

УТВЕРЖДЕНЫ
приказом МБУДО СШОР № 4
от «25» 04 2023 г. № 73/1

ПРАВИЛА
приема на обучение по дополнительным образовательным
программам спортивной подготовки

I. Общие положения

1. Настоящие Правила регламентируют прием в Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Спортивная школа олимпийского резерва № 4 по спортивной гимнастике» г. Челябинска (далее – учреждение) на обучение по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки.

2. Помимо настоящих Правил, прием в учреждение на обучение по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки (далее также – программа спортивной подготовки) регламентируется Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»), Федеральным законом от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27 января 2023 г. № 57 «Об утверждении порядка приема на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки», федеральными стандартами спортивной подготовки, другими федеральными нормативными правовыми актами, законами и иными нормативными правовыми актами Челябинской области, уставом учреждения и локальными нормативными актами.

3. Прием на обучение проводится на принципах равных условий приема для всех поступающих.

4. Прием иностранных граждан и лиц без гражданства, в том числе соотечественников за рубежом, в учреждение для обучения по программе спортивной подготовки за счет бюджетных ассигнований бюджета Челябинской области осуществляется в соответствии с международными договорами Российской Федерации, Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» и настоящими Правилами.

5. Поступающий, достигший 14-летнего возраста, или родители (законные представители) поступающего имеют право подать заявление о приеме на обучение на несколько программ спортивной подготовки (видов спорта, спортивных дисциплин). Форма заявления представлена в приложении № 2 к настоящим Правилам.

II. Организация индивидуального отбора поступающих

6. На все этапы спортивной подготовки принимаются лица в соответствии с возрастом, установленным федеральными стандартами спортивной подготовки.

7. Лица, не имеющие уровня спортивной квалификации, принимаются на обучение на этап начальной подготовки.

8. Лица, имеющие уровень спортивной квалификации, принимаются на обучение на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации), этап совершенствования спортивного мастерства, этап высшего спортивного мастерства.

9. В случае приема на обучение ребенка, ранее не занимавшегося видом спорта и возраст которого больше возраста, установленного федеральным стандартом спортивной подготовки, рекомендации по зачислению на соответствующий этап спортивной подготовки и год обучения даются приемной комиссией, исходя из результатов индивидуального отбора.

10. Прием на обучение по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки проводится на основании результатов индивидуального отбора, проводимого в

целях выявления лиц, имеющих необходимые для освоения соответствующей образовательной программы физические, и двигательные умения (далее соответственно – отбор, поступающие).

Поступающим и родителям (законным представителям) поступающих предоставляется информация об индивидуальном отборе и об итогах его проведения.

11. Для организации проведения приема в учреждении по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки формируется приемная комиссия. Порядок формирования и работы приемной комиссии регламентируется Положением о приемной комиссии по индивидуальному отбору поступающих на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки в соответствии с приложением № 3 к настоящим Правилам.

12. Результаты по каждой форме проведения индивидуального отбора объявляются не позднее трех рабочих дней после проведения отбора. Объявление результатов осуществляется путем размещения пофамильного списка-рейтинга с указанием системы оценок, применяемой в учреждении, и самих оценок (отметок, баллов, показателей и единиц их измерения), на информационном стенде и на официальном сайте учреждения в информационно-телекоммуникационной сети Интернет *chelgymnasnic.ru* (далее – сайт учреждения) в разделе «Прием на обучение».

13. Рекомендованными к зачислению считаются лица, набравшие наиболее высокие итоговые оценки по количеству набранных баллов для приема.

14. В пофамильный список-рейтинг возможно внесение изменений в случае повторного индивидуального отбора, проведенного по решению апелляционной комиссии.

15. При равенстве итоговых оценок в пофамильном списке-рейтинге более высокое место занимает поступающий, показавший лучший результат в тестах «подтягивание из виса на перекладине», «вис углом».

16. В течение двух рабочих дней после объявления результатов индивидуального отбора поступающий или родители (законные представители) поступающего направляют по электронной почте или при посещении учреждения согласие на зачисление поступающего в учреждение: «Даю согласие на зачисление в учреждение по результатам индивидуального отбора».

