

Приложение  
к приказу МБУ ДО МОГК СШОР № 3  
от 04.09.23 г. № 145-М  
УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
МБУ ДО МОГК СШОР № 3  
И.А. Корникова-Слонова  
« 04 » 09 20 23 г.

## Положение

о формах, периодичности и порядке текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся в муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования муниципального образования город Краснодар «Спортивная школа олимпийского резерва № 3» имени заслуженного тренера СССР, Почётного гражданина города Краснодар Дубко Виталия Фёдоровича (МБУ ДО МОГК СШОР № 3)

### 1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение о формах, периодичности и порядке текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся в муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования муниципального образования город Краснодар «Спортивная школа олимпийского резерва № 3» имени заслуженного тренера СССР, Почётного гражданина города Краснодар Дубко Виталия Фёдоровича (далее - Положение, Бюджетное учреждение) разработано в соответствии с пунктом 10 части 3 статьи 28, части 1 статьи 58 Федерального закона от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказом Министерства спорта Российской Федерации от 3 августа 2022 года №634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки», федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта культивируемым в Бюджетном учреждении, примерными дополнительными образовательными программами спортивной подготовки по видам спорта, утвержденными приказами Министерства спорта Российской Федерации, Уставом Бюджетного учреждения и на основании решения педагогического совета Бюджетного учреждения.

1.2. Настоящее Положение определяет формы, периодичность, порядок текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки по культивируемым видам спорта (далее – образовательные программы) в Бюджетном учреждении, а также порядок ликвидации академической задолженности.

1.3. Текущий контроль успеваемости и результаты промежуточной аттестации являются частью системы мониторинга качества оценки результатов реализации образовательных программ спортивной подготовки по культивируемым видам спорта в Бюджетном учреждении и отражают динамику индивидуальных достижений обучающихся, в соответствии с планируемыми

результатами прохождения дополнительных образовательных программ по спортивные подготовки по видам спорта применительно к этапам спортивной подготовки.

1.4. В рамках настоящего Положения используются следующие понятия:

Текущий контроль успеваемости – систематический контроль и учёт достижений обучающихся, проводимый в ходе осуществления образовательной деятельности в соответствии с образовательной программой.

Промежуточная аттестация – проводится Бюджетным учреждением не реже одного раза в год и включает в себя оценку уровня подготовленности обучающихся посредством сдачи контрольно-переводных нормативов (испытаний) по оценке соответствия обучающихся требованиям к результатам прохождения на каждом из этапов спортивной подготовки.

1.5. Перенос сроков проведения промежуточной аттестации на следующий спортивный сезон допускается по решению Бюджетного учреждения с учетом принятого решения педагогического совета в случае невозможности её проведения для обучающихся по причине их болезни (временной нетрудоспособности), травмы.

1.6. В случае невыполнения обучающимися требований к результатам прохождения спортивной подготовки применительно к этапам спортивной подготовки вследствие возникновения обстоятельств непреодолимой силы проведение аттестации продлевается на 12 месяцев со дня окончания срока действия таких обстоятельств.

1.7. Внесение изменений и дополнений в настоящее Положение осуществляется по решению педагогического совета и утверждается приказом директора Бюджетного учреждения.

## **2. Формы, периодичность и порядок текущего контроля успеваемости обучающихся**

2.1. Текущий контроль успеваемости – форма педагогического контроля за фактическим уровнем теоретических знаний обучающихся, их практических умений и навыков в период обучения в рамках освоения дополнительных образовательных программ спортивной подготовки по культивируемым видам спорта в Бюджетном учреждении.

2.2. Проведение текущего контроля успеваемости обучающихся в Бюджетном учреждении направлено на обеспечение выстраивания образовательной траектории максимально эффективным образом для выполнения обучающимися требований к результатам освоения образовательных программ.

2.3. Текущий контроль успеваемости обучающихся осуществляется тренером-преподавателем самостоятельно, в зависимости от планирования учебно-тренировочного процесса.

2.4. Периодичность проведения текущего контроля успеваемости обучающихся определяется директором Бюджетного учреждения, но не реже 1 раза в квартал. Проведение текущего контроля успеваемости обучающихся на каждом этапе спортивной подготовки (согласно периоду обучения спортивной

подготовки или году спортивной подготовки) в течение учебно-тренировочного года, осуществляется в соответствии с ежегодным планом проведения текущего контроля успеваемости обучающихся. План проведения текущего контроля успеваемости обучающихся утверждается приказом Бюджетного учреждения, форма которого представлена в приложении 1 к настоящему Положению.

2.5. Текущий контроль успеваемости обучающихся осуществляется форме «зачет – не зачет» по следующим направлениям:

- сдача контрольных нормативов – систематическая проверка достижений обучающихся при сдаче нормативов общей физической и специальной физической подготовки соответствующего этапа спортивной подготовки, предусмотренных образовательной программой;

- учет выполнения и (или) подтверждения уровня спортивной квалификации обучающихся (выполнение спортивных разрядов, спортивных званий), соответствующего этапа спортивной подготовки (согласно периоду обучения спортивной подготовки или году спортивной подготовки);

- учет участия в спортивных соревнованиях, предусмотренных образовательной программой;

- тестирование по видам подготовки, не связанные с физическими нагрузками, теории и методике физической культуры и спорта и др.

2.6. Результаты текущего контроля успеваемости каждого обучающегося фиксируются тренером-преподавателем в протоколе, форма которого утверждена приложение 2 к настоящему Положению.

### **3. Формы, периодичность и порядок проведения промежуточной аттестации обучающихся**

3.1. Промежуточная аттестация обучающихся осуществляется в целях оценки уровня подготовленности обучающихся посредством сдачи контрольно-переводных нормативов по видам спортивной подготовки на каждом этапе спортивной подготовки (согласно периоду обучения спортивной подготовки или году спортивной подготовки), которые предоставлены приложением 3 к настоящему Положению.

3.2. Промежуточная аттестация обучающихся проводится для всех обучающихся, реализующих образовательную программу спортивной подготовки по культивируемым видам спорта в Бюджетном учреждении, на следующих этапах спортивной подготовки:

- этапе начальной подготовки: период обучения спортивной подготовки (год спортивной подготовки): до года обучения, свыше года обучения;

- учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации): период обучения спортивной подготовки (год спортивной подготовки): до трех лет, свыше трех лет;

- этапе совершенствования спортивного мастерства: период обучения спортивной подготовки (год спортивной подготовки): не ограничивается срок реализации спортивной подготовки;

- этапе высшего спортивного мастерства: период обучения спортивной подготовки (год спортивной подготовки): не ограничивается срок реализации

спортивной подготовки.

3.3. Перевод обучающихся по образовательным программам на следующий период обучения (учебный год) осуществляется при условии соответствия результатов промежуточной аттестации требованиям, установленным образовательными программами, с учетом результатов выступления, обучающихся на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта (спортивной дисциплине).

3.4. Требования к проведению промежуточной аттестации обучающихся на каждом этапе спортивной подготовки (согласно периоду обучения спортивной подготовки или году спортивной подготовки) включают:

3.4.1. на этапе начальной подготовки:

- период обучения спортивной подготовки (год спортивной подготовки) до года обучения, свыше года обучения – выполнение контрольно-переводных нормативов общей физической и специальной физической подготовки;

3.4.2. на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):

- период обучения спортивной подготовки (год спортивной подготовки) до трех лет – выполнение контрольно-переводных нормативов общей физической, специальной физической подготовки и выполнения соревновательной деятельности и выполнения уровня спортивной квалификации согласно этапу подготовки («третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд»).

- период обучения спортивной подготовки (год спортивной подготовки) свыше трех лет – выполнение контрольно-переводных нормативов общей физической и специальной физической подготовки, выполнения соревновательной деятельности и выполнения уровня спортивной квалификации согласно этапу («третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»).

