|  |
| --- |
| Изменения от 28.11.2023 приказ №91-ук Приложению №2к Приказу № 70-у от «08» сентября 2023 г. |

Порядок

индивидуального отбора поступающих и его содержание.

1. Основные сведения

1.1. Индивидуальный отбор проводится в целях выявления у поступающих физических, психологических способностей и (или) двигательных умений, необходимых для освоения дополнительных образовательных программам спортивной подготовки (формы индивидуального отбора поступающих, содержание по программам, систему оценок (отметок, баллов, показателей в единицах измерения), применяемую при проведении индивидуального отбора, Учреждение определяет самостоятельно.

1.2. Для проведения индивидуального отбора поступающих Учреждения проводит **тестирование**, а также вправе проводить предварительные просмотры, анкетирование, консультации в порядке, установленном локальным нормативным актом Учреждения.

1.3. Проведение индивидуального отбора осуществляется при приеме граждан на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки по избранным видам спорта на следующие этапы спортивной подготовки:

а) этап начальной подготовки (периоды подготовки до одного года и свыше одного года);

б) учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) (периоды подготовки до двух (трех)лет и свыше двух(трех) лет);

в) этап совершенствования спортивного мастерства;

г) этап высшего спортивного мастерства.

1.4. Минимальный возраст лиц, поступающих на этап спортивной подготовки, определяется в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки и дополнительными образовательными программами спортивной подготовки по избранным видам спорта, разработанной и реализуемой Учреждением.

1.5. Во время проведения индивидуального отбора поступающих присутствие посторонних лиц допускается только с письменного разрешения руководителя Учреждения.

1.6. Для зачисления на этапы спортивной подготовки Учреждение применяется **балльная система оценки** и устанавливается проходной балл.

Оценка уровня ОФП и СФП, поступающих определяется **количество набранных баллов** (далее - проходной балл) в баллах, полученных ими за выполнение физических упражнений (тестов), т.е. результаты сданных нормативов в баллах суммируются и делятся на количество нормативов, которые сдавал поступающий.

1.6. Зачисление на бюджетные места происходит, если набран проходной балл, соответствующий этапу спортивной подготовки. Если количество поступающих, сдавших нормативы, больше, чем количество бюджетных мест, то зачисляются те поступающие, у которых проходной балл выше.

1.7. При равном количестве баллов у поступающих решение о зачисление в Учреждение принимается путем открытого голосования членов приемной комиссии, присутствующих на заседании. При равном количестве голосов «за» и «против» голос председателя приемной комиссии является решающим.

2. Организация проведения индивидуального отбора поступающих

2.1. Индивидуальный отбор поступающих в Учреждение проводит приемная комиссия, согласно графику проведения индивидуального отбора поступающих в Учреждение в текущем году.

2.2. Для допуска к прохождению индивидуального отбора у поступающего не должно быть противопоказаний для занятий выбранным видом спорта (подтверждается медицинским заключением о допуске к прохождению Программ (медицинское заключение с указанием группы здоровья о допуске к прохождению спортивной подготовки) в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23 октября 2020 г. № 1144н).

2.3. Одежда и обувь поступающих – спортивная (соответствует сезону).

2.4. Во время тестирования обеспечиваются необходимые меры техники безопасности и сохранение здоровья поступающих.

2.5. Перед началом сдачи вступительных испытаний с поступающими проводится разминка. Разминку проводит тренер-преподаватель. На разминку отводится 10-15 минут.

2.6. Оценка уровня подготовленности поступающих лиц на их соответствие требованиям, предъявляемым к уровню общей физической (далее - ОФП) и специальной физической подготовки (далее - СФП) поступающих лиц, проводится по результатам сдачи нормативов ОФП и СФП по избранным видам спорта.

2.7. Для лиц, поступающих на этап начальной подготовки (период подготовки до одного года) к стажу тренировочных занятий требования не предъявляются. Уровень ОФП и СФП должен соответствовать требованиям, предъявляемым к уровню ОФП и СФП лиц, поступающих на этап начальной подготовки (период подготовки до одного года и свыше одного года) по видам спорта: лыжные гонки (таблица 1), спортивная борьба (таблица 2), сумо (таблица 3), футбол (таблица 4,5).

2.8. Результаты индивидуального отбора объявляются не позднее чем через три рабочих дня после его проведения. Объявление указанных результатов осуществляется путем размещения пофамильно или по номеру СНИЛС списка-рейтинга с указанием системы оценок, применяемой в Учреждении, и самих оценок (отметок, баллов, показателей в единицах измерения), полученных каждым поступающим по итогам индивидуального отбора. Данные результаты размещаются на информационном стенде и на сайте Учреждения с учетом соблюдения законодательства Российской Федерации в области персональных данных.

3. Психологические требования к отбору лиц, для прохождения спортивной подготовки

3.1. При подготовке спортсменов важным аспектом является психологическая подготовка. Программами спортивной подготовки устанавливается комплекс действий и приемов, осуществляемых в условиях учебных-тренировок и соревнований, которые связаны со значительными психическими и физическими напряжениями, формирующие основные психологические качества обучающегося:

• уверенность в своих действиях, четкое представление о своих возможностях и способность предельно мобилизовать их в условиях соревновательной борьбы;

• развитая способность к проявлению волевых качеств;

• устойчивость спортсмена к стрессовым ситуациям учебно-тренировочной и соревновательной деятельности;

• степень совершенства кинестетических, визуальных и других сенсорных восприятий различных параметров двигательных действий и окружающей среды;

• способность к психической регуляции движений, обеспечению эффективной мышечной координации;

• способность воспринимать, организовывать и перерабатывать информацию в условиях дефицита времени.