17. В случае если поступающий или родители (законные представители) ребенка, рекомендованного к зачислению, не направили согласие на зачисление в сроки, указанные в пункте 16 настоящих Правил, его место занимает следующий по рейтингу в порядке снижения итоговой оценки.

18. Лицам, не зачисленным на бюджетные места, но оказавшимся в пофамильном списке-рейтинге выше проходного балла, предоставляется возможность обучения по договорам за счет средств физических и (или) юридических лиц.

III. Проведение отбора поступающих

19. При приеме на обучение по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки, отбор поступающих проводится в форме тестирования (испытаний) – выполнения упражнений, для которых установлены определенные нормативы.

20. Требования, предъявляемые к уровню физических, и двигательных умений поступающих, а также система оценок, применяемая при проведении отбора, устанавливаются в соответствии с приложением № 4 к настоящим Правилам.

IV. Сроки приема

21. Прием на обучение осуществляется в период с 1 августа по 20 сентября. Конкретные сроки устанавливаются приказом учреждения до 1 сентября соответствующего года. В приказе учреждения отдельно указываются:

- сроки приема заявления и иных документов;
- сроки проведения отбора по каждой дополнительной образовательной программе спортивной подготовки;

- сроки зачисления поступающих в учреждение.

22. При наличии свободных мест для приема на обучение по соответствующей дополнительной образовательной программе спортивной подготовки в учреждении срок приема продлевается до момента заполнения свободных мест. Продление срока осуществляется приказом учреждения.

V. Подача и рассмотрение апелляции

23. Поступающий, достигший 14-летнего возраста, или родители (законные представители) поступающего вправе подать апелляцию в письменном виде по процедуре и (или) результатам проведения индивидуального отбора в апелляционную комиссию не позднее следующего рабочего дня после объявления результатов отбора поступающих.

24. Апелляционная комиссия не рассматривает апелляции по вопросам содержания и структуры испытаний в рамках индивидуального отбора.

25. Апелляция рассматривается не позднее одного рабочего дня со дня ее подачи на заседании апелляционной комиссии, на которое приглашаются поступающий или родители (законные представители) поступающего, не согласные с решением комиссии по отбору поступающих.

26. Для рассмотрения апелляции секретарь приемной комиссии направляет в апелляционную комиссию протокол соответствующего заседания приемной комиссии, результаты индивидуального отбора.

27. Заседание апелляционной комиссии проводится с приглашением председателя или заместителя председателя комиссии по индивидуальному отбору поступающих.

28. Апелляционная комиссия принимает решение о целесообразности или нецелесообразности повторного проведения отбора поступающих, родители (законные представители) которых подали апелляцию.

29. Решение принимается большинством голосов членов апелляционной комиссии, участвующих в заседании, при обязательном присутствии председателя апелляционной комиссии. При равном числе голосов председатель апелляционной комиссии обладает правом решающего голоса.

30. Решение апелляционной комиссии оформляется протоколом, подписывается председателем апелляционной комиссии и доводится до сведения поступающего или родителей (законных представителей) поступающего, подавших апелляцию, под роспись в течение одного рабочего дня со дня принятия решения, после чего передается в приемную комиссию.

31. На каждом заседании апелляционной комиссии ведется протокол.

32. При удовлетворении апелляции результаты индивидуального отбора аннулируются и поступающему предоставляется возможность пройти повторный индивидуальный отбор.

33. Апелляция подается по форме в соответствии с приложением № 5 к настоящим Правилам.

VI. Прием документов

34. Для приема на обучение поступающий или родители (законные представители) поступающего представляют следующие документы:

35. заявление о приеме на обучение по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки;

- медицинские документы, подтверждающие отсутствие у поступающего противопоказаний для освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки;

- копию свидетельства о рождении ребенка или документа, подтверждающего родство заявителя;

- для поступающих – граждан Российской Федерации старше 14 лет – копию паспорта гражданина Российской Федерации;

- две фотографии поступающего размером 3х4 см.;
- согласие на обработку персональных данных поступающего и (или) родителей (законных представителей) поступающего;

Поступающие, имеющие спортивный разряд, дополнительно предъявляют зачетную классификационную книжку спортсмена.