3.4.3. на этапе совершенствования спортивного мастерства; - период обучения спортивной подготовки (год спортивной подготовки) – не ограничивается срок реализации спортивной подготовки – выполнение контрольно-переводных нормативов общей физической и специальной физической подготовки, выполнения соревновательной деятельности, согласно этапа подготовки и выполнение (подтверждение) спортивного разряда «кандидат в мастера спорта»;

3.4.4. на этапе высшего спортивного мастерства; - период обучения спортивной подготовки (год спортивной подготовки) – не ограничивается срок реализации спортивной подготовки - выполнение контрольно-переводных нормативов общей физической и специальной физической подготовки, выполнения соревновательной деятельности, согласно этапа подготовки и спортивного звания «Мастер спорта России».

3.5. Контрольно-переводные нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровни спортивной квалификации (спортивные разряды, спортивные звания) для этапов спортивной подготовки по периодам обучения спортивной подготовки (годам спортивной подготовки) утверждены локальными нормативными актами Бюджетного учреждения.

3.6. Промежуточная аттестация обучающихся осуществляется тренером-

преподавателем один раз в год по итогам учебно-тренировочного года в форме: - зачет – удовлетворительный результат; - не зачет – неудовлетворительный результат. Сроки сдачи контрольно-переводных нормативов по общей физической и специальной физической подготовке на каждом этапе спортивной подготовки (согласно периоду обучения спортивной подготовки или году спортивной подготовки) – ноябрь-декабрь месяц. Выполнение уровня спортивной квалификации (спортивные разряды, спортивные звания) на каждом этапе спортивной подготовки (согласно периоду обучения спортивной подготовки или году спортивной подготовки) осуществляется с января по декабрь месяц учебно-тренировочного года обучения, в соответствии с требованиями общеобразовательными программами спортивной подготовки по культивируемым видам спорта в Бюджетном учреждении к участию лиц, проходящих спортивную подготовку и лиц ее осуществляющих, в спортивных соревнованиях, а также согласно нормам и требованиям, предусмотренными Единой всероссийской спортивной классификацией, необходимых для присвоения соответствующих спортивных званий и спортивных разрядов по культивируемым видам спорта в Бюджетном учреждении.

3.7. Для проведения промежуточной аттестации обучающихся в Бюджетном учреждении создается аттестационная комиссия, состав которой утверждается приказом директора. В состав аттестационной комиссии входит не менее 3 (трех) человек, в том числе: ответственное лицо за образовательную деятельность (заместитель директора), (старший) тренер преподаватель по виду спорта (спортивной дисциплине), (старший) инструктор-методист. Возможно включение в состав аттестационной комиссии представителя департамента по физической культуре и спорту администрации муниципального образования город Краснодар (по согласованию).

3.8. Результаты промежуточной аттестации обучающихся оформляются: - протоколом – при сдаче контрольно-переводных нормативов общей физической и специальной физической подготовки на каждом этапе спортивной подготовки (согласно периоду обучения спортивной подготовки или году спортивной подготовки);

- протоколами спортивных соревнований – подтверждающие выполнение уровня спортивной квалификации (спортивный разряд, спортивное звание) на этапах спортивной подготовки (согласно периоду обучения спортивной подготовки или году спортивной подготовки).

- приказами о присвоении спортивного разряда, спортивного звания обучающимся.

3.9. Протоколы сдачи промежуточной аттестации обучающихся заполняются в АИС «Мой спорт» с последующей их выгрузкой и распечаткой на бумажном носителе для рассмотрения аттестационной комиссии.

3.10. В случае невозможности проведения промежуточной аттестации для обучающегося по причине его болезни (временной нетрудоспособности), травмы, допускается перенос сроков её проведения на следующий спортивный сезон при предъявлении справки о болезни (временной нетрудоспособности) по решению педагогического совета Бюджетного учреждения.

Новый срок проведения промежуточной аттестации определяется

приказом директора Бюджетного учреждения с учетом годового учебно-тренировочного плана на основании заявления обучающегося или родителей (законных представителей) несовершеннолетнего обучающегося.

3.11. На основании удовлетворительного результата (зачета) промежуточной аттестации обучающихся осуществляется перевод обучающихся на следующий этап спортивной подготовки или год этапа спортивной подготовки.

3.12. Неудовлетворительные результаты (незачет) промежуточной аттестации по одному из требований, предусмотренных пунктом 3.4 настоящего Положения для каждого этапа спортивной подготовки (согласно периоду обучения спортивной подготовки или году спортивной подготовки), или не прохождения промежуточной аттестации по уважительным причинам признаются академической задолженностью.

3.13. Обучающиеся, имеющие академическую задолженность, вправе пройти промежуточную аттестацию не более двух раз в сроки, определяемые Бюджетным учреждением, в пределах одного года с момента образования академической задолженности. В указанный период не включается время болезни обучающегося.

3.14. При проведении промежуточной аттестации во второй раз Бюджетным учреждением создается комиссия, состав которой утверждается приказом директора Бюджетного учреждения.

3.15. Обучающиеся, не сдавшие промежуточную аттестацию по уважительным причинам или имеющие академическую задолженность, переводятся на следующий год этапа спортивной подготовки условно.

3.16. Обучающиеся обязаны ликвидировать академическую задолженность в установленные Бюджетным учреждением сроки.

3.17. Обучающиеся, не ликвидировавшие в установленные сроки академической задолженности с момента ее образования, по решению педагогического совета Бюджетного учреждения отчисляются из Бюджетного учреждения.

3.18. Бюджетному учреждению не допускается взимание платы с обучающихся за прохождение промежуточной аттестации.

#### **4. Текущий контроль**

4.1. Освоение образовательных программ, в том числе отдельной её части или всего объема содержания программного материала, дисциплины или раздела, сопровождается текущим контролем и промежуточной аттестацией обучающихся, которые являются составляющими системы контроля за качеством освоения обучающимися образовательных программ по культивируемым видам спорта в Бюджетном учреждении.

4.2. Целью текущего контроля успеваемости обучающихся является повышение эффективности учебно-тренировочного процесса и достижение высокого уровня освоения обучающимися образовательных программ спортивной подготовки по культивируемым видам спорта в Бюджетном учреждении.

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

- уровня общей физической подготовленности обучающихся;
- уровня специальной физической подготовленности обучающихся;
- показателя учебно-тренировочной и соревновательной деятельности;
- выявление задатков юных спортсменов, и индивидуальных возможностей в избранном виде спорта;
- определение эффективности методов подготовки обучающихся.

4.4. В течение учебного года Бюджетное учреждение организует текущий контроль посещаемости обучающимися учебно-тренировочных занятий, и состояние здоровья обучающихся по результатам прохождения ежегодного углубленного осмотра.

4.5. В течение учебно-тренировочного года Бюджетное учреждение ведёт учёт соревновательной деятельности обучающихся с нарастающим итогом на конец года, учёт присвоения спортивных разрядов и спортивных званий в целях определения результативности соревновательной деятельности обучающихся и выполнения требований образовательных программ.

## **5. Промежуточная аттестация**

5.1. Оценка результатов освоения образовательных программ сопровождается аттестацией обучающихся, проводимой Бюджетным учреждением, на основе разработанных комплексов контрольных упражнений, перечня тестов и (или) вопросов по видам подготовки, не связанными с физическими нагрузками (далее – тесты), а также с учетом результатов участия, обучающихся в спортивных соревнованиях и достижения ими соответствующего уровня спортивной квалификации.

5.2. Задачи промежуточной аттестации обучающихся:

- определение уровня подготовленности обучающихся по базовым предметным областям образовательных программ (общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка);
- осуществление контроля выполнения требований к результатам прохождения образовательных программ по культивируемым видам спорта в Бюджетном учреждении для перевода на следующий этап спортивной подготовки;
- определение необходимости внесения коррективов в содержание и методику образовательной деятельности и учебно-тренировочного процесса.

5.3. Промежуточная аттестация должна осуществляться на основе принципов объективности и беспристрастности.

5.4. Промежуточная аттестация проводится в конце учебно-тренировочного года и является критерием для перевода обучающихся на очередной учебный год (год спортивной подготовки) внутри многолетней спортивной подготовки (например: с этапа начальной подготовки первого года обучения на этап начальной подготовки второго года обучения).

