

БАШКОРТОСТАН РЕСПУБЛИКАҺЫ

ӨФӨ КАЛАҺЫ КАЛА ОКРУГЫ
ХАКИМИӘТЕНЕҢ ФИЗИК КУЛЬТУРА
ҺӘМ СПОРТ ИДАРАЛЫҒЫ

ӨФӨ КАЛАҺЫ КАЛА ОКРУГЫНЫҢ
«18-СЕ СПОРТ МӘКТӘБЕ»
ӨСТӘМӨ БЕЛЕМ БИРЕУ МУНИЦИПАЛЬ БЮДЖЕТ
УЧРЕЖДЕНИЕҺЫ

Солтановур., 24/1 й., Өфө к., 450076
Тел./факс: (347) 241-70-31, e-mail: sdushor18@mail.ru



ОКПО-48878605, ОГРН
1030203892696

ИНН0274060770 / КПП 027401001

РЕСПУБЛИКА БАШКОРТОСТАН

УПРАВЛЕНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
И СПОРТУ АДМИНИСТРАЦИИ
ГОРОДСКОГО ОКРУГА ГОРОД УФА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ

«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 18»
ГОРОДСКОГО ОКРУГА ГОРОД УФА

Султанова ул., 24/1, г. Уфа, 450076
Тел./факс: (347) 241-70-31, e-mail: sdushor18@mail.ru

БОЙОРОК

«28» декабря 2024 й.

ОД № 67

«28» декабря 2024 й.

О внесении изменений и дополнений в
ПОЛОЖЕНИЕ о порядке приема
(сдачи) контрольно-переводных
нормативов и порядке перевода
обучающихся на следующие этапы
подготовки муниципального
бюджетного учреждения
дополнительного образования
«Спортивная школа № 18» городского
округа город Уфа Республики
Башкортостан

ПРИКАЗ

ПРИКАЗ

В соответствии с Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27 августа 2024 г. № 886 «О внесении изменений в федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «плавание», утвержденный приказом Министерства спорта Российской Федерации от 16.11.2022 г. № 1004»

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Внести изменения в ПОЛОЖЕНИЕ о порядке приема (сдачи) контрольно-переводных нормативов и порядке перевода обучающихся на следующие этапы подготовки муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Спортивная школа № 18» городского округа город Уфа Республики Башкортостан согласно приложению к настоящему приказу.
2. Заместителю директора Лязгиной В.Д. разместить приказ «О внесении изменений и дополнений в ПОЛОЖЕНИЕ о порядке приема (сдачи) контрольно-переводных нормативов и порядке перевода обучающихся на следующие этапы подготовки муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Спортивная школа № 18» городского округа город Уфа Республики Башкортостан на официальном сайте школы
3. Контроль за исполнение данного приказа оставляю за собой.

Директор МБУ ДО СШ № 18:

Р.Р. Изикаева

С приказом ознакомлена:



Лязгина В.Д.

«Согласовано»

Педагогический совет
МБУ ДО СШ № 18 ГО г. Уфа РБ

«28» 12 2024 г.

«Утверждаю»

Директор
МБУ ДО СШ № 18 ГО г. Уфа РБ
Изикаева Р.Р.

«28» 12 2024 г.

Приказ ОД № 67 от «28.12.2024 г.»

Изменения

в ПОЛОЖЕНИЕ о порядке приема (сдачи) контрольно-переводных нормативов и порядке перевода обучающихся на следующие этапы подготовки муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Спортивная школа № 18» городского округа город Уфа Республики Башкортостан.

