|  |  |
| --- | --- |
| **СОГЛАСОВАНО**Тренерским советомПротокол №\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | **УТВЕРЖДАЮ**Директор ГБУ ДО РС (Я) "РСДЮСШОР по лыжному спорту""\_\_\_\_"\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ М.С. Чугунов |

**Положение**

**о порядке зачисления (критерии отбора), перевода и отчисления обучающихся**

**Государственного бюджетного учреждения дополнительного образования Республики Саха Якутия «Республиканская специализированная детско-юношеская спортивная школа олимпийского резерва по лыжному спорту»**

1. **Общие положения**

Настоящее Положение разработано на основании Конвенции «О правах ребенка», Законов РФ «Об образовании», «О физической культуре и спорте, Устава ГБУ ДОРС (Я) «РСДЮСШОР по лыжному спорту», должностной инструкции тренера-преподавателя, Уставом.

Целью настоящего Положения является установления порядка, зачисления, перевода и отчисления учащихся ГБУ ДО РС (Я) «РСДЮСШОР по лыжному спорту».

**2. Зачисление в школу**

**2.1.Зачисление на этап начальной подготовки.**

2.1.1.Зачисление на этап начальной подготовки проводится в соответствии с Уставом школы.

2.1.2.Школа комплектуется из числа обучающихся дошкольных образовательных учреждений, общеобразовательных школ, профтехучилищ, средне-специальных и высших учебных заведений, работающей молодежи.

2.1.3.Основанием для зачисления в школу является: выполнение контрольных нормативов, медицинский допуск для занятия избранным видом спорта (медицинский допуск выдается врачом-педиатром поликлиники, заявление одного из родителей).

2.1.4.Заявление на зачисление ребенка в школу пишется на имя директора школы.

2.1.5. Документы необходимые и обязательные, подлежащие представлению заявителем:

1. Заявление о зачислении;

2. Медицинское заключение о состоянии здоровья с разрешением заниматься избранным видом спорта, выданное муниципальным лечебно-профилактическим учреждением по месту жительства;

3. Документ, удостоверяющий личность\*:

- паспорт ребенка старше 14 лет (копия-1экз.).

\* (паспорт гражданина РФ – стр.2,3 и стр. «Место жительства»; временное удостоверение личности гражданина РФ по форме №2П;

4. Распорядительный документ, об установлении опеки или попечительства над несовершеннолетним (Администрация района города копия-1 экз.));

5. Свидетельство о рождении ребенка, для детей младше 14лет (копия-1экз.);

6. Медицинский полис (копия-1экз.);

7. Страховой полис от несчастного случая (копия-1экз.);

8. СНИЛС (копия-1экз.);

9. Цветную фотографию разм. 35х45 мм. 4 шт.

2.1.6.По факту зачисления ребёнка в школу тренер-преподаватель обязан произвести вводный инструктаж по технике безопасности во время проведения учебно-тренировочных занятий, внеся соответствующие записи в журнал учета групповых занятий.

2.1.7.На этап начальной подготовки принимаются все лица, желающие заниматься спортом и не имеющие медицинских противопоказаний и выполнившие контрольные испытания.

2.1.8.Возраст зачисления детей в спортивную школу на программы спортивной подготовки составляет не моложе 9 лет:

2.1.9.При соблюдении организационно-методических и медицинских требований школа может осуществлять набор детей более раннего возраста (не моложе 7 лет). Условиями данного набора являются:

- наличие письменного заявления одного из родителей (законного представителя) ребенка;

-наличие общеразвивающей программы, в которой изложена методика физического воспитания детей раннего возраста;

2.1.10.Каждый ребёнок имеет право заниматься в нескольких отделениях школы. В этом случае зачисление ребёнка на каждое отделение оформляется отдельным приказом. 2.1.11.Если численный состав групп, по видам спорта, указанных в заявлении на поступление в школу, является максимальным и нет возможности открыть новую спортивную группу, ребёнок может быть зачислен в резерв на зачисление в спортивную группу.

2.1.12.Кандидат на зачисление в спортивную группу имеет право посещать учебно-тренировочные занятия при условии соблюдения норм по технике безопасности во время проведения учебно-тренировочного процесса.

**2.2 3ачисление в школу переводом.**

2.2.1.Зачисление переводом в школу на этап обучения выше начальной подготовки 1-го года обучения из другого образовательного учреждения либо субъекта физкультурно-спортивного движения, осуществляется в соответствии с решением тренерского совета отделения, на котором планируется обучение спортсмена.