Лица, ранее занимающиеся видом спорта, но не имеющие спортивного разряда, по своему усмотрению могут предоставить справку об обучении или о периоде обучения или иную справку, подтверждающую прохождение спортивной подготовки в другой физкультурно-спортивной организации или организации, осуществляющей образовательную деятельность.

36. При посещении учреждения и (или) очном взаимодействии с уполномоченными должностными лицами учреждения поступающий или родители (законные представители) поступающего предъявляют дополнительно к копиям оригиналы:

- свидетельства о рождении ребенка или документа, подтверждающего родство заявителя;
- паспорта гражданина Российской Федерации (для поступающих – граждан Российской Федерации старше 14 лет);
- документа, удостоверяющего личность родителя (законного представителя).

37. Иностранцы граждане и лица без гражданства все документы представляют на русском языке или вместе с заверенным в установленном порядке переводом на русский язык.

38. Поступающий или родители (законные представители) поступающего имеют право по своему усмотрению представлять другие документы, в том числе отражающие индивидуальные достижения поступающего (дипломы, грамоты и т.п.).

39. Прием заявлений ведется делопроизводителем.

40. Факт приема заявления о приеме на обучение и перечень документов, представленных поступающим или родителями (законными представителями) поступающего, регистрируются в журнале приема заявлений о приеме на обучение в учреждение.

41. Заявление о приеме на обучение и документы для приема на обучение, указанные в пункте 40 настоящих Правил (далее также – заявление и иные документы), подаются одним из следующих способов:

- лично в учреждение;
- через операторов почтовой связи общего пользования заказным письмом с уведомлением о вручении;
- в электронной форме (документ на бумажном носителе, преобразованный в электронную форму путем сканирования или фотографирования с обеспечением машиночитаемого распознавания его реквизитов) посредством электронной почты учреждения.

Прием заявления и иных документов при личном посещении учреждения осуществляется в соответствии с режимом и графиком работы учреждения.

Информация о месте приема заявления и иных документов, почтовом адресе, адресе электронной почты, режиме и графике работы учреждения, контактных телефонах размещается на сайте учреждения адрес сайта: chelgymnastic.ru

42. Форма заявления о приеме на обучение по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки размещается учреждением на информационном стенде и на сайте учреждения в разделе «Поступающим».

VII. Зачисление в учреждение

43. Прием на обучение оформляется приказом учреждения.

44. В случае, если принятый на обучение ребенок не приступил к обучению в соответствии с расписанием занятий без письменного уведомления об уважительной причине отсутствия на занятиях (болезнь или иные обстоятельства, подтвержденные документально), приказ о приеме на обучение в части данного лица аннулируется.

45. Копии свидетельства о рождении ребенка, а также других представленных документов хранятся в личном деле обучающегося.

46. Учреждение обязано ознакомить родителей (законных представителей) ребенка со своим уставом, со сведениями о дате предоставления и регистрационном номере лицензии на осуществление образовательной деятельности, с образовательными программами и другими документами, регламентирующими организацию и осуществление образовательной деятельности, права и обязанности обучающихся. Факт такого ознакомления фиксируется в заявлении о приеме и заверяется личной подписью поступающего или родителей (законных представителей) поступающего.

47. Основаниями для отказа в приеме в учреждение являются:
непредставление документов, указанных в пункте 41 настоящих Правил;
предоставление недостоверных сведений в документах;
отсутствие свободных мест в учреждении;
несоответствие возраста поступающего возрасту, принятому к зачислению в учреждение по соответствующей дополнительной образовательной программе спортивной подготовки;
отсутствие согласия на обработку персональных данных ребенка.

VIII. Прием в порядке перевода

48. Перевод обучающихся в течение тренировочного года (спортивного сезона) из других спортивных школ, перевод обучающегося с дополнительной общеразвивающей программы на дополнительную образовательную программу спортивной подготовки осуществляется с учетом мнения обучающихся и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся и на основании индивидуального отбора в соответствии с настоящими Правилами.