5.5. Итоговая аттестация проводится в конце учебно-тренировочного года и является критерием для перевода обучающихся на очередной этап спортивной

подготовки (например: при переходе обучающихся с этапа начальной подготовки второго года обучения на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) первого года обучения).

5.6. Для оценки уровня подготовки обучающихся по видам подготовки, связанными с физическими нагрузками, организуется работа комиссии по приёму контрольно-переводных нормативов общей физической и специальной физической подготовки.

5.7. Оценка уровня подготовки обучающихся по видам подготовки, не связанным с физическими нагрузками, осуществляется по зачетной системе в форме устных опросов с фиксацией результатов в опросном листе. Количество верных ответов для получения оценки «зачет» по видам подготовки, не связанным с физическими нагрузками, устанавливается приказом директора Бюджетного учреждения и доводится до сведения обучающихся не позднее чем за неделю до проведения аттестации.

5.8. Перечень тестов и (или) вопросов по видам подготовки, не связанным с физическими нагрузками, утверждается приказом директора Бюджетного учреждения до начала проведения аттестации за две недели до начала проведения аттестации и охватывает следующие направления:

- история избранного вида спорта;
- правила вида спорта;
- вопросы инструкторской и судейской практики;
- вопросы антидопингового обеспечения;
- техника безопасности.

## **6. Заключительные положения**

6.1. Настоящее Положение является локальным нормативным актом Бюджетного учреждения, принято в порядке, предусмотренном Уставом Бюджетного учреждения, вступает в силу с даты его утверждения приказом директора Бюджетного учреждения и действует бессрочно.

6.2. Все изменения и (или) дополнения, вносимые в настоящее Положение, оформляются в письменной форме, принимаются с учётом мнения педагогического совета в порядке, предусмотренном Уставом Бюджетного учреждения для принятия Положения, и вступают в силу с даты утверждения директором Бюджетного учреждения.

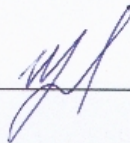
6.3. После принятия Положения в новой редакции (или изменений и дополнений в Положение) предыдущая редакция автоматически утрачивает силу.

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

6.5. Настоящее Положение подлежит размещению на официальном сайте Бюджетного учреждения в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

Подготовлено:

Заместитель директора \_\_\_\_\_ А.В. Шухалова





Приложение 1  
к Положению о формах, периодичности и порядке  
текущего контроля успеваемости, в  
промежуточной аттестации обучающихся  
МБУ ДО МОГК СШОР № 3

Рекомендуемая форма  
ПЛАН

проведения текущего контроля успеваемости обучающихся в \_\_\_\_\_ году

№ п/п	Фамилия, имя, отчество тренера-преподавателя	Наименование у тренера- преподавателя группы этапа спортивной подготовки, в которой осуществляется текущий контроль успеваемости обучающихся	Место проведения текущего контроля успеваемости обучающихся тренером- преподавателем в соответствии с расписанием учебно- тренировочных занятий	Цель и основание проведения текущего контроля успеваемости обучающихся	Периодичность проведения текущего контроля успеваемости обучающихся
1		3	4	5	6
1		Группа № УТЭ	г. Краснодар, ул. пр-т Чекистов 31/1	Цель: Систематическая проверка достигений обучающихся, в соответствии с планируемыми результатами прохождения спортивной подготовки, проводимая тренером-преподавателем, в ходе осуществления учебно- тренировочного процесса Основание: Положение о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся в МБУ ДО МОГК СШОР № 3 от _____ № _____	Март месяц Июнь месяц Сентябрь месяц

Приложение 2  
к Положению о формах, периодичности и порядке  
текущего контроля успеваемости,  
промежуточной аттестации обучающихся  
МБУ ДО МОГК СШОР № 3

Рекомендуемая форма № 1  
Протокол

результатов текущего контроля успеваемости, обучающихся этапа начальной подготовки  
до года обучения, свыше года обучения,  
тренер-преподаватель \_\_\_\_\_

№ п/п	ФИО обучающегося	Контрольные нормативы*		Уровень спортивной квалификации**	Участие в спортивных соревнованиях***				
		Нормативы ОФП (зачет, не зачет)	Нормативы СФП (зачет, не зачет)		Контрольные (штук)	Огборочные (штук)	Основные (штук)		

Примечание:

\*Контрольные нормативы - Нормативы по ОФП и СФП тренер-преподаватель выбирает выборочно в соответствии с реализуемой  
дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по избранному виду спорта (спортивной дисциплине).

\*\*Уровень спортивной квалификации – указывается спортивный разряд (спортивное звание) на момент проведения текущего контроля.

\*\*\*Участие в спортивных соревнованиях – указывается количество соревнований, в которых принял участие обучающийся, на момент  
проведения текущего контроля.

Провел: Тренер-преподаватель \_\_\_\_\_  
Дата проведения \_\_\_\_\_

Рекомендуемая форма № 2

Протокол результатов текущего контроля успеваемости обучающихся учебно-тренировочного этапа (этап спортивной специализации) до трех лет обучения, свыше трех лет обучения, тренер-преподаватель \_\_\_\_\_ срок прохождения \_\_\_\_\_

№ п/п	ФИО обучающегося	Контрольные нормативы*		Уровень спортивной квалификации**		Участие в спортивных соревнованиях***		
		Нормативы ОФП (зачет, не зачет)	Нормативы СФП (зачет, не зачет)	До трех лет обучения (спортивный разряд)	Свыше трех лет обучения (спортивный разряд)	Контрольные (штук)	Отборочные (штук)	Основные (штук)

Примечание:

\*Контрольные нормативы - Нормативы по ОФП и СФП тренер-преподаватель выбирает выборочно в соответствии с реализуемой дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по избранному виду спорта (спортивной дисциплине).

\*\*Уровень спортивной квалификации – указывается спортивный разряд (спортивное звание) на момент проведения текущего контроля.

\*\*\*Участие в спортивных соревнованиях – указывается количество соревнований, в которых принял участие обучающийся, на момент проведения текущего контроля.

Провел: Тренер-преподаватель \_\_\_\_\_

Дата проведения \_\_\_\_\_

Рекомендуемая форма № 3

Протокол результатов текущего контроля успеваемости обучающихся  
этапа совершенствования спортивного мастерства,  
тренер-преподаватель \_\_\_\_\_  
срок прохождения \_\_\_\_\_

№ п/п	ФИО обучающегося	Контрольные нормативы*		Уровень спортивной квалификации**		Участие в спортивных соревнованиях***		
		Нормативы ОФП (зачет, не зачет)	Нормативы СФП (зачет, не зачет)	Выполнение КМС	Подтверждение КМС	Контрольные (штук)	Отборочные (штук)	Основные (штук)

Примечание:

\*Контрольные нормативы - Нормативы по ОФП и СФП тренер-преподаватель выбирает выборочно в соответствии с реализуемой дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по избранному виду спорта (спортивной дисциплине).

\*\*Уровень спортивной квалификации – указывается спортивный разряд (спортивное звание) на момент проведения текущего контроля.

\*\*\*Участие в спортивных соревнованиях – указывается количество соревнований, в которых принял участие обучающийся, на момент проведения текущего контроля.

Провел: Тренер-преподаватель \_\_\_\_\_  
Дата проведения \_\_\_\_\_

Рекомендуемая форма № 4

Протокол результатов текущего контроля успеваемости обучающихся этапа высшего спортивного мастерства,  
 тренер-преподаватель \_\_\_\_\_  
 срок прохождения \_\_\_\_\_

№ п/п	ФИО обучающегося	Контрольные нормативы*			Уровень спортивной квалификации**		Участие в спортивных соревнованиях***			
		Нормативы ОФП (зачет, не зачет)	Нормативы СФП (зачет, не зачет)	Нормативы СФП (зачет, не зачет)	Выполнение МС	Подтверждение МС	Контрольные (штук)	Отборочные (штук)	Основные (штук)	

Примечание:

\*Контрольные нормативы - Нормативы по ОФП и СФП тренер-преподаватель выбирает выборочно в соответствии с реализуемой дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по избранному виду спорта (спортивной дисциплине).