2.2.2.Тренерский совет принимает решение о целесообразности зачисления спортсменов на основании подтвержденного стажа занятий, уровня физической и специальной подготовленности, результативности спортивной деятельности, а так же состоянии здоровья спортсмена.

2.2.3.Зачисление переводом осуществляется на основании:

 -договора взаимодействия учреждения с спортивной организацией передающей спортсмена, либо без договора (на усмотрение учреждения);

 -заявление родителей (законных представителей) или личное заявление спортсмена (в возрасте 14 лет и старше с письменного согласия родителей (законных представителей)) о зачислении спортсмена в данное учреждение;

 -медицинский допуск врачебно-физкультурного диспансера;

 -сдачи контрольных нормативов того этапа на который зачисляются спортсмены;

 -протокола сдачи контрольно-переводных нормативов предыдущих этапов подготовки.

2.2.4.Стаж занятия спортсмена определяется в соответствии с личной картой спортсмена, либо зачётной книжкой спортсмена, либо в соответствии с выпиской приказа о зачислении спортсмена в учреждение.

2.2.5.Состояние здоровья спортсмена определяется в соответствии с медицинским заключением выданного учреждением здравоохранения либо врачом общеобразовательной школы. Дальнейшее получение медицинского допуска осуществляется в установленном порядке для каждого этапа обучения.

2.2.6.Результативность спортивной деятельности подтверждается на основании личной карты спортсмена, либо зачётной книжки спортсмена, либо на основании выписок из протокола соревнований.

2.2.7.Уровень физической и специальной подготовленности определяется в соответствии с личной картой спортсмена, либо зачётной книжкой спортсмена с указанием этапа подготовки, либо другого документа подтверждающего уровень физической и специальной подготовки.

2.2.8.Если документ об уровне физической и специальной подготовки не представлен, тренерский совет может обязать спортсмена сдать контрольно-переводные нормативы, соответствующие уровню предполагаемого этапа обучения спортсмена.

2.2.9.Тренерский совет вправе рекомендовать для зачисления переводом спортсмена на основании стажа занятий и результативности спортивной деятельности, в случае если результативность спортивной деятельности признана тренерским советом высокой.

**3. Отчисление учащихся школы**

В соответствии с ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» школа самостоятельно устанавливает порядок и основания отчисления обучающихся.

В соответствии с Конвенцией «О правах ребенка»  тренер-преподаватель и администрация школы несет ответственность за нарушение прав и свобод обучающихся.

Учащийся школы может быть отчислен:

3.1.В связи с окончанием обучения.

3.2.Отчисление в связи с переводом в другое образовательное учреждение.

3.3.Отчисление в связи с не освоением общеразвивающей программы и программы спортивной подготовки.

3.4.В случае ухудшения состояния здоровья на основаниимедицинского заключения.

3.5.В случае отказа от прохождения  медицинского обследования.

3.6.Прекращения занятий по собственной инициативе.

3.7.Грубых и неоднократных нарушений Устава или правил внутреннего распорядка (о чем спортивная школа должна информировать родителей (законных представителей).

3.8.За систематические пропуски занятий по неуважительным причинам.

Отчисление учащихся из школы оформляется приказом.

**3.1. Отчисление в связи с окончанием обучения.**

3.1.1.В связи с окончанием обучения из школы отчисляются выпускники. Выпускниками школы являются учащиеся, прошедшие все этапы подготовки. Выпускникам спортивной школы выдается карта спортсмена с указанием уровня их физических качеств и рекомендациями по дальнейшему спортивному совершенствованию. Кроме того, выпускникам школы выдается диплом об окончании с указанием уровня спортивной подготовки. Прошедшими все этапы обучения считаются воспитанники школы, прозанимавшиеся не менее 1-го года на этапе начальной подготовки и не менее 4-х лет на учебно-тренировочном этапе.

3.1.2.Форма диплома об окончании разрабатывается школой самостоятельно. Выдача дипломов осуществляется на основании приказа учреждения, с записью в книгу учёта выданных дипломов об окончании школы.

**3.2 Отчисление в связи с переводом в другое образовательное учреждение.**

3.2.1.Отчисление в связи с переводом в другое образовательное учреждение осуществляется по инициативе родителей (законных представителей) на основании письменного заявления родителей (законных представителей) и ходатайства образовательного учреждения.