1. Приложение №1 изложить в следующей редакции:

«Приложение №1

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы первого года обучения на этап начальной подготовки по виду спорта «плавание» (7 -9 лет)

Контрольные упражнения	Мальчики	Девочки
1. Нормативы по общей физической подготовке		
Бег на 30 м, (с.) не более	6,9	7,1
Челночный бег 3 x 10 м (с.) с высокого старта не более	10,1	10,6
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи), см не менее	+1	+3
Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад, держа гимнастическую палку ширина хвата 50 см (раз) не менее	1	1
Сгибание, разгибание рук в упоре лежа на полу (раз) не менее	7	4
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см), не менее	110	105
2. Нормативы по специальной физической подготовке		
И.П.- стоя, держа мяч весом 1кг за головой. Бросок мяча вперед (м) не менее	3,5	3
3. Техничко-тактическая подготовка		
Длина скольжения, м	6м	6м
Плавание 50м по выбору (оценка	+/-	+/-

Контрольные упражнения	Мальчики	Девочки
техники): 50м по выбору (оценка а) 25 м с помощью одних ног, б) 25 м в полной координации	+/-	+/-
100 комплексное плавание	Техника, старт, поворот- сумма баллов из трех оценок (из 5 баллов)	
Техническая и плавательная подготовка	400 м - проплывание	

На начало тренировочного сезона регистрируются начальные результаты по ОФП. На конец тренировочного сезона проводится тестирование по ОФП, СФП и ТТП. Нормативы по ОФП считаются выполненными при улучшении показателей в сравнении на начало года. Нормативы по СФП и ТТП считаются выполненными при технически правильном исполнении контрольно-переводных нормативов.

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода в группы второго года обучения на этап начальной подготовки по виду спорта «плавание» (8-10 лет)

Контрольные упражнения	Мальчики	Девочки
1. Нормативы по общей физической подготовке		
Бег на 30 м, (с.) не более	6,5	6,8
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи), см не менее	+4	+5
Сгибание, разгибание рук в упоре лежа на полу (раз) не менее	10	5
Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад, держа гимнастическую палку ширина хвата 50 см (раз), не менее	3	
Челночный бег 3x10м с высокого старта (с) не более	9,8	10,3
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см), не менее	120	110
2. Нормативы по специальной физической подготовке		
И.П.- стоя, держа мяч весом 1кг за головой.	4	3,5
Бросок мяча вперед (м) не менее	+4	+5
3. Техничко-тактическая подготовка		
Длина скольжения, м	6м	6м
Плавание 50м по выбору (оценка техники): а) 25 м с помощью одних ног, б) 25 м в полной координации	+/- +/-	+/- +/-
100 комплексное плавание	Техника, старт, поворот- сумма баллов из трех оценок (из 5 баллов)	
Техническая и плавательная подготовка	400 м - проплывание	

2. Нормативы по специальной физической подготовке

И.П. - стоя, держа мяч весом 1кг за головой. 4 3,5

Бросок мяча вперед (м) не менее

На начало тренировочного сезона регистрируются начальные результаты по ОФП. На конец тренировочного сезона проводится тестирование по ОФП, СФП и ТТП. Нормативы по ОФП считаются выполненными при улучшении показателей в сравнении на начало года. Нормативы по СФП и ТТП считаются выполненными при технически правильном исполнении контрольно-переводных нормативов.

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для зачисления и перевода в группы первого года обучения учебно-тренировочного
этапа (этапа спортивной специализации) по виду спорта «плавание» (9-11 лет)**

Контрольные упражнения Оценка	Мальчики				Девочки			
	5	4	3	2	5	4	3	2
1. Нормативы по общей физической подготовке								
Челночный бег 3 x 10 м, (с)	9,0	9,1	9,2	9,3	9,2	9,3	9,4	9,5
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	155	150	145	140	145	140	135	130
Бег на 1000 м, не более	5,2	5,3	5,4	5,5	5,9	6,0	6,1	6,2
Сгибание-разгибание рук в упоре лежа на полу (раз)	16	15	14	13	10	9	8	7
Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад, держа гимнастическую палку ширина хвата 60 см (раз), не менее								
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи), см	+8	+7	+6	+4	+10	+9	+6	+5
2. Нормативы по специальной физической подготовке								
И.П.- стоя, держа мяч весом 1кг за головой. Бросок мяча вперед (м) не менее	5,2	4,75	4,5	4	3,85	3,8	3,65	3,5
Исходное положение – стоя в воде у борта бассейна. Отталкиванием двух ног, скольжение в воде лежа на груди, руки вперед	7,8	7,4	7,2	7,0	8,6	8,4	8,2	8,0
3. Техничко-тактическая подготовка								
100м комплексное плавание	Техника, старт, поворот- сумма баллов из трех оценок (из 5 баллов)							
Техническая и плавательная подготовка	400 м вольный стиль - проплывание							
Уровень спортивной квалификации								
Показан результат, соответствующий спортивному разряду на избранной дистанции	1-юн							