\*\*Уровень спортивной квалификации – указывается спортивный разряд (спортивное звание) на момент проведения текущего контроля.

\*\*\*Участие в спортивных соревнованиях – указывается количество соревнований, в которых принял участие обучающийся, на момент проведения текущего контроля.

Провел: Тренер-преподаватель \_\_\_\_\_  
 Дата проведения \_\_\_\_\_

Приложение 3  
к Положению о формах, периодичности и порядке  
текущего контроля успеваемости,  
промежуточной аттестации обучающихся  
МБУ ДО МОГК СШОР № 3

1. Требования к выполнению контрольно-переводных нормативов по общей физической физической и специальной физической подготовки на этапе начальной подготовки по виду спорта «прыжки на батуте»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения			Норматив свыше года обучения			Баллы	
			мальчики	девочки	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки	
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>										
1.1.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	10,6	10,0	не более	10,4	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет	
1.2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	105	120	не менее	115	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет	
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	4	10	не менее	6	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет	
1.4.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	3		не менее		16. – зачет 06. – не зачет		
1.5.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	4		не менее	6	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет	
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>										
2.1.	Напрыгивание на возвышение высотой 30 см за 30 с	количество раз	не менее	5		не менее	8	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет	

2.2.	Упражнение «мост». Из положения лежа на спине, согнув ноги в коленях и руки в локтях, опереться в пол. Осуществить подъем тела вверх, выгнув спину. Расстояние от стоп до пальцев рук – 40 см. Зафиксировать положение	с	не менее 5	не менее 6	1б. – зачет 0б. – не зачет	1б. – зачет 0б. – не зачет
2.3.	Подъем ног из виса на гимнастической перекладине в положение «угол»	количество раз	не менее 4	не менее 5	1б. – зачет 0б. – не зачет	1б. – зачет 0б. – не зачет
2.4.	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами. Кисти рук на линии стоп. Фиксация положения	с	не менее 3	не менее 5	1б. – зачет 0б. – не зачет	1б. – зачет 0б. – не зачет
2.5.	Продольный шпагат на полу (расстояние от пола до бедер)	см	не более 15	не более 15	1б. – зачет 0б. – не зачет	1б. – зачет 0б. – не зачет

\*Переводной балл – 9 баллов, при условии выполнения всех нормативов по каждому виду подготовки, не ниже установленного в ФССП.

1.1. Требования к выполнению контрольно-переводных нормативов по общей физической и специальной физической подготовки на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) по виду спорта «прыжки на батуте»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив		Баллы	
			юноши	девушки	юноши	девушки
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>						
1.1.	Челночный бег 3x10 м	с	9,8 не более	9,7	16. – зачет Об. – не зачет	16. – зачет Об. – не зачет
1.2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	125 не менее	120	16. – зачет Об. – не зачет	16. – зачет Об. – не зачет
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	12 не менее	8	16. – зачет Об. – не зачет	16. – зачет Об. – не зачет
1.4.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	4 не менее	-	16. – зачет Об. – не зачет	
1.5.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	- не более	9		16. – зачет Об. – не зачет
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>						
2.1.	Напрыгивание на возвышение высотой 30 см за 30 с	количество раз	15 не менее		16. – зачет Об. – не зачет	16. – зачет Об. – не зачет
2.2.	Упражнение «мост». Из положения лежа на спине, согнув ноги в коленях и руки в локтях, опереться в пол. Осуществить подъем тела вверх, выпнув спину. Учитывается расстояние от стоп до пальцев рук. Зафиксировать положение	см	45 не менее	40	16. – зачет Об. – не зачет	16. – зачет Об. – не зачет



2.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре на параллельных гимнастических скамьях	количество раз	не менее		16. – зачет 06. – не зачет
			5	-	
2.4.	Сгибание разгибание рук в упоре на параллельных гимнастических скамьях, ноги на полу	количество раз	не менее		16. – зачет 06. – не зачет
			-	5	
2.5.	Продольный шпагат на полу (учитывается расстояние от пола до бедер)	см	не более		16. – зачет 06. – не зачет
			10		
2.6.	Подъем ног из виса на гимнастической перекладине в положении «угол»	количество раз	не менее		16. – зачет 06. – не зачет
			15	14	

### 3. Уровень спортивной квалификации

3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	спортивные разряды - "третий юношеский спортивный разряд", "второй юношеский спортивный разряд", "первый юношеский спортивный разряд"	Ие	Ие	Ие устанавливается
3.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)	спортивные разряды – "третий спортивный разряд", "второй спортивный разряд", "первый спортивный разряд"	Ие	Ие	Ие устанавливается

\*Переводной балл - 9 баллов, при условии выполнения всех нормативов по каждому виду подготовки, не ниже установленного в ФССП и выполнения уровня спортивной квалификации, согласно этапа подготовки.

1.2. Требования к выполнению контрольно-переводных нормативов по общей физической и специальной физической подготовки на этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «прыжки на батуте»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив		Баллы	
			юниоры	юниорки	юниоры	юниорки
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>						
1.1.	Челночный бег 5x10 м	с	не более 14	не более 14,5	16. – зачет Об. – не зачет	16. – зачет Об. – не зачет
1.2.	Прыжок в длину с места	см	не менее 200	не менее 175	16. – зачет Об. – не зачет	16. – зачет Об. – не зачет
1.3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее 10	не менее 4	16. – зачет Об. – не зачет	16. – зачет Об. – не зачет
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>						
2.1.	Напрыгивание на возвышение высотой 50 см 60 раз	с	не более 70	не более 70	16. – зачет Об. – не зачет	16. – зачет Об. – не зачет
2.2.	Упражнение «складка». Исходное положение – сидя на полу, ноги вместе, руки вперед, наклонить туловище вниз. Учитывается расстояние от пола до плеч	см	не более 10	не более 10	16. – зачет Об. – не зачет	16. – зачет Об. – не зачет
2.3.	Сгибание разгибание рук в упоре на параллельных гимнастических скамьях, ноги на полу	количество раз	не менее 20	не менее 7	16. – зачет Об. – не зачет	16. – зачет Об. – не зачет
2.4.	Из виса на гимнастической перекладине подъем ног до касания перекладины	количество раз	не менее 6	не менее 4	16. – зачет Об. – не зачет	16. – зачет Об. – не зачет

3. Уровень спортивной квалификации		
3.1.	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»	Не устанавливается
		Не устанавливается

\*Переводной балл - 7 баллов, при условии выполнения всех нормативов по каждому виду подготовки, не ниже установленного в ФССП и выполнения уровня спортивной квалификации, согласно этапа подготовки.

1.3. Требования к выполнению контрольно-переводных нормативов по общей физической и специальной физической подготовки на этап высшего спортивного мастерства по виду спорта «прыжки на батуте»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив		Баллы	
			мужчины	женщины	мужчины	женщины
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>						
1.1.	Челночный бег 5x10 м	с	13	14	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
1.2.	Прыжок в длину с места	см	200	175	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
1.3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	11	4	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>						
2.1.	Напрыгивание на возвышение высотой 50 см 60 раз	с	не более 65		16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
2.2.	Упражнение «складка». Исходное положение – сидя на полу, ноги вместе, руки вперед,	см	не более 10		16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет

	наклопить туловище вниз. Учитывается расстояние от пола до плеч					
2.3.	Сгибание разгибание рук в упоре на параллельных гимнастических скамьях, ноги на полу	количество раз	не менее	10	16. – зачет Об. – не зачет	16. – зачет Об. – не зачет
2.4.	Из виса на гимнастической перекладине подьем ног до касания перекладины	количество раз	не менее	6	16. – зачет Об. – не зачет	16. – зачет Об. – не зачет
<b>3. Уровень спортивной квалификации</b>						
3.1.	Спортивное звание "мастер спорта России"			Не устанавливается	Не устанавливается	Не устанавливается

\*Переводной балл - 7 баллов, при условии выполнения всех нормативов по каждому виду подготовки, не ниже установленного в ФССП и выполнения уровня спортивной квалификации, согласно этапа подготовки.