3.2.2.При отчисление в связи с переводом в другое образовательное учреждение ребёнку на руки выдается личная карта спортсмена.

3.2.3.Отчисление производиться на основании приказа учреждения.

**3.3 Отчисление в связи с не освоением программы спортивной подготовки и общеразвивающей программы.**

3.3.1.В случае не освоения обучающимися минимального объема учебно-тренировочных нагрузок, утвержденных индивидуальным планом, решение об отчислении учащихся принимает комиссия по отчислению учащихся (далее КОУ) в соответствии с решением тренерского совета по виду спорта. Выполнение минимального объема учебно-тренировочных нагрузок, утвержденного  индивидуальным планом подтверждается промежуточной аттестацией в виде сдачи контрольных и контрольно-переводных нормативов по общей и специальной физической подготовке. Для перевода учащегося в группу следующего года обучения учитывается так же стаж занятий и показатель спортивной деятельности. Регламент проведения промежуточной аттестации в форме сдачи контрольных и контрольно-переводных нормативов регламентируется Положением о проведении контрольно-переводного экзамена.

Если тренерский совет отделения по виду спорта не видит целесообразным дальнейшее обучение учащегося в группе следующего года обучения в соответствии с результатами промежуточной аттестации, стажем занятия и результатами спортивной деятельности, то данное решение с обоснованием заноситься в протокол заседания тренерского совета.

Если учащийся уже проходил повторный курс обучения на данном году обучения и, тем не менее, не освоил минимального объема учебно-тренировочных нагрузок, утвержденных индивидуальным планом, то КОУ совместно с тренерским советом однозначно принимает решение об отчислении данного учащегося из школы или перевода в оздоровительные группы.

Ходатайство о принятии решения по факту отчисления либо перевода учащегося в оздоровительные группы в КОУ подаёт учебная часть школы. В ходатайстве указывается решение тренерского совета по виду спорта, обоснование данного решения, возможные условия продолжения занятия учащимся в оздоровительной группе.

В случае не освоения обучающимися минимального объема учебно-тренировочных нагрузок, утвержденного индивидуальным планом учащиеся могутбыть оставлены на повторный год бучения.

Ходатайство о принятии решения КОУ по факту предоставления возможности учащемуся прохождения повторного года обучения подаётся учебной частью школы. В ходатайстве указывается решение тренерского совета по виду спорта о предоставлении возможности повторного года обучения для учащегося, обоснование данного решения, возможности повторного обучения, а так же возможность продолжения обучения на спортивно-оздоровительном этапе.

При положительном решении КОУ школы учащемуся предоставляется возможность повторного обучения на данном этапе, что отображается в протоколе заседания педагогического совета школы. Решение утверждается приказом по школе.

При отрицательном решении КОУ школы учащемуся отказывается в возможности: повторного обучения на данном этапе. Данный факт, а так же обоснования по данному факту заноситься в протокол заседания педагогического совета школы.

При отчислении учащегося в случае не освоения минимального объема учебно-тренировочных нагрузок тренеру-преподавателю уменьшается норматив оплаты труда на процент, предусмотренный за работу с данным учащимся.

**3.4.Отчисление в случае ухудшения состояния здоровья на основании медицинского заключения.**

В случае ухудшения состояния здоровья отчисление учащегося производиться на основании медицинского заключения.

В случае если в соответствии с медицинским заключением учащемуся противопоказаны повышенные физические нагрузки соответствующие учебно-тренировочному этапу, этапу спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства, такому учащимся может быть предоставлена возможность продолжить занятия по выбранному виду спорта на спортивно-оздоровительном этапе.

Решение об отчислении учащегося в случае ухудшения состояния здоровья принимается КОУ.

При отчислении учащегося в связи с ухудшением состояния здоровья тренеру-преподавателю сохраняется норматив оплаты труда в процентах от должностного оклада, предусмотренный за работу с данным учащимся.

**3.5 Отчисление в случае отказа от прохождения медицинского обследования**.

Отказ от прохождения медицинского обследования является нарушением Устава школы.

В случае отказа учащегося пройти медицинское обследование тренер-преподаватель обязан уведомить об этом администрацию школы.

