ПРИКАЗ

122

|  |  |
| --- | --- |
| от 15.09.2017г. | г. Воткинск |

|  |
| --- |
| Об организации приёма поступающих на бюджетной основе |

Для организации приёма поступающих в группы, организованные в соответствии с муниципальным заданием (на бюджетной основе) на тренировочный сезон 2017-2018 года,

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить состав приёмной комиссии (приложение 1).
2. Утвердить состав апелляционной комиссии. (приложение 2).
3. Утвердить нормативные требования к результатам (тесты) поступающих по общей физической подготовке (приложение 3).
4. Приемной комиссии приступить к работе с 18.09.2017г. по 29.09.2017г.
5. Приемной комиссии 04.10.2017 года организовать проведение индивидуального отбора поступающих на тренировочный сезон 2017-2018 года.
6. Контроль за исполнением настоящего приказа оставляю за собой.

Директор МАУ СШ «Знамя» А.Д. Пищиков

Приложение 1

к приказу от 15.09.2017г. № 122

Списочный состав приемной комиссии.

Председатель комиссии – директор МАУ СШ «Знамя» А.Д. Пищиков.

Зам. председателя комиссии – начальник отделения плавания Н.Б. Полушина

Секретарь комиссии – инструктор-методист Язынина Т.В.

Члены комиссии:

Тренер Е.В. Афаринова;

Тренер М.Н. Оленёва;

Тренер С.С. Шадрин;

Старшая медсестра Л.С. Чазова.

Приложение 2

к приказу от 15.09.2017г. № 122

Списочный состав апелляционной комиссии.

Председатель комиссии – заместитель директора по спортивной работе Д.В. Булатов;

Секретарь комиссии – тренер И.П. Пацкевич.

Члены комиссии:

Тренер Е.А. Салахова;

Медсестра В.М. Косвинцева

Приложение 3

к приказу от 15.09.2017г. № 122

Таблица нормативных требований к результатам (тесты)

по общей физической подготовке поступающих.

Тесты по ОФП сдают поступающие, подавшие заявления по индивидуальному отбору в группы:

НП-1 (кикбоксинг, самбо, спортивная борьба, тяжелая атлетика, хоккей с мячом);

НП-2 (самбо, хоккей).

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тесты  | 8 лет | 9 лет | 10 лет | 11 лет | 12 лет |
| 1 | Бег 30 м (сек) мал/дев | 6,9/7,1 | 6,4/6,6 | 6,0/6,2 | 5,7/5,9 | 5,6/5,8 |
| 2 | Прыжок в длину с места (см) мал/дев | 110/100 | 125/115 | 145/125 | 170/140 | 180/145 |
| 3 | Челночный бег 3 х 10 м (сек) мал/дев | 9,5/9,7 | 9,0/9,2 | 8,5/8,7 | 8,2/8,4 | 8,0/8,2 |
| 4 | Подтягивание (мал) / отжимание (дев) | -\* / 10 | 1 / 15 | 3 / 20 | 6 / 25 | 7 / 30 |
| 5 | Бег 1 000 м (мин) мал / дев | 8,0/8’15” | 7,0/7’15” | 6’40”/6’55” | 4’45”/5,0 | 4’30”/4’45” |

\*для мальчиков 8-ми летнего возраста отжимание – 10 раз.

Возраст поступающих определяется по году рождения. Пример: поступающий родился 31 декабря 2007 года. Дата сдачи тестов 5 сентября 2015 года. Считается, что поступающему исполнилось 8 лет.

Выполнение норматива каждого упражнения оценивается в 5 баллов.

Для определения окончательного количества баллов по каждому упражнению 1 балл (но не более 5 баллов) прибавляется при улучшении норматива или вычитается при ухудшении норматива:

п. 1 – за каждые 0,1 сек;

п. 2 – за каждые 5 см;

п. 3 – за каждые 0,1 сек;

п. 4 – за каждое подтягивание (отжимание);

п. 5 – за каждые 10 сек.

Методические рекомендации тестирования

поступающих по общей физической подготовке.

Индивидуальный отбор поступающих проводится на стадионе в сухую погоду при температуре не ниже 10° С.

Перед тестированием самостоятельно проводится разминка.

Комплекс требований к результатам по ОФП включает следующие тесты:

- бег на 30 м выполняется на дорожке стадиона или легкоатлетического манежа в спортивной обуви без шипов. В каждом забеге участвуют не менее двух поступающих, результаты регистрируются с точностью до десятой доли секунды. Разрешается только одна попытка;

- прыжки в длину с места проводятся на нескользкой поверхности. Поступающий становится лицом к стартовой линии в исходное положение, при котором ступни находятся параллельно друг другу и толчком двумя ногами со взмахом рук совершает прыжок. Приземление происходит одновременно на обе ноги. Измерение осуществляется рулеткой по отметке, расположенной ближе к стартовой линии. Записывается лучший результат из трех попыток в сантиметрах;

- челночный бег 3 х 10 м выполняется с максимальной скоростью. Поступающий становится у стартовой линии лицом к стойкам, по команде оббегает стойки, находящиеся на расстоянии 10 м друг от друга. Время фиксируется до десятой доли секунды. Разрешается одна попытка;

- подтягивание на перекладине из виса выполняется максимальное количество раз хватом сверху, и.п.: вис на перекладине, руки полностью выпрямлены в локтевых суставах. Подтягивание засчитывается при положении, когда подбородок испытуемого находится выше уровня перекладины. Каждое последующее подтягивание выполняется из и. п. Запрещены движения в тазобедренных и коленных суставах и попеременная работа руками;

- сгибание и разгибание рук в упоре лёжа выполняется максимальное количество раз. И п.: упор лёжа на горизонтальной поверхности, руки полностью выпрямлены в локтевых суставах, туловище и ноги составляют одну прямую линию. Отжимание засчитывается, когда поступающий, коснувшись грудью ограничения, возвращается в и.п. При выполнении упражнения запрещены движения в тазобедренных суставах;

- бег на 1000 м проводится на дорожке стадиона. Разрешается переходить на ходьбу. Время фиксируется с точностью до 0,1 с.