2. Требования к выполнению контрольно-переводных нормативов по общей физической и специальной физической подготовки на этап начальной подготовки по виду спорта «триатлон»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения				Норматив свыше года обучения		Баллы	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>										
1.1.	Бег на 30 м	с	не более		не более					
			6,9	7,1	6,2	6,4	16. – зачет Об. – не зачет	16. – зачет Об. – не зачет		
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее					
			7	4	10	5	16. – зачет Об. – не зачет	16. – зачет Об. – не зачет		
1.3.	Бег 1000 м	мин, с	не более		не более					

			7.10	7.35	6.10	6.30	16. – зачет Об. – не зачет	16. – зачет Об. – не зачет
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее 110	не менее 105	не менее 130	120	16. – зачет Об. – не зачет	16. – зачет Об. – не зачет
			-	4	-	6	16. – зачет Об. – не зачет	16. – зачет Об. – не зачет
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>								
2.1.	Приседания (за 15 с)	количество раз	не менее 5	не менее 6	не менее 8	7	16. – зачет Об. – не зачет	16. – зачет Об. – не зачет
2.2.	Выкрут прямых рук вперед-назад. Ширина хвата	см	не более -	не более -	не более 70	65	16. – зачет Об. – не зачет	16. – зачет Об. – не зачет
2.3.	Плавание 100 м	мин, с	не более -	не более -	не более 2.00	2.10	16. – зачет Об. – не зачет	16. – зачет Об. – не зачет

\*Переводной балл – до года обучения 5 баллов для мальчиков и 6 баллов для девочек, свыше года обучения 7 баллов для мальчиков и 8 баллов для девочек при условии выполнения всех нормативов по каждому виду подготовки, не ниже установленного в ФССП.

2.1. Требования к выполнению контрольно-переводных нормативов по общей физической и специальной физической подготовки на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) по виду спорта «триатлон»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив		Баллы	
			юноши	девушки	юноши	девушки
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>						
1.1.	Бег на 60 м	с	10,9	не более 11,3	16. – зачет Об. – не зачет	16. – зачет Об. – не зачет

1.2.	Бег на 2000 м	мин, с	не более 10.2	12.10	16. – зачет об. – не зачет	16. – зачет об. – не зачет	
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее 13	7	16. – зачет об. – не зачет	16. – зачет об. – не зачет	
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее 150	135	16. – зачет об. – не зачет	16. – зачет об. – не зачет	
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>							
2.1.	Плавание 200 м	мин, с	не более 3.50	4.10	16. – зачет об. – не зачет	16. – зачет об. – не зачет	
2.2.	Выкрут прямых рук вперед-назад, Ширина хвата	см	не более 65	60	16. – зачет об. – не зачет	16. – зачет об. – не зачет	
<b>3. Уровень спортивной квалификации</b>							
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)		спортивные разряды – "третий юношеский спортивный разряд", "второй юношеский спортивный разряд", "первый юношеский спортивный разряд"		Не устанавливается	Не устанавливается	
3.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)		спортивные разряды – "третий спортивный разряд", "второй спортивный разряд", "первый спортивный разряд"		Не устанавливается	Не устанавливается	

\*Переводной балл - 6 баллов, при условии выполнения всех нормативов по каждому виду подготовки, не ниже установленного в ФССП и выполнения уровня спортивной квалификации, согласно этапа подготовки.

2.2. Требования к выполнению контрольно-переводных нормативов по общей физической и специальной физической подготовки на этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «триатлон»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив		Баллы	
			юниоры	юниорки	юниоры	юниорки
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>						
1.1.	Бег на 60 м	с	не более 9,6	не более 10,6	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
1.2.	Бег на 2000 м	мин, с	не болес 8.00	не болес 9.00	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее 24	не менее 10	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее 190	не менее 160	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>						
2.1.	Плавание 300 м	мин, с	не более 4.30	не более 4.50	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
2.2.	Выкрут прямых рук вперед-назад. Ширина хвата	см	не болес 65	не болес 60	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
<b>3. Уровень спортивной квалификации</b>						
3.1.	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»				Не устанавливается	Не устанавливается

\*Переводной балл - 6 баллов, при условии выполнения всех нормативов по каждому виду подготовки, не ниже установленного в ФССП и выполнения уровня спортивной квалификации, согласно этапа подготовки.

2.3. Требования к выполнению контрольно-переводных нормативов по общей физической и специальной физической подготовки на этап высшего спортивного мастерства по виду спорта «триатлон»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив		Баллы	
			мужчины	женщины	мужчины	женщины
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>						
1.1.	Бег на 60 м	с	не более		16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
1.2.	Бег на 2000 м	мин, с	не более		16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>						
2.1.	Плавание 300 м	мин, с	не более		16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
2.2.	Выкрут прямых рук вперед-назад. Ширина хвата	см	не более		16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
<b>3. Уровень спортивной квалификации</b>						
3.1.	Спортивное звание "мастер спорта России"				Не устанавливается	Не устанавливается

\*Переводной балл - 6 баллов, при условии выполнения всех нормативов по каждому виду подготовки, не ниже установленного в ФССП и выполнения уровня спортивной квалификации, согласно этапа подготовки.



3. Требования к выполнению контрольно-переводных нормативов по общей физической и специальной физической подготовки на этап начальной подготовки по виду спорта «полагион»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив		Баллы	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>						
1.1.	Бег на 30 м	с	не более 6,2	6,4	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее 10	5	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
1.3.	Челночный бег 3x10 м	с	не более 9,6	9,9	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
1.4.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 30 с)	количество раз	не менее 13	10	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее 130	120	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>						
2.1.	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу (коснуться пола пальцами рук)	количество раз	не менее 1		16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
2.2.	Бег 500 м	мин, с	не более 2.35	2.50	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет

\*Переводной балл - 7 баллов, при условии выполнения всех нормативов по каждому виду подготовки, не ниже установленного в ФССП и выполнения уровня спортивной квалификации, согласно этапа подготовки.

3.1. Требования к выполнению контрольно-переводных нормативов по общей физической и специальной физической подготовки на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) по виду спорта «полиатлон»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив		Баллы	
			юноши	девушки	юноши	девушки
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>						
1.1.	Бег на 60 м	с	не более 10,4	не более 10,9	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
1.2.	Бег на 1500 м	мин, с	не более 8,05	не более 8,29	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее -	не менее 9		16. – зачет 06. – не зачет
1.4.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее 4	не менее -	16. – зачет 06. – не зачет	
1.5.	Челночный бег 3x10 м	с	не более 8,7	не более 9,1	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
1.6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее 160	не менее 145	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
1.7.	Метание мяча весом 150 г	м	не менее 26	не менее 18	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
1.8.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее +5	не менее +6	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>						
2.1.	Плавание 50 м	мин, с	не более 1.20	не более 1.30	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет

3. Уровень спортивной квалификации			
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	спортивные разряды - "третий юношеский спортивный разряд", "второй юношеский спортивный разряд", "первый юношеский спортивный разряд"	Не устанавливается
3.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)	спортивные разряды - "третий спортивный разряд", "второй спортивный разряд", "первый спортивный разряд"	Не устанавливается

\*Переводной балл - 8 баллов, при условии выполнения всех нормативов по каждому виду подготовки, не ниже установленного в ФССП и выполнения уровня спортивной квалификации, согласно этапа подготовки.