Администрация школы обязана оповестить учащегося и (или) родителей учащегося о том, что в указанные сроки он должен пройти медицинское обследование, а результаты медицинского обследования предоставить в администрацию школы. В оповещении так же должно указываться, что с момента получения оповещения учащийся временно не допускается к занятиям в школе, до момента предоставления вадминистрацию школы результатов медицинского обследования. С момента получения достоверного уведомления о получении родителями (законными представителями) учащегося оповещения издается приказ по школе о временном недопущении учащегося к занятиям.

Решение об отчислении учащегося в случае отказа от прохождения медицинского обследования принимается КОУ.

При отчислении учащегося в связи с отказом о прохождении медицинского обследования тренеру-преподавателю норматив оплаты труда уменьшается на процент, предусмотренный за работу с данным учащимся.

**3.6 Отчисление из школы по инициативе учащегося либо его родителей (законных представителей)**

Любой учащийся школы вправе по собственной инициативе, либо по инициативе родителей (законных представителей) прекратить обучение в школе.

Отчисление по инициативе учащегося либо его родителей (законных представителей) осуществляется на основании письменного заявления родителей (законных представителей).

Отчисление по инициативе учащегося либо его родителей (законных представителей) оформляется приказом по школе.

**3.7 Отчисление по причине грубых и неоднократныхнарушений Устава или правил внутреннего распорядка школы**

К грубым нарушением устава или правил внутреннего распорядка школы относятся:

нарушения, вследствие которого возникла (либо могла возникнуть) угроза здоровью или жизни самого учащегося, либо других учащихся;

При совершении нарушения администрация школы обязана востребовать у учащегося письменное объяснение своего поступка.

Поступок, влекущий за собой административное либо уголовное наказание.

Неоднократным нарушением является повторное нарушение устава или правил внутреннего распорядка школы в течение календарного года.

Повторным нарушением может быть признано нарушение при условии, что о первом нарушении Устава или правил внутреннего распорядка школы были поставлены в известность родитель (законные представители) учащегося, а так же предприняты попытки со стороны администрации школы разъяснительной работы с родителями (законными представителями) и проведённая воспитательная работа с учащимся со стороны тренера-преподавателя.

Решение об отчислении учащегося в случае неоднократного грубого нарушения устава или правил внутреннего распорядка школы принимается КОУ.

**3.8** **Отчисление за систематические пропуски** **занятий по неуважительной причине**

Учащийся школы может быть отчислен за систематические пропуски занятий по неуважительной причине. Инициатором отчисления учащегося в этом случае может выступать как администрация школы, так и тренер-преподаватель, непосредственно работающий с данным учащимся.  Отчисление учащегося происходит в соответствии с решением КОУ. Уважительной причиной пропуска занятий является:

пропуск занятий по причине болезни;

пропуск занятий по семейным обстоятельствам.

Систематическими пропусками занятий является:

последовательно пропущенные занятия, согласно утверждённому расписанию для группы, в которой занимается учащийся, в течение не менее 3-х месяцев;

пропуск не менее 50% учебно-тренировочных занятий, согласно утверждённому расписанию для группы, в которой занимается учащийся в течение учебного года за вычетом времени каникул.

При пропуске занятий по болезни учащийся обязан предоставить справку из медицинского учреждения.

При пропуске занятий по семейным обстоятельствам учащийся обязан предоставить заявление от родителей (законных представителей).

Решение об отчислении учащегося в случае систематических пропусков занятий по неуважительной причине принимается КОУ.

**4. Комиссия по отчислению учащихся**

С целью защиты прав учащихся, а так же с целью защиты прав педагогического состава в школе формируется КОУ.

К исключительной компетенции КОУ относиться принятие решения по конфликтному отчислению учащихся из школы. До принятия решения КОУ и издания приказа в соответствии с регламентом, утверждённым настоящим положением, кандидат на отчисления является учащимся школы.

В состав КОУ входит:

- председатель КОУ является директор школы;

- заместитель председателя КОУ является зам. директора по учебно-спортивной работе;

- члены комиссии: врач, старший инструктор методист, старшие тренера по видам спорта, председатель профсоюза школы.

Состав КОУ утверждается приказом по школе.

**5. Передача спортсменов для повышения спортивного мастерства в училище олимпийского резерва, ШВСМ, ЦСП по зимним видам спорта.**

Учащиеся учреждения могут быть направлены для повышения спортивного мастерства в училище олимпийского резерва, ШВСМ, ЦСП по зимним видам спорта только с письменного согласия администрации школы.