49. Сроки проведения индивидуального отбора при приеме в порядке перевода устанавливаются приказом учреждения.

50. Перевод осуществляется при наличии свободных мест.

Приложение № 1
к Правилам приема на обучение по
дополнительным образовательным
программам спортивной подготовки,
утвержденным приказом
МБУДО СШОР № 4
от « ____ » _____ 202__ г. № _____

ПЕРЕЧЕНЬ
дополнительных образовательных программ спортивной
подготовки, по которым осуществляется прием на обучение в
МБУДО СШОР № 4

Наименование дополнительной образовательной программы спортивной подготовки	Спортивная дисциплина	Продолжительность обучения на этапе спортивной подготовки	Возрастные границы лиц, зачисляемых на спортивную подготовку (по состоянию на 1 октября года поступления)
1	2	3	4
Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «спортивная гимнастика»	Спортивная гимнастика	Этап начальной подготовки - 2 года	Девочки с 6 лет Мальчики с 7 лет
		Тренировочный Этап - 5 лет	Девочки с 7 лет Мальчики с 9 лет
		Этап совершенствования спортивного мастерства – без ограничений	Девушки с 12 лет Юноши с 14 лет
		Этап Высшего спортивного мастерства - без ограничений	Девушки с 14 лет Юноши с 16 лет

Приложение № 2
Директору МБУДО СШОР № 4
Крылову Евгению Михайловичу

от

фамилия, и.о. директора учреждения

фамилия заявителя

имя

отчество (при наличии)

ЗАЯВЛЕНИЕ
о приеме на обучение по дополнительным образовательным
программам спортивной подготовки

Прошу принять моего ребенка _____ на обучение в учреждение и провести индивидуальный отбор по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «спортивная гимнастика	
Сведения о поступающем	
Фамилия в именительном падеже	_____
Имя в именительном падеже	_____
Отчество (при наличии) в именительном падеже	_____
Дата рождения (число, месяц, год)	_____
Всего лет (на 1 октября с месяцами)	_____
Домашний адрес	_____
Наименование общеобразовательной школы или дошкольного образовательного учреждения на 01.10 текущего года	_____
Сведения о родителях (законных представителях)	
Степень родства	Мать / опекун / законный представитель (подчеркнуть)
Фамилия в именительном падеже	_____
Имя в именительном падеже	_____
Отчество	_____
Место жительства	_____
Место работы	_____
Занимаемая должность	_____
Телефон	_____
e-mail	_____
Степень родства	Отец / опекун / законный представитель (подчеркнуть)
Фамилия в именительном падеже	_____
Имя в именительном падеже	_____
Отчество	_____
Место жительства	_____
Место работы	_____
Занимаемая должность	_____
Телефон	_____
e-mail	_____

С уставом учреждения, со сведениями о дате предоставления и регистрационном номере лицензии на осуществление образовательной деятельности, с Правилами приема в учреждение на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки, с образовательными программами, с правами и обязанностями обучающихся ознакомлен(а)

подпись

Даю согласие на процедуру индивидуального отбора в отношении моего ребенка в соответствии с Правилами приема в учреждение

подпись

« ____ » _____ 202__ г.

Приложение № 3
к Правилам приема на обучение по
дополнительным образовательным
программам спортивной подготовки,
утвержденным приказом МБУДО СШОР № 4
от «25» 04 2023 г. № 73/1

ПОЛОЖЕНИЕ
о приемной комиссии по индивидуальному отбору
поступающих на обучение по дополнительным
образовательным программам спортивной подготовки

Общие положения

1. Настоящее положение определяет порядок формирования и работы комиссии по индивидуальному отбору поступающих на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки (далее соответственно – комиссия, поступающие), реализуемым в Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Спортивная школа олимпийского резерва № 4 по спортивной гимнастике» г. Челябинска (далее – учреждение)
2. Комиссия в своей деятельности руководствуется федеральными законами и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации, законами и иными нормативными правовыми актами Челябинской области, уставом учреждения, настоящим Положением и иными локальными нормативными актами учреждения.