3.2. Требования к выполнению контрольно-переводных нормативов по общей физической и специальной физической подготовки на этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «полюатлон»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив		Баллы	
			Мальчики/ юношеры/ мужчины/ женщины	Девочки/ девушки/ юниорки/ женщины	Мальчики/ юношеры/ мужчины/ женщины	Девочки/ девушки/ юниорки/ женщины
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>						
1.1.	Бег на 60 м	с	8,2	не более 9,6	16. – зачет об. – не зачет	16. – зачет об. – не зачет
1.2.	Челночный бег 3x10 м	с	7,2	не более 8,0	16. – зачет об. – не зачет	16. – зачет об. – не зачет
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	36	не менее 15	16. – зачет	16. – зачет

1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее +11	+15	Об.- не зачет	Об.- не зачет
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее 205	175	1б. - зачет Об.- не зачет	1б. - зачет Об.- не зачет
1.6.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее 12	-	1б. - зачет Об.- не зачет	
1.7.	Бег на 3000 м	мин, с	не более 13.00	-	1б. - зачет Об.- не зачет	
1.8.	Бег на 2000 м	мин, с	не более -	10.00		1б. - зачет Об.- не зачет
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>						
2.1.	Плавание 50 м	мин, с	не более 0.55	1.03	1б. - зачет Об.- не зачет	1б. - зачет Об.- не зачет
<b>3. Уровень спортивной квалификации</b>						
3.1.	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»			Не устанавливается	Не устанавливается	Не устанавливается

\*Переводной балл – 8 баллов для мальчиков/юношей/юниоров/мужчин и 7 баллов для девочек/девушек/юниорок/женщин, при условии выполнения всех нормативов по каждому виду подготовки, не ниже установленного в ФССП.

3.3. Требования к выполнению контрольно-переводных нормативов по общей физической и специальной физической подготовки на этап высшего спортивного мастерства по виду спорта «полаатлон»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив		Баллы	
			Юноши/ мужчины/ мужчины	Девушки/ юниорки/ женщины	Юноши/ юниоры/ мужчины/ женщины	Девушки/ юниорки/ женщины
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>						
1.1.	Бег на 100 м	мин, с	не более 13.40	16.00	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
1.2.	Бег на 2000 м	мин, с	не более -	9.50		16. – зачет 06. – не зачет
1.3.	Бег на 3000 м	мин, с	не более 12.40	-	16. – зачет 06. – не зачет	
1.4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее -	15		16. – зачет 06. – не зачет
1.5.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее 14	-	16. – зачет 06. – не зачет	
1.6.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее +13	+16	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
1.7.	Челночный бег 3x10 м	с	не более 6,9	7,9	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
1.8.	Пряжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее 230	185	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>						
2.1.	Плавание 100 м	мин, с	не более			

		1.18	1.25	1б. – зачет 0б. – не зачет	1б. – зачет 0б. – не зачет
<b>3. Уровень спортивной квалификации</b>					
3.1.	Спортивное звание "мастер спорта России"			Не устанавливается	Не устанавливается

\*Переводной балл - 7 баллов, при условии выполнения всех нормативов по каждому виду подготовки, не ниже установленного в ФССП и выполнения уровня спортивной квалификации, согласно этапа подготовки.

4. Требования к выполнению контрольно-переводных нормативов по общей физической и специальной физической подготовки на этап начальной подготовки по виду спорта «танцевальный спорт»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения		Баллы	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>								
1.1.	Бег на 30 м	с	не более		не более			
			6,9	7,1	6,7	6,8	1б. – зачет 0б. – не зачет	1б. – зачет 0б. – не зачет
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее			
			7	4	10	6	1б. – зачет 0б. – не зачет	1б. – зачет 0б. – не зачет
1.3.	Смешанное передвижение на 1000 м	мин, с	не более		не более			
			7.10	7.35	6.40	7.05	1б. – зачет 0б. – не зачет	1б. – зачет 0б. – не зачет
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		не менее			
			+1	+3	+3	+5	1б. – зачет 0б. – не зачет	1б. – зачет 0б. – не зачет
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее			
			110	105	120	115	1б. – зачет	1б. – зачет

		2. Нормативы специальной физической подготовки				06.- не зачет	06.- не зачет
		не менее		не менее		16.- зачет 06.- не зачет	16.- зачет 06.- не зачет
2.1.	Исходное положение- стойка, ноги вместе, руки вверх, в замке. Отведение рук назад	15	30	15	30	16.- зачет 06.- не зачет	16.- зачет 06.- не зачет
2.2.	Равновесие на одной ноге, другую согнуть в сторону, стопа прижата к колену опорной ноги, руки в стороны. Удержание положения	4	5	4	5	16.- зачет 06.- не зачет	16.- зачет 06.- не зачет
2.3.	Исходное положение- лежа на спине. Ноги согнуты в коленях на ширине плеч, руки согнуты и сжаты в замок за головой. Подъем туловища до касания бедер с возвратом в исходное положение	7	5	7	5	16.- зачет 06.- не зачет	16.- зачет 06.- не зачет

\*Переводной балл - 8 баллов, при условии выполнения всех нормативов по каждому виду подготовки, не ниже установленного в ФССП и выполнения уровня спортивной квалификации, согласно этапа подготовки.

4.1. Требования к выполнению контрольно-переводных нормативов по общей физической и специальной физической подготовки на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) по виду спорта «танцевальный спорт»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив		Баллы	
			Мальчики/ юноши	Девочки/ девушки	Мальчики/ юноши	Девочки/ девушки
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>						
1.1.	Бег на 30 м	с	не более 6,0	6,2	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее 13	7	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее +4	+5	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
1.4.	Челночный бег 3x10 м	с	не более 9,3	9,5	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее 140	130	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>						
2.1.	Прыжки с вращением скакалки вперед в течение 1 мин	количество раз	не менее 70		16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
2.2.	Исходное положение-лежа на спине. Ноги согнуты в коленях на ширине плеч, руки согнуты и сжаты в замок за головой. Подъем туловища до касания бедер с возвратом в исходное положение за 1 мин	количество раз	не менее 35		16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет



3. Уровень спортивной квалификации			
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	спортивные разряды - "третий юношеский спортивный разряд", "второй юношеский спортивный разряд", "первый юношеский спортивный разряд"	Не устанавливается
3.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)	спортивные разряды – "третий спортивный разряд", "второй спортивный разряд", "первый спортивный разряд"	Не устанавливается

\*Переводной балл - 7 баллов, при условии выполнения всех нормативов по каждому виду подготовки, не ниже установленного в ФССП и выполнения уровня спортивной квалификации, согласно этапа подготовки.

4.2. Требования к выполнению контрольно-переводных нормативов по общей физической и специальной физической подготовки на этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «танцевальный спорт»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив		Баллы	
			Юноши/юниоры/мужчины/женщины	Девушки/юниорки/женщины	Юноши/юниоры/мужчины/женщины	Девушки/юниорки/женщины
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>						
1.1.	Бег на 60 м	с	не более		16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		36	15
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической	см	не менее		+11	+15

1.4.	скамье (от уровня скамьи) Челночный бег 3x10 м	с	не более 7,2	8,0	Об.- не зачет 1б. – зачет Об.- не зачет	Об.- не зачет 1б. – зачет Об.- не зачет
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее 215	180	1б. – зачет Об.- не зачет	1б. – зачет Об.- не зачет
1.6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее 49	43	1б. – зачет Об.- не зачет	1б. – зачет Об.- не зачет
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>						
2.1.	Прыжки с вращением скакалки вперед в течение 1 мин	количество раз	не менее 160	150	1б. – зачет Об.- не зачет	1б. – зачет Об.- не зачет
2.2.	Исходное положение-лежа на спине. Ноги согнуты в коленях на ширине плеч, руки согнуты и сжаты в замок за головой. Подъем туловища до касания бедер с возвратом в исходное положение за 1 мин	количество раз	не менее 47		1б. – зачет Об.- не зачет	1б. – зачет Об.- не зачет
<b>3. Уровень спортивной квалификации</b>						
3.1.	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»				Не устанавливается	Не устанавливается

\*Переводной балл - 8 баллов, при условии выполнения всех нормативов по каждому виду подготовки, не ниже установленного в ФССП и выполнения уровня спортивной квалификации, согласно этапа подготовки.