В случае направления учащихся школы для повышения спортивного мастерства в училище олимпийского резерва, ШВСМ, ЦСП по зимним видам они не входят в количественный состав  школы, но считаются воспитанниками школы и могут выступать за её команду на спортивных мероприятиях.

За тренером-преподавателем, руководящими работниками и специалистами в течение 4-х лет (олимпийский цикл) с момента передачи спортсмена сохраняется норматив оплаты труда, а так же ранее установленные надбавки (доплаты) за подготовку данного спортсмена.

В случае передачи отдельных учащихся или учебной группы для повышения спортивного мастерства в училище олимпийского резерва, ШВСМ, ЦСП по зимним видам спорта таковые остаются в номенклатуре школы с сохранением группы по оплате труда руководящих работников и специалистов в течение олимпийского цикла.

**6. Перевод спортсмена школы в группу другого тренера по инициативе родителей (законных представителей)**

Перевод спортсмена школы в группу другого тренера по инициативе родителей (законных представителей) происходит с письменного согласия тренера, ранее работающего с данным учащимся.

В случае несогласия тренера, ранее работающего с учащимся на перевод учащегося в группу другого тренера по инициативе родителей (законных представителей), решение родителей (законных представителей) должно иметь существенную мотивацию.

В случае несогласия тренера-преподавателя, ранее работающего с учащимся на перевод учащегося в группу другого тренера-преподавателя по инициативе родителей (законных представителей) либо в случае конфликтной ситуации решение о переводе воспитанника принимается тренерским советом отделения вида спорта, на котором занимался учащийся. В данном  случае тренерский совет обязан принять в учёт мотивацию для перевода, а так же максимально защитить интересы и права ребёнка.

**7. Критерии отбора и перевод спортсменов в группу следующего этапа подготовки.**

1.Перевод обучающихся (в том числе досрочно) в группу следующего года обучения и (или) на следующий этап спортивной подготовки осуществляется решением тренерского совета ГБУ ДО РС (Я)"РСДЮСШОР по лыжному спорту"на основании сдачи контрольно-переводных нормативов (требований Федеральных стандартов спортивной подготовки по избранному виду спорта).

2. Обучающиеся, не выполнившие предъявляемые требования, на следующий год обучения не переводятся, им предоставляется возможность продолжить обучение повторно на этом же этапе либо в СОГе. Данное решение принимается тренерским советом и оформляется приказом Директора.

3. Отдельные обучающиеся, не достигшие установленного возраста для перевода в следующую группу обучения, но выполнившие программные требования предыдущего года обучения или имеют соответствующий уровень подготовки (что подтверждается выполнением разрядных норм) могут переводиться раньше срока решением тренерского совета при наличии разрешения врача (медицинского документа, заключения). Из спортивно-оздоровительной группы обучающиеся могут переводиться в группы начального и тренировочного этапов при выполнении ими условий перевода на данные этапы (года обучения). Перевод осуществляется приказом Директора на основании решения тренерского совета.

4. Перевод обучающихся может производиться от одного тренера к другому тренеру внутри «ГБУ ДО РСДЮСШОР по лыжному спорту», а также с одной программы на другую. Основанием является невыполнение предъявляемых требований к уровню подготовки для перевода на следующий этап подготовки или программу обучения; желание обучающегося. Перевод осуществляется приказом Директора на основании решения тренерского совета и согласия обучающегося.

5. Решения о переводе обучающихся (спортсменов) на следующий год (этап) обучения, о повторном обучении принимаются тренерским советом и оформляются приказами Директора ГБУ ДО РС (Я)"РСДЮСШОР по лыжному спорту".

6. При комплектовании групп допускается не соответствие возраста спортсменов указанного в программах спортивной подготовки по видам спорта (в целях полноценного количественного состава группы), при условии уровня спортивного мастерства не превышающего разницу в три разряда (для начального этапа подготовки не распостраняется) и разницу в возрасте три года.

7. Основанием для перевода с этапа подготовки на следующий этап подготовки, а так же зачислением на этап подготовки является выполнение контрольно-переводных нормативов по общей физической и специальной физической подготовке, технического мастерства, требований ЕВСК не менее 100% **(показатели занимающихся должны соответствовать тому этапу подготовки, на который они переводятся (зачисляются)).**

**8. Условия выполнения нормативов.**

1. Прыжок в длину с места выполняется толчком с двух ног, в зачет идет лучшая из трех попыток.