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для зачисления и перевода в группы второго года обучения учебно-тренировочного
этапа (этапа спортивной специализации) по виду спорта «плавание» (10-12 лет)**

Исходное положение – стоя в наклоне туловища вперед	5	4,75	4,5	4	3,85	3,8	3,65	3,5
--	---	------	-----	---	------	-----	------	-----

Наиболее важным для перевода является выполнение нормативов по ТТП и спортивные результаты.

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для зачисления и перевода в группы третьего года обучения учебно-тренировочного
этапа (этапа спортивной специализации) по виду спорта «плавание» (11-13 лет)**

Контрольные упражнения Оценка	Мальчики				Девочки			
	5	4	3	2	5	4	3	2
1. Нормативы по общей физической подготовке								
Челночный бег 3 x 10 м, (с)	8,8	8,9	9,0	9,3	9,0	9,1	9,2	9,5
Бег на 1000 м. не более (мин):	5,30	5,40	5,45	5,50	6,00	6,10	6,15	6,20
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	170	165	160	140	160	155	150	130
Подтягивание из виса на высокой перекладине, раз	4	3	2	1				
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, раз	19	17	15	13	10	9	8	7
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи), см не менее	+10	+8	+6	+4	+10	+8	+7	+5
2. Нормативы по специальной физической подготовке								
И.П.- стоя, держа мяч весом 1кг за головой. Бросок мяча вперед (м) не менее	5,7	5,5	5,0	4,0	4,4	4,2	4,0	3,5
Исходное положение – стоя в воде у борта бассейна. Отталкиванием двух ног, скольжение в воде лежа на груди, руки вперед	9,5	9,0	8,5	7,0	9,5	9,0	8,5	8,0
Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад, держа гимнастическую палку ширина хвата 60 см (раз), не менее	+10	+8	+6	+4	+10	+8	+7	+5
3. Техничко-тактическая подготовка								
Время скольжения, 9 м	8,7	8,5	8,0	7,5 с (+/-)	8,2	8,0	7,5	7,0
Техническая и плавательная подготовка	Техника, старт, повороты – сумма баллов из трех оценок (из 5 баллов)							
Уровень спортивной квалификации								
Спортивный разряд на избранной дистанции	9,5	9,0	8,5	7,0	9,5	9,0	8,5	8,0
III – II								

Наиболее важным для перевода является выполнение нормативов по ТТП и спортивные результаты.

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для зачисления и перевода в группы четвертого года обучения учебно-тренировочного
этапа (этапа спортивной специализации) по виду спорта «плавание» (12-14 лет)**