Функции комиссии

3. Комиссия выполняет следующие функции:
организация и проведение индивидуального отбора поступающих по конкретной дополнительной образовательной программе спортивной подготовки;
составление по каждой форме индивидуального отбора пофамильного списка-рейтинга поступающих с указанием оценок, полученных каждым поступающим;
принятие решения о результатах отбора.

Порядок формирования комиссии

4. Комиссия формируется по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «спортивная гимнастика» (далее – программа спортивной подготовки)
5. Состав комиссии определяется ежегодно приказом учреждения.
6. Комиссии формируются из числа педагогических работников учреждения, реализующих соответствующие дополнительные образовательные программы спортивной подготовки. При необходимости в состав комиссии могут включаться другие работники учреждения.
7. Численность комиссии должна быть не менее пяти человек.
8. В состав комиссии входят председатель комиссии, секретарь комиссии и члены комиссии.
9. Председатель комиссии должен иметь высшее образование по специальности (направлению подготовки) «Физкультура и спорт», а также разряд или звание по соответствующему виду спорта.
10. Члены комиссии должны быть независимы от любого воздействия на принимаемые комиссией решения.
11. Полномочия члена комиссии могут быть прекращены в случаях:
личного заявления члена комиссии о сложении полномочий;

длительной командировки или временной нетрудоспособности члена комиссии; прекращения трудовых отношений члена комиссии с учреждением.

13. Изменение персонального состава комиссии производится с соблюдением требований, предусмотренных настоящим Положением для формирования состава комиссии.

14. Срок полномочий комиссии исчисляется с даты издания приказа учреждения об утверждении персонального состава комиссии.

15. Заседание комиссии считается правомочным при участии в нем не менее половины членов комиссии, председателя комиссии или его заместителя.

16. Директор учреждения имеет право входить в состав любой комиссии, в том числе быть ее председателем.

Порядок работы комиссии

17. График работы комиссии определяется датами проведения индивидуального отбора поступающих. О времени заседаний члены комиссии извещаются секретарем комиссии не позднее, чем за три рабочих дня до заседания.

18. Допускается проведение совместных заседаний нескольких комиссий.

19. Деятельностью комиссии руководит председатель комиссии, который: осуществляет общее руководство деятельностью комиссии; председательствует на заседаниях комиссии; обеспечивает единство требований, предъявляемых к поступающим при проведении индивидуального отбора.

20. Секретарь комиссии: отвечает за организационное обеспечение деятельности комиссии; осуществляет делопроизводство комиссии; несет ответственность за сохранность документов и иных материалов, рассматриваемых на заседаниях комиссии.

21. Члены комиссии имеют право: вносить предложения о совершенствовании организации работы комиссии и условий индивидуального отбора поступающих; в случае несогласия с решением комиссии требовать внесения в протокол особого мнения или изложить его в письменной форме в заявлении на имя председателя комиссии.

22. Члены комиссии обязаны: участвовать в заседаниях комиссии; выполнять возложенные на них функции в соответствии с настоящим Положением и решениями комиссии; соблюдать требования нормативных правовых актов, регулирующих порядок индивидуального отбора поступающих; соблюдать конфиденциальность персональных данных поступающих, данных о результатах индивидуального отбора до их утверждения в установленном порядке, иной информации, полученной в связи с выполнением обязанностей члена комиссии.

23. Комиссии проводят свою работу в специально выделенных и оборудованных для проведения отбора помещениях (стадионах, спортивных залах, аудиториях), позволяющих ограничить доступ посторонних лиц и обеспечить соблюдение режима конфиденциальности информации и надлежащих условий хранения документации.

24. При проведении комиссией индивидуального отбора присутствие посторонних лиц не допускается.

25. Каждым членом комиссии ведется лист оценок, в котором указываются дата и место проведения отбора, фамилия, имя, отчество члена комиссии, фамилия, имя, отчество каждого поступающего, выставляются полученные оценки.

26. На каждом заседании комиссии ведется протокол, в котором отражается мнение всех членов комиссии.

27. Протокол заседания комиссии должен содержать следующую информацию:

дата, время и место проведения заседания комиссии;
фамилия, имя, отчество председателя комиссии, секретаря комиссии, присутствующих членов комиссии;

по фамильный список-рейтинг с указанием оценок, полученных каждым поступающим;
решение о результатах отбора.