2. Метание теннисного мячика выполняется с разбега, в зачет идет лучшая из трех попыток.

3. Бега выполняются на равнинном участке (стадион, манеж). Старт производится по сигналу.

4. Кросс выполняется на пересеченной местности. Старт производится по сигналу.

5. Подъем туловища в положения лежа за 30 секунд происходил лежа на гимнастическом мате на спине, руки находятся за головой взятые в "замок", колени согнуты, выполнения упражнения засчитывается при условии касания локтями колен. Допускается удержание (помощь при сдачи норматива) стоп одним из участников тестов.

 6. При подтягивании подбородок должен быть выше перекладины. Хват за перекладину произвольный. Ноги вместе. Раскачивания туловища не допускается. Руки выпрямляются полностью.

7. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (отжимание) выполнение упражнения засчитывается при условии касания грудью теннисного мячика лежащего на полу и полного выпрямления рук. Ноги вместе.

8. Норматив по СФП считается официальным при условии, что к протоколу контрольно-переводных нормативов будут приложены за прошедший зимний сезон: протокол результатов соревнований либо выписка из протокола результатов соревнований заверенная проводящей организацией, или результаты контрольных тренировок.

9. Техническое мастерство определяется демонстрацией имитации лыжных ходов на пологом подъеме с палками и без палок. У биатлонистов добавляется стрельба из положения стоя и лежа.

10. Требование ЕВСК считается выполненным при условии наличия ходатайства для присвоения разряда и приказа подтверждающего данный разряд.

11. Во время приема тренером преподавателем контрольно-переводных нормативов, контрольных нормативов для зачисления в учреждение, процесс сдачи ОФП спортсменами происходит при присутствии комиссии из двух человек (прием нормативов без комиссии считается не действительным). В состав комиссии могут входить директор, зам. директора по учебно-спортивной работе, инструкторы-методисты, старший тренер, тренера преподаватели, тренера преподаватели другого учреждения (ввиду отдаленности филиалов) не менее 2-х человек.

**Нормативы по ОФП и СФП для зачисления в группы на этапах спортивной подготовки**

**по лыжным гонкам**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Вид физ.подготовки** | **Нормативы**  | **Этап начальной подготовки** | **Тренировочный этап**  |
| **ГНП-1** | **ГНП-2** | **ГНП-3** | **УТГ-1** | **УТГ-2** | **УТГ-3** | **УТГ-4** | **УТГ-5** |
| **м** | **д** | **м** | **д** | **м** | **д** | **м** | **д** | **м** | **д** | **м** | **д** | **м** | **д** | **м** | **д** |
| **ОФП** | Прыжок в длину с места (см) | 160 | 155 | 170 | 160 | 180 | 165 | 190 | 167 | 200 | 170 | 210 | 180 | 225 | 190 | 240 | 200 |
| Метание теннисного мяча с места (м) | 18 | 14 | 19 | 15 | 20 | 16 |  |
| Бег 30 м сек. | 5.8 | 6.0 | 5.6 | 5.8 | 5.4 | 5.6 |
| Бег 60 м сек. | 10.7 |  | 10.5 |  | 10.3 |  |  | 10.8 |  | 10.6 |  | 10.3 |  | 10.0 |  | 9.7 |
| Бег 100 м (юн.) |  |  | 15.3 |  | 14.9 |  | 14.5 |  | 13.7 |  | 13.00 |  |
| Бег 800 м (дев.), 1000 м (юн.) мин. сек | 3.45 | 3.35 | 3.35 | 3.20 | 3.25 | 3.10 | 3.20 | 3.00 | 3.10 | 2.45 |
| **СФП** | Классический стиль лыжи | 3 км (мин.сек) |  |  | 14.50 | 15.20 |  | 14.00 |  | 13.00 |  | 12.00 |  | 11.00 |
| 5 км (мин.сек) |  |  | 21.00 |  | 19.00 | 24.00 | 18.00 | 21.00 | 17.00 | 19.00 |
| 10 км (мин.сек) |  |  |  |  |  |  | 44.00 |  | 36.00 |  |
| Свободныйстиль лыжи | 3 км (мин.сек) |  |  |  | 14.30 |  | 13.30 |  | 12.30 |  | 11.30 |  | 10.30 |
| 5 км (мин.сек) | 20.00 |  | 18.00 |  | 17.00 | 23.30 | 16.00 | 21.00 | 15.00 | 18.00 |
| 10 км (мин.сек) |  |  |  |  | 42.00 |  | 38.00 |  | 33.00 |  |
| **Техническое мастерство** | Обязательная техническая программа |  | Зачет/не зачет |
| **Требование ЕВСК** |  | 1-2юн. разряд | 1-2юн. разряд | III Сп. разряд,1 юн. разряд | II-IIIСп. разряд | I-IIСп. разряд |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Вид физ.подготовки** | **Нормативы**  | **Этап совершенствования спортивного****мастерства** | **Этап высшего спортивного мастерства** |
| **м** | **д** | **м** | **д** |
| **ОФП** | Прыжок в длину с места (см) | 250 | 210 | 250 | 210 |
| Бег 100 м. | 13.1 |  | 13.1 |  |
| Бег1000 м (юн.) 800 м (дев.), мин. сек | 3.00 | 2.35 | 3.00 | 2.35 |
| Кросс 3 км (юн.) 2 км (дев) | 10.10 | 8.15 | 10.10 | 8.15 |
| **СФП** | Классический стиль лыжи | 3 км (мин.сек) |  | 10.30 |  | 10.30 |
| 5 км (мин.сек) | 15.40 | 17.40 | 15.40 | 17.40 |
| 10 км (мин.сек) | 32.45 |  | 32.45 |  |
| Свободныйстиль лыжи | 3 км (мин.сек) |  | 9.45 |  | 9.45 |
| 5 км (мин.сек) | 14.45 | 17.00 | 14.45 | 17.00 |
| 10 км (мин.сек) | 30.55 |  | 30.55 |  |
| **Требование ЕВСК** |  | Кандидат в мастера спорта (минимум 4 человека в группе), I сп. разряд | Мастер спорта России, Мастер спорта России международного класса  |
| **Техническое мастерство** | Обязательная техническая программа | Зачет/не зачет |