4.3. Требования к выполнению контрольно-переводных нормативов по общей физической и специальной физической подготовки на этап высшего спортивного мастерства по виду спорта «танцевальный спорт»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив		Баллы	
			Юниоры	Юниорки	Юниоры	Юниорки
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>						
1.1.	Бег на 100 м	мин, с	не более 13,4	16,0	16. – зачет об. – не зачет	16. – зачет об. – не зачет
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее 42	16	16. – зачет об. – не зачет	16. – зачет об. – не зачет
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее +13	+16	16. – зачет об. – не зачет	16. – зачет об. – не зачет
1.4.	Челночный бег 3x10 м	с	не более 6,9	7,9	16. – зачет об. – не зачет	16. – зачет об. – не зачет
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее 230	185	16. – зачет об. – не зачет	16. – зачет об. – не зачет
1.6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее 50	44	16. – зачет об. – не зачет	16. – зачет об. – не зачет
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>						
2.1.	Исходное положение-лежа на спине. Ноги согнуты в коленях на ширине плеч, руки согнуты и сжаты в замок за головой. Подъем туловища до касания бедер с возвратом в исходное положение за 1 мин	количество раз	не менее 180	170	16. – зачет об. – не зачет	16. – зачет об. – не зачет

3. Уровень спортивной квалификации			
3.1.	Спортивное звание "мастер спорта России"	Не устанавливается	
		Не устанавливается	Не устанавливается

\*Переводной балл - 7 баллов, при условии выполнения всех нормативов по каждому виду подготовки, не ниже установленного в ФССП и выполнения уровня спортивной квалификации, согласно этапа подготовки.

5. Требования к выполнению контрольно-переводных нормативов по общей физической и специальной физической подготовки на этап начальной подготовки по виду спорта «спортивная акробатика»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения		Баллы	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>								
1.1.	Бег на 30 м	с	не более		не более			
			6,9	7,1	6,7	6,8	1б. – зачет об. – не зачет	1б. – зачет об. – не зачет
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее			
			7	4	10	6	1б. – зачет об. – не зачет	1б. – зачет об. – не зачет
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		не менее			
			+1	+3	+3	+5	1б. – зачет об. – не зачет	1б. – зачет об. – не зачет
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее			
			110	105	120	115	1б. – зачет об. – не зачет	1б. – зачет об. – не зачет

2. Нормативы специальной физической подготовки

	Исходное положение-вис хватом сверху на высокой перекладине. Сгибание и разгибание рук	количество раз	не менее			16. – зачет Об. – не зачет	
			2	1	4		
2.1.			4	2		16. – зачет Об. – не зачет	
2.2.	Исходное положение- лежа на спине. Ноги согнуты в коленях на ширине плеч, руки согнуты и сжаты в замок за головой. Подъем туловища до касания бедер с возвратом в исходное положение	количество раз	10	8	12	10	16. – зачет Об. – не зачет
2.3.	Исходное положение-вис на гимнастической стенке хватом сверху. Подъем выпрямленных ног в положение «угол». Фиксация положения	с	5	3	7	5	16. – зачет Об. – не зачет
2.4.	Исходное положение-стойка на одной ноге, другая согнута, и её стопа касается колена опорной ноги. Глаза закрыты, руки разведены в стороны.	с	не менее 5	не менее 5	не менее 5	5	16. – зачет Об. – не зачет

	Удерживание равновесия		не менее	не менее		
2.5.	Исходное положение-лежа на спине. Руки и ноги на ширине плеч, выгнуть спину назад с опорой на ладони и стопы. Расстояние от стоп до пальцев рук не более 50 см (упражнение «мост»). Фиксация положения	с	5	9		16. – зачет 06. – не зачет
2.6.	Исходное положение-лежа на спине. Руки и ноги на ширине плеч, выгнуть спину назад с опорой на ладони и стопы. Расстояние от стоп до пальцев рук не более 40 см (упражнение «мост»). Фиксация положения	с	-	5	не менее	16. – зачет 06. – не зачет

\* Переводной балл - 10 баллов, при условии выполнения всех нормативов по каждому виду подготовки, не ниже установленного в ФССП и выполнения уровня спортивной квалификации, согласно этапа подготовки.

5.1. Требования к выполнению контрольно-переводных нормативов по общей физической и специальной физической подготовки на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) по виду спорта «спортивная акробатика»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив		Баллы	
			Мальчики/юноши/юниоры	Девочки/девушки/юниорки	Мальчики/юноши/юниоры	Девочки/девушки/юниорки
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>						
1.1.	Бег на 30 м	с	не более		16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
1.5.	Челночный бег 3x10 м	с	не более		16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>						
2.1.	Исходное положение-вис хватом сверху на высокой перекладине. Сгибание и разгибание рук	количество раз	не менее		16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
2.2.	Исходное положение-стойка на опорной ноге, другая согнута в колене и поднята вперед до прямого угла, руки подтяты вверх. Удержание	с	не менее 10		16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет

2.3.	равновесия Шагат продольный. Фиксация положения	с	не менее 5	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет	
2.4.	Шагат поперечный. Фиксация положения	с	не менее 5	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет	
2.5.	Исходное положение-лежа на спине. Руки и ноги на ширине плеч, выгнуть спину назад с опорой на ладони и стопы (упражнение «мост»). Фиксация положения	с	не менее 10	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет	
2.6.	Исходное положение-упор на гимнастических стойках. Подъем ног до угла 90 (ноги вместе). Фиксация положения	с	12 не менее	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет	
2.7.	Исходное положение-упор на гимнастических стойках. Подъем ног до угла 90 (ноги вместе). Фиксация положения	с	- не менее 10	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет	
<b>3. Уровень спортивной квалификации</b>						
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)			спортивные разряды - "третий юношеский спортивный разряд", "второй юношеский спортивный разряд", "первый юношеский спортивный разряд"	Не устанавливается	
3.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)			спортивные разряды – "третий спортивный разряд", "второй спортивный разряд", "первый спортивный разряд"	Не устанавливается	



\* Переводной балл - 11 баллов, при условии выполнения всех нормативов по каждому виду подготовки, не ниже установленного в ФССП и выполнения уровня спортивной квалификации, согласно этапа подготовки.

5.2. Требования к выполнению контрольно-переводных нормативов по общей физической и специальной физической подготовки на этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «спортивная акробатика»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив		Баллы	
			Мальчики/ юноши/ юниоры/ мужчины/	Девочки/ девушки/ юниорки/ женщины	Мальчики/ юноши/ юниоры/ мужчины/	Девочки/ девушки/ юниорки/ женщины
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>						
1.1.	Бег на 30 м	с	5,4	не более 5,6	1б. – зачет 0б. – не зачет	1б. – зачет 0б. – не зачет
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	22	не менее 13	1б. – зачет 0б. – не зачет	1б. – зачет 0б. – не зачет
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	+8	не менее +11	1б. – зачет 0б. – не зачет	1б. – зачет 0б. – не зачет
1.4.	Челночный бег 3x10 м	с	8,5	не более 8,7	1б. – зачет 0б. – не зачет	1б. – зачет 0б. – не зачет
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	160	не менее 150	1б. – зачет 0б. – не зачет	1б. – зачет 0б. – не зачет
1.6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	42	не менее 36	1б. – зачет 0б. – не зачет	1б. – зачет 0б. – не зачет
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>						

2.1.	Исходное положение-вис хватом сверху на высокой перекладине. Стигание и разгибание рук	количество раз	не менее 15	8	1б. – зачет 0б. – не зачет	1б. – зачет 0б. – не зачет	
2.2.	Стойка на руках на гимнастическом ковре. Фиксация положения	с	не менее 8	5	1б. – зачет 0б. – не зачет	1б. – зачет 0б. – не зачет	
2.3.	Шагак продольный. Фиксация положения	с	не менее 15		1б. – зачет 0б. – не зачет	1б. – зачет 0б. – не зачет	
2.4.	Шагак поперечный. Фиксация положения	с	не менее 15		1б. – зачет 0б. – не зачет	1б. – зачет 0б. – не зачет	
<b>3. Уровень спортивной квалификации</b>							
3.1.	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»				Не устанавливается	Не устанавливается	

\*Переводной балл - 10 баллов, при условии выполнения всех нормативов по каждому виду подготовки, не ниже установленного в ФССП и выполнения уровня спортивной квалификации, согласно этапа подготовки.