Контрольные упражнения Оценка	Мальчики				Девочки			
	5	4	3	2	5	4	3	2
1. Нормативы по общей физической подготовке								
Челночный бег 3 x 10 м, (с)	8,7	8,8	8,9	9,3	8,9	9,0	9,1	9,5
Бег на 1000 м. не более (мин):	5,30	5,40	5,45	5,50	6,00	6,10	6,15	6,20
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	180	175	170	140	170	165	160	130
Подтягивание из виса на высокой перекладине, раз	5	4	3	2				
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, раз	19	17	15	13	12	11	10	7
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи), см	+10	+8	+6	+4	+10	+8	+7	+5
2. Нормативы по специальной физической подготовке								
И.П.- стоя, держа мяч весом 1кг за головой. Бросок мяча вперед (м) не менее	5,7	5,5	5,0	4,0	4,4	4,2	4,0	3,5
Исходное положение – стоя в воде у борта бассейна. Отталкиванием двух ног, скольжение в воде лежа на груди, руки вперед	10,0	9,5	9,0	7,0	10,0	9,5	9,0	8,0
Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад, держа гимнастическую палку ширина хвата 60 см (раз), не менее	3							
3. Техничко-тактическая подготовка								
Время скольжения, 9 м	7,0 с (+/-)							
Техническая и плавательная подготовка	Техника, старт, повороты – сумма баллов из трех оценок (из 5 баллов)							
Уровень спортивной квалификации								
Спортивный разряд на избранной дистанции	I- II							

Наиболее важным для перевода является выполнение нормативов по ТТП и спортивные результаты.

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для зачисления и перевода в группы пятого года обучения учебно-тренировочного этапа
(этапа спортивной специализации) по виду спорта «плавание»(13-15 лет)**

Контрольные упражнения Оценка	Мальчики				Девочки			
	5	4	3	2	5	4	3	2
1. Нормативы по общей физической подготовке								
Челночный бег 3 x 10 м, (с)	8,7	8,8	8,9	9,3	8,9	9,0	9,1	9,5
Бег на 1000 м. не более (мин):	5,30	5,40	5,45	5,50	6,00	6,10	6,15	6,20
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	180	175	170	140	170	165	160	130
Подтягивание из виса на высокой перекладине, раз	6	5	4	3				
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, раз	28	23	18	13	12	11	10	7
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи), см	+10	+8	+6	+4	+10	+8	+7	+5
2. Нормативы по специальной физической подготовке								
И.П.- стоя, держа мяч весом 1кг за головой. Бросок мяча вперед (м) не менее	5,7	5,5	5,0	4,0	4,4	4,2	4,0	3,5
Исходное положение – стоя в воде у борта бассейна. Отталкиванием двух ног, скольжение в воде лежа на груди, руки вперед	180	175	170	140	170	165	160	130
Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад, держа гимнастическую палку ширина хвата 60 см (раз), не менее	10,0	9,5	9,0	7,0	10,0	9,5	9,0	8,0
3. Техничко-тактическая подготовка								
Время скольжения, 9 м	5,7	5,5	5,0	7,0 с (+/-)	4,2	4,0	3,5	
Техническая и плавательная подготовка	Техника, старт, повороты – сумма баллов из трех оценок (из 5 баллов)							
4. Уровень спортивной квалификации								
Спортивный разряд на избранной дистанции	10,0	9,5	9,0	7,0	10,0	9,5	9,0	8,0
Результат соревнований	1-3 место на Республиканских соревнованиях							

Наиболее важным для перевода является выполнение нормативов по ТТП и спортивные результаты.

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «плавание» (с 12 лет)

Контрольные упражнения Оценка	Мальчики				Девочки			
	5	4	3	2	5	4	3	2
1. Нормативы по общей физической подготовке								
Челночный бег 3 x 10 м, (с)	7,6	7,7	7,8	8,0	8,5	8,7	8,9	9,0
Бег на 2000 м. не более (мин):	9,00	9,10	9,15	9,20	10,25	10,3	10,35	10,4
И.П.- стоя, держа мяч весом 1кг за головой. Бросок мяча вперед (м) не менее	7,0	6,5	6,0	5,3	5,3	5,0	4,9	4,5
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см), не менее	210	200	195	190	180	175	170	165
Подтягивание из виса на высокой перекладине, раз	15	12	10	8				
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, раз					20	18	16	15
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи), см не менее	+15	+13	+11	+9	+20	+17	+15	+13
2. Нормативы по специальной физической подготовке								
И.П.- стоя, держа мяч весом 1кг за головой. Бросок мяча вперед (м) не менее	7,0	6,5	6,0	5,3	5,3	5,0	4,9	4,5
Исходное положение – стоя в воде у борта бассейна. Отталкиванием двух ног, скольжение в воде лежа на груди, руки вперед	12,0	11,5	11,0	10,5	12,0	11,5	11,0	10,5
Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад, держа гимнастическую палку ширина хвата 50 см (раз), не менее					5	3	2	1
Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами с приземлением на обе ноги см. не менее см.		45				35		
3. Техничко-тактическая подготовка								
Время скольжения, 11 м, с	6,7				7			
Техническая и плавательная подготовка	Техника, старт, повороты – сумма баллов из трех оценок (из 5 баллов)							
4. Уровень спортивной квалификации								
Спортивный разряд на избранной дистанции	КМС							
Результат соревнований (показатель освоения программы, основание для перевода на следующий год обучения)	1-3 место на Республиканских соревнованиях 1-6 место на соревнованиях не ниже межрегионального уровня Стабильность демонстрации высоких спортивных результатов на официальных межрегиональных и всероссийских соревнованиях							