**ПРОТОКОЛ КОНТРОЛЬНЫХ И КОНТРОЛЬНО-ПЕРЕВОДНЫХ НОРМАТИВОВ (нужное подчеркнуть)**

**для лыжников гонщиков ГБУ ДО РС(Я) "РСДЮСШОР по лыжному спорту" за период \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**для перевода в группу:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Фамилия, имя** | **Пол** | **Тех. мастерство** | **Требование ЕВСК** | **ОФП** | **СФП** | **Отметка о выполнении в %** |
| **Подтягивание** | **Отжима****ние** | **Подъем****туловища****(лежа)** | **Бег** | **Прыжок длину с места****(см)** | **Метание теннисного** **мяча (см**) | **Кросс** | **Лыжи** **КЛ****3 км** | **Лыжи КЛ****5 км** | **Лыжи** **КЛ****10 км** | **Лыжи** **СВ****3 км** | **Лыжи** **СВ** **5 км** | **Лыжи****СВ** **10 км** |
| **30 м** | **60 м** | **100 м** | **800 м** | **1000 м** | **3 км** | **2 км** |
| **1** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **3** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **10** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **11** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **12** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **13** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **14** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **15** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **16** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Тренер-преподаватель\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Подпись:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Дата\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Состав принимающей комиссии (Ф.И.О., должность, дата, подпись)

1.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Нормативы по ОФП и СФП для зачисления в группы на этапах спортивной подготовки**