5.3. Требования к выполнению контрольно-переводных нормативов по общей физической и специальной физической подготовки на этап высшего спортивного мастерства по виду спорта «спортивная акробатика»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив		Баллы		
			Юноши/ мужчины/ мужчины/	Девушки/ юниоры/ женщины	Юноши/ кониоры/ мужчины/	Девушки/ юниоры/ женщины	
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>							
1.1.	Бег на 30 м	с	не более				

1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	4,7	5,0	1б. – зачет 0б. – не зачет	1б. – зачет 0б. – не зачет
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	36	15	1б. – зачет 0б. – не зачет	1б. – зачет 0б. – не зачет
1.4.	Челночный бег 3x10 м	с	+11	+15	1б. – зачет 0б. – не зачет	1б. – зачет 0б. – не зачет
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	7,2	8,0	1б. – зачет 0б. – не зачет	1б. – зачет 0б. – не зачет
1.6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	215	180	1б. – зачет 0б. – не зачет	1б. – зачет 0б. – не зачет
			49	43	1б. – зачет 0б. – не зачет	1б. – зачет 0б. – не зачет

**2. Нормативы специальной физической подготовки**

2.1.	Исходное положение-вис хватом сверху на высокой перекладине. Сгибание и разгибание рук	количество раз	15	8	1б. – зачет 0б. – не зачет	1б. – зачет 0б. – не зачет
2.2.	Стойка на руках на гимнастическом ковре. Фиксация положения	с	8	5	1б. – зачет 0б. – не зачет	1б. – зачет 0б. – не зачет
2.3.	Шагат продольный. Фиксация положения	с	не менее	15	1б. – зачет 0б. – не зачет	1б. – зачет 0б. – не зачет
2.4.	Шагат поперечный. Фиксация положения	с	не менее	15	1б. – зачет 0б. – не зачет	1б. – зачет 0б. – не зачет

**3. Уровень спортивной квалификации**

3.1.	Спортивное звание "мастер спорта России"	Не устанавливается	Не устанавливается	устанавливается	Не устанавливается	Не устанавливается
------	--	--------------------	--------------------	-----------------	--------------------	--------------------

\*Переводной балл - 10 баллов, при условии выполнения всех нормативов по каждому виду подготовки, не ниже установленного в ФССП и выполнения уровня спортивной квалификации, согласно этапа подготовки.

6. Требования к выполнению контрольно-переводных нормативов по общей физической и специальной физической подготовки на этап начальной подготовки по виду спорта «легкая атлетика»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения		Баллы							
			мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки						
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>														
1.1.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	не более	не более	не более	9,3	9,5	1б. – зачет 0б. – не зачет	1б. – зачет 0б. – не зачет				
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	не менее	не менее	не менее	10	5	13	7	1б. – зачет 0б. – не зачет	1б. – зачет 0б. – не зачет		
1.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	не менее	не менее	не менее	130	120	140	130	1б. – зачет 0б. – не зачет	1б. – зачет 0б. – не зачет		
1.4.	Прыжки через скакалку в течение 30 с	количество раз	не менее	не менее	не менее	не менее	25	30	30	35	1б. – зачет 0б. – не зачет	1б. – зачет 0б. – не зачет		
1.5.	Метание мяча весом 150 г	м	не менее	не менее	не менее	не менее	24	13	22	15	1б. – зачет 0б. – не зачет	1б. – зачет 0б. – не зачет		
1.6.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	не менее	не менее	не менее	+2	+3	+4	+5	1б. – зачет 0б. – не зачет	1б. – зачет 0б. – не зачет		
1.7.	Бег (кросс) на 2 км (бег по пересеченной местности)	мин, с	без учета времени						не более	не более	16,00	17,30	1б. – зачет 0б. – не зачет	1б. – зачет 0б. – не зачет

\*Переводной балл – до года обучения 6 баллов, свыше года обучения 7 баллов при условии выполнения всех нормативов по каждому виду подготовки, не ниже установленного в ФССП.

6.1. Требования к выполнению контрольно-переводных нормативов по общей физической и специальной физической подготовки на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) по виду спорта «легкая атлетика»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив		Баллы	
			Юноши	Девушки	Юноши	Девушки
<b>1. Для спортивной дисциплины бег на короткие дистанции</b>						
1.1.	Бег на 60 м	с	не более 9,3	10,3	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
1.2.	Бег на 150 м	с	не более 25,5	27,8	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
1.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее 190	180	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
<b>2. Для спортивной дисциплины бег на средние и длинные дистанции</b>						
2.1.	Бег на 60 м	с	не более 9,5	10,6	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
2.2.	Бег на 500 м	мин, с	не более 1.44	2.01	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
2.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее 170	160	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
<b>3. Уровень спортивной квалификации</b>						
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)		спортивные разряды - "третий юношеский спортивный разряд", "второй юношеский спортивный"		Не устанавливается	Не устанавливается

		разряд", "первый юношеский спортивный разряд"	
3.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)	спортивные разряды – "третий спортивный разряд", "второй спортивный разряд", "первый спортивный разряд"	Не устанавливается

\*Переводной балл - 3 балла, при условии выполнения всех нормативов по каждому виду подготовки, не ниже установленного в ФССП и выполнения уровня спортивной квалификации, согласно этапа подготовки.

6.2. Требования к выполнению контрольно-переводных нормативов по общей физической физической подготовки на этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «легкая атлетика»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив		Баллы	
			Юноши	Девушки	Юноши	Девушки
<b>1. Для спортивной дисциплины бег на коротких дистанциях</b>						
1.1.	Бег на 60 м	с	7,3	8,2	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
1.2.	Бег на 300 м	с	38.5	43.5	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
1.3.	Десятерной прыжок в длину с места	м	25	23	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	260	230	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
<b>2. Для спортивной дисциплины бег на средние и длинные дистанции</b>						
2.1.	Бег на 60 м	с	8	9	16. – зачет	16. – зачет

2.2.	Бег на 2000 м	мин, с	не более	Об. – не зачет	Об. – не зачет
			6.00	16. – зачет	16. – зачет
			7.10	Об. – не зачет	Об. – не зачет
2.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	16. – зачет	16. – зачет
			240	Об. – не зачет	Об. – не зачет
			200		
<b>3. Уровень спортивной квалификации</b>					
3.1.	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»			Не устанавливается	Не устанавливается

\*Переводной балл - 4 балла для спортивной дисциплины бег на короткие дистанции и 3 балла для спортивных дисциплин бег на средние и длинные дистанции, при условии выполнения всех нормативов по каждому виду подготовки, не ниже установленного в ФССП и выполнения уровня спортивной квалификации, согласно этапа подготовки.

6.3. Требования к выполнению контрольно-переводных нормативов по общей физической и специальной физической подготовки на этап высшего спортивного мастерства по виду спорта «легкая атлетика»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив		Баллы	
			Юноши	Девушки	Юноши	Девушки
<b>1. Для спортивной дисциплины бег на короткие дистанции</b>						
1.1.	Бег на 60 м	с	не более		16. – зачет	16. – зачет
			7,1	7,9	Об. – не зачет	Об. – не зачет
1.2.	Бег на 300 м	с	не более		16. – зачет	16. – зачет
			37.00	41.00	Об. – не зачет	Об. – не зачет
1.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		16. – зачет	16. – зачет
			280	250	Об. – не зачет	Об. – не зачет

1.4.	Десятерной прыжок в длину с места	м	не менее 27.....	25	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
<b>2. Для спортивной дисциплины бег на средние и длинные дистанции</b>						
2.1.	Бег на 60 м	с	не более	7,6	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
2.2.	Бег на 2000 м	мин, с	не более	5.45	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
2.3.	Прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги	см	не менее	250	16. – зачет 06. – не зачет	16. – зачет 06. – не зачет
<b>3. Уровень спортивной квалификации</b>						
3.1.	Спортивное звание "мастер спорта России"			Не устанавливается	Не устанавливается	Не устанавливается

\*Переводной балл - 4 балла для спортивной дисциплины бег на короткие дистанции и 3 балла для спортивных дисциплин бег на средние и длинные дистанции, при условии выполнения всех нормативов по каждому виду подготовки, не ниже установленного в ФССП и выполнения уровня спортивной квалификации, согласно этапа подготовки.