Наиболее важным является выполнение нормативов по ТТП и спортивные результаты.

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для зачисления и перевода на этап высшего спортивного мастерства по виду спорта
«плавание» (с 14 лет)**

Контрольные упражнения Оценка	Мальчики				Девочки			
	5	4	3	2	5	4	3	2
1. Нормативы по общей физической подготовке								
Челночный бег 3 x 10 м, (с)	8,9	9,1	9,3	9,5	9,4	9,6	9,8	10,0
Бег на 30 м, (с.) не более	4,45	4,5	4,5,5	4,6	4,75	4,8	4,85	4,9
Бег на 2000 м. мин, с	7,40	7,50	7,55	8,00	9,40	9,45	9,50	9,55
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, раз	42	40	38	37	26	24	22	20
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	230	225	220	218	195	190	185	183
Подтягивание из виса на высокой перекладине, раз	20	18	15	13	10	9	8	7
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи), см	+20	+15	+13	+11	+22	+20	+17	+15
2. Нормативы по специальной физической подготовке								
И.П.- стоя, держа мяч весом 1кг за головой. Бросок мяча вперед (м) не менее	8,5	8,2	7,9	7,5	6,2	5,8	5,5	5,3
Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад, держа гимнастическую палку ширина хвата 50 см (раз), не менее	7,40	7,50	7,55	8,00	9,40	9,45	9,50	9,55
Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами с приземлением на обе ноги см, не менее см.	20	18	15	13	10	9	8	7
3. Техничко-тактическая подготовка								
Время скольжения, 11 м, с	20	15	6,7	11	22	120	7	12
Техническая и плавательная подготовка	Техника, старт, повороты – сумма баллов из трех оценок (из 5 баллов)							
4. Уровень спортивной квалификации								
Спорт. разряд на избранной дистанции	МС, МСМК							
Результат соревнований (показатель освоения программы, основание для перевода спортсмена на следующий год обучения)	Достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации; Повышение стабильности демонстрации высоких спортивных результатов на официальных всероссийских и международных спортивных соревнованиях							

Наиболее важным является выполнение нормативов по ТТП и спортивные результаты.».

2. **Приложения № 2 и № 3 исключить из ПОЛОЖЕНИЯ** о порядке приема (сдачи) контрольно-переводных нормативов и порядке перевода обучающихся на следующие этапы подготовки муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Спортивная школа № 18» городского округа город Уфа Республики Башкортостан в связи с прекращением набора обучающихся в группы

стадии и этапы подготовки муниципального бюджетного учреждения по видам спорта «ЛИН (дисциплина плавание)» и «Спорт слепых (дисциплина плавание)».

Остальное содержание ПОЛОЖЕНИЯ о порядке приема (сдачи) контрольно-переводных нормативов и порядке перевода обучающихся на следующие этапы подготовки муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Спортивная школа № 18» городского округа город Уфа Республики Башкортостан оставить неизменным.