**по биатлону**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Вид физ.подготовки** | **Нормативы**  | **Этап начальной подготовки** | **Тренировочный этап**  |
| **ГНП-1** | **ГНП-2** | **ГНП-3** | **УТГ-1** | **УТГ-2** | **УТГ-3** | **УТГ-4** | **УТГ-5** |
| **м** | **д** | **м** | **д** | **м** | **д** | **м** | **д** | **м** | **д** | **м** | **д** | **м** | **д** | **м** | **д** |
| **ОФП** | Подъем туловища в положении лежа за 30 сек. | 15 | 10 | 16 | 13 | 18 | 17 | 20 | 20 | 23 | 22 | 26 | 24 | 29 | 26 | 32 | 28 |
| Прыжок в длину с места | 140  | 130 | 150 | 140 | 160 | 150 | 170 | 160 | 175 | 166 | 180 | 172 | 186 | 178 | 193 | 184 |
| Подтягивание на перекладине | 2 |  | 2 |  | 3 |  | 4 | 3 | 5 | 3 | 6 | 4 | 7 | 4 | 7 | 5 |
| Сгибание и разгибание рук в упоре лежа |  | 5 |  | 7 |  | 9 | 15 | 12 | 18 | 13 | 21 | 15 | 24 | 17 | 27 | 19 |
| Бег 60 м (сек) |  |  |  |  |  |  | 10 | 11 | 9.8 | 10.5 | 9.6 | 10.3 | 9.4 | 10.1 | 9.2 | 9.5 |
| Бег 100 м (сек) |  |  |  |  |  |  | 15 |  | 14.55 |  | 14.30 |  | 14.15 |  | 14.00 |  |
| Бег 1000 м (сек) |  |  |  |  |  |  | 4.00 |  | 3.45 |  | 3.30 |  | 3.15 |  | 3.10 |  |
| Бег 500 м (сек) |  |  |  |  |  |  |  | 2.10 |  | 2.05 |  | 2.00 |  | 1.55 |  | 1.50 |
| **СФП** | Свободный стиль лыжная гонка | 2 км (мин.сек) | 14.30 | 15.00 | 14.00 | 14.30 | 13.30 | 14.00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 км (мин.сек) |  |  |  |  |  |  | 16.00 | 21.30 | 15.30 | 21.00 | 15.00 | 20.30 | 14.30 | 20.00 | 14.00 | 19.30 |
| **Техническое мастерство** | Обязательная техническая программа |  | Зачет/не зачет |
| **Требование ЕВСК** |  | 1-2юн. разряд | 1-2юн. разряд | III Сп. разряд,1 юн. разряд | II-IIIСп. разряд | I-IIСп. разряд |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Вид физ.подготовки** | **Нормативы**  | **Этап совершенствования спортивного мастерства** | **Этап высшего спортивного мастерства** |
|
| **м** | **д** | **м** | **д** |
| **ОФП** | Подъем туловища в положении лежа за 30 сек. (раз) | 35 | 30 | 40 | 35 |
| Прыжок в длину с места (см) | 200 | 190 | 220 | 200 |
| Подтягивание на перекладине (раз) | 8 | 6 | 12 | 7 |
| Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз) | 30 | 20 | 40 | 30 |
| Бег 100 м (сек) | 13,5 | 16 | 13.2 | 15 |
| Бег 1000 м (мин.сек) |  | 4.15 |  | 4 |
| Бег 1500 м (мин.сек) | 5.30 |  | 5 |  |
| **СФП** | Свободный стиль лыжная гонка | 5 км (мин.сек) |  | 25.38 |  | 21.00 |
| 10 км (мин.сек) | 41.30 |  | 39.00 |  |
| **Требование ЕВСК** |  | Кандидат в мастера спорта (минимум 2 человека), I сп. разряд | Мастер спорта России, Мастер спорта России международного класса |
| **Техническое мастерство** | Обязательная техническая программа | Зачет/не зачет |

**ПРОТОКОЛ КОНТРОЛЬНЫХ И КОНТРОЛЬНО-ПЕРЕВОДНЫХ НОРМАТИВОВ (нужное подчеркнуть)**

**для биатлонистов ГБУ ДО РС(Я) "РСДЮСШОР по лыжному спорту" за период \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**для перевода в группу:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Фамилия, имя** | **Пол** | **Тех. мастерство** | **Требование ЕВСК** | **ОФП** | **СФП** | **Отметка о выполнении в %** |
| **Подтягивание** | **Отжима****ние** | **Подъем****туловища****(лежа)****30 сек.** | **Бег** | **Прыжок длину с места****(см)** | **Метание теннисного** **мяча (см**) |  | **Лыжи** **СВ****2 км** | **Лыжи** **СВ****3 км** | **Лыжи** **СВ** **5 км** | **Лыжи****СВ** **10 км** |  |  |
| **60 м** | **100 м** | **500 м** | **1000 м** | **1500 м** | **3 км** | **2 км** |
| **1** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **3** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **10** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **11** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **12** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **13** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **14** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **15** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **16** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Тренер-преподаватель\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Подпись:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Дата\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Состав принимающей комиссии (Ф.И.О., должность, дата, подпись)

1.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 2.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_