихся в группу следующего года обучения осуществляется при удовлетворительном общем уровне спортивной подготовленности.

3. Обучающиеся, не выполнившие требования КПН, могут решением педагогического совета ДЮСШ продолжить обучение повторно, но не более одного раза на каждом этапе подготовки. В случае если обучающийся не выполняет соответственные требования, он по решению педагогического совета переводится в спортивно-оздоровительную группу.
4. В случае невыполнения контрольных нормативов по ОФП, СФП, ТП решение о переводе на следующий год обучения принимается на Педагогическом совете с учетом выступления учащихся на соревнованиях в течение учебного года, выполнение разряда.
5. В спорных вопросах о переводе учащихся на следующий этап обучения решающими факторами являются:
 - определяющий тест контрольно-переводных нормативов
 - положительная динамика прироста спортивных результатов (по итогам выступлений на соревнованиях).
6. Тесты могут пересматриваться на Педагогическом совете, не выходя за пределы Программы по плаванию.
7. Результаты контрольных нормативов фиксируются в протоколе тестирования учащихся за подписью комиссии и вносятся в квалификационную книжку спортсмена.
8. Принятые в течение учебного года учащиеся сдают контрольно-переводные нормативы на общих основаниях, по итогам которых происходит зачисление в МБУ ДО «ДЮСШ №6 «Волна».
9. Учащиеся, не сдавшие тестирование, могут пересдать контрольно-переводные нормативы перед началом учебного года с разрешения приемной комиссии.

V.

VI.

VII.

VIII.

IX. Условия приема вновь поступающих в ДЮСШ №6 «Волна»

1. Зачисление в спортивно-оздоровительные группы проводится без вступительных экзаменов.
2. При невозможности зачисления в спортивно-оздоровительные группы всех желающих отбор производится на конкурсной основе по результатам сдачи контрольно-вступительных нормативов.
3. Перечень тестов по ОФП:
 - ✓ Челночный бег 3 x 10м, сек
 - ✓ Прыжок в длину с места, см
 - ✓ Выкрут прямых рук вперед- назад, см
 - ✓ Наклон вперед с возвышения, см
 - ✓ Бросок набивного мяча 1 кг, м
4. Перечень тестов по ТП:
 - ✓ «Звездочка» (определение плавучести)
 - ✓ «Медуза» с задержкой дыхания, сек (определение плавучести)
 - ✓ «Поплавок» с задержкой дыхания, сек (определение плавучести)

- ✓ Выдохи в воду 5 раз, (техника)
- ✓ Умение держаться на воде (15 м любым стилем)

5. Контрольные нормативы для зачисления в спортивно-оздоровительные группы на конкурсной основе

Контрольные нормативы	Мальчики			Девочки		
	3	2	1	3	2	1
Общефизическая подготовка						
Челночный бег 3× 10м; сек.	По лучшему результату					
Бросок набивного мяча 1кг; м	По лучшему результату					
Наклон вперед с возвышения	+	0	-	+	0	-
Выкрут прямых рук вперед-назад	По лучшему результату					
Кистевая динамометрия	+	+	+	+	+	+
Прыжок в длину с места	По лучшему результату					
Техническая подготовка						
«Звездочка»	Определение плавучести (из 5 баллов)					
«Медуза»	Задержка дыхания (из 5 баллов)					
«Поплавок»	Задержка дыхания (из 5 баллов)					
Выдохи в воду, 5 раз	Техника (из 5 баллов)					
Умение держаться на воде (15 м любым стилем)	Из 5 баллов					
Интегральная экспертная оценка	Набрать 22 балла					