28. Протокол подписывается председателем, секретарем и всеми членами комиссии.

29. Решение о результатах приема в учреждение принимается комиссией на закрытом заседании простым большинством голосов членов комиссии, участвующих в заседании, при обязательном присутствии председателя комиссии или его заместителя. При равном числе голосов председательствующий на заседании комиссии обладает правом решающего голоса.

30. Комиссия передает протокол об указанных результатах директору учреждения не позднее следующего рабочего дня после принятия решения о результатах отбора.

**Нормативы
общей физической и специальной физической подготовки для зачисления
на этап начальной подготовки по виду спорта «спортивная гимнастика»**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения	
			мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			10,3	10,6
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			8	5
1.3.	Подтягивания из виса хватом сверху на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			2	-
1.4.	Подтягивания из виса лежа хватом сверху на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			-	5
1.5.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) Фиксация положения 3 с	см	не менее	
			+1	+3
1.6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			110	105
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Исходное положение – вис на гимнастической стенке хватом сверху. Подъем выпрямленных ног в положение «угол»	количество раз	не менее	
			5	5
2.2.	Вис «углом» на гимнастической стенке. Фиксация положения.	с	не менее	
			5	5
2.3.	Упражнение «мост» из положения лежа на спине. Отклонение плеч от вертикали не более 45°. Фиксация положения	с	не менее	
			5	5

Директору МБУДО СШОР № 4

Крылову Евгению Михайловичу

фамилия, и.о. директора учреждения

от

фамилия заявителя

имя

отчество (при наличии)

ЗАЯВЛЕНИЕ
о приеме на обучение по дополнительным образовательным
программам спортивной подготовки

Прошу принять моего ребенка _____ на обучение в учреждение и провести индивидуальный отбор по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «спортивная гимнастика	
Сведения о поступающем	
Фамилия в именительном падеже	
Имя в именительном падеже	
Отчество (при наличии) в именительном падеже	
Дата рождения (число, месяц, год)	
Всего лет (на 1 октября с месяцами)	
Домашний адрес	
Наименование общеобразовательной школы или дошкольного образовательного учреждения на 01.10 текущего года	
Сведения о родителях (законных представителях)	
Степень родства	Мать / опекун / законный представитель (подчеркнуть)
Фамилия в именительном падеже	
Имя в именительном падеже	
Отчество	
Место жительства	
Место работы	
Занимаемая должность	
Телефон	
e-mail	
Степень родства	Отец / опекун / законный представитель (подчеркнуть)
Фамилия в именительном падеже	
Имя в именительном падеже	
Отчество	
Место жительства	
Место работы	
Занимаемая должность	
Телефон	
e-mail	

С уставом учреждения, со сведениями о дате предоставления и регистрационном номере лицензии на осуществление образовательной деятельности, с Правилами приема в учреждение на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки, с образовательными программами, с правами и обязанностями обучающихся ознакомлен(а)

подпись

Даю согласие на процедуру индивидуального отбора в отношении моего ребенка в соответствии с Правилами приема в учреждение

подпись

Приложение
к Правилам приема на обучение
по дополнительным образовательным
программам спортивной подготовки

**Нормативы
общей физической и специальной физической подготовки для зачисления
на этап начальной подготовки по виду спорта «спортивная гимнастика»**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения	
			мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			10,3	10,6
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			8	5
1.3.	Подтягивания из виса хватом сверху на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			2	–
1.4.	Подтягивания из виса лежа хватом сверху на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			–	5
1.5.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) Фиксация положения 3 с	см	не менее	
			+1	+3
1.6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			110	105
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Исходное положение – вис на гимнастической стенке хватом сверху. Подъем выпрямленных ног в положение «угол»	количество раз	не менее	
			5	5
2.2.	Вис «углом» на гимнастической стенке. Фиксация положения.	с	не менее	
			5	5
2.3.	Упражнение «мост» из положения лежа на спине. Отклонение плеч от вертикали не более 45°. Фиксация положения	с	не менее	
			5	5