3.2. Основными компонентами пригодности являются: направленность личности (интерес, стремление к совершенствованию), волевые качества (решительность, смелость, и т. д.), эмоциональная устойчивость (устойчивость при воздействии экстремальных факторов, толерантность) и, наконец, к психическим качествам (широкое распределение внимания, скорость и точность сенсомоторных реакций, оперативная память и т.д.); свойства нервной системы, которые непосредственно не входят в способности, но связаны с процессом их развития и представляют собой физиологическую базу способностей на данном этапе отбора.

3.3. Общие психологические особенности, применяемые во внимание во время индивидуального отбора:

- Соперничество – за победу или лучший результат,

- Стремление к достижению к высокому результату в меру возможностей поступающего,

- Морально-волевые качества, самообладание, способность к приобретению знаний умений и навыков по избранному виду спорта.

3.4. Оценка психологических требований для зачисления на этапы спортивной подготовки Учреждение является - субъективной.

Требования, предъявляемые к уровню ОФП и СФП лиц, поступающих на этап начальной подготовки до одного года

Таблица 1

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

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  №п/п | Упражнения | Единица измерения | Норматив до года обучения | Дополнительные критерии оценки |
| мальчики | девочки |
| 1. Нормативы общей физической подготовки |  |
| 1.1. | Бег на 60 м | с | 3 балла | 3 балла | +1 балл за каждые -0,10 с |
| 11,5 | 12,0 |
| 1.2. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | 3 балла | 3 балла | +1 балл за каждые доп.+10см |
| 140 | 130 |
| 1.3. | Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин) | количество раз | 3 балла | 3 балла | +1 балл за каждый доп. +5 раз |
| 30 | 25 |
| 1.4. | Бег на 1000 м | мин, с | 3 балла | 3 балла | +1 балл за каждые -0,10 с |
| 6.30 | 7.00 |
| **Минимальный проходной балл** | **12 баллов** | **12 баллов** |  |

Таблица 2

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления на этап начальной подготовки по виду спорта "спортивная борьба"**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | Упражнения | Единица измерения | Норматив до года обучения | Дополнительные критерии оценки |
| мальчики | девочки |
| 1. Нормативы общей физической подготовки |
| 1.1. | Бег на 30 м | с | 3 балла | 3 балла | +1 балл за каждые -0,10 с |
| 6,9 | 7,1 |
| 1.2. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | 3 балла | 3 балла | +1 балл за каждый доп. раз |
| 7 | 4 |
| 1.3. | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) | см | 3 балла | 3 балла | +1 балл за каждый доп. см |
| +1 | +3 |
| 1.4. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | 3 балла | 3 балла | +1 балл за каждые доп.+10см |
| 110 | 105 |
| 1.5. | Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м (3 попытки) | количество попаданий | 3 балла | 3 балла | +1 балл за каждое доп. попадание |
| 2 | 1 |
| 2. Нормативы специальной физической подготовки |
| 2.1. | Стоя ровно, на одной ноге, руки на поясе. Фиксация положения | с | 3 балла | 3 балла | +1 балл за каждые +0,10 с |
| 10,0 | 8,0 |
| 2.2. | Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке | количество раз | 3 балла | 3 балла | +1 балл за каждый доп. раз |
| 2 | 2 |
| **Минимальный проходной балл** | **21 балл** | **21 балл** |  |

Таблица 3

**Нормативы общей физической подготовки для зачисления на этап начальной подготовки по виду спорта «сумо»**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nп/п | Упражнения | Единица измерения | Норматив до года обучения | Дополнительные критерии оценки |
| мальчики | девочки |
| 1. Нормативы общей физической подготовки |
| 1.1. | Челночный бег 3x10 м | с | 3 балла | 3 балла | +1 балл за каждые -0,10 с |
| 10 | 11 |
| 1.2. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | 3 балла | 3 балла | +1 балл за каждый доп. раз |
| 10 | 5 |
| 1.3. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | 3 балла | 3 балла | +1 балл за каждые доп.+10см |
| 130 | 120 |
| 1.4. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине | количество раз | 3 балла | 3 балла | +1 балл за каждый доп. раз |
| 9 | 7 |
| 1.5. | Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу, пальцами рук коснуться пола | количество раз | 3 балла | 3 балла | +1 балл за каждый доп. см |
| +1 | +2 |
| **Минимальный проходной балл** | **15 баллов** | **15 баллов** |  |

Таблица 4

**Нормативы общей физической и технической подготовки для зачисления и на этап начальной подготовки до одного года по виду спорта "футбол"**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Упражнения** | **Единица измерения** | **Норматив до года обучения** | **Дополнительные критерии оценки** |
| мальчики | девочки |
| 1. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины "футбол" |
| 1.1.    | Бег на 10 м с высокого старта | с     | 3 балла | 3 балла | +1 балл за каждые -0,10 с |
| 2,35 | 2,50 |
| 1.2.    | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см     | 3 балла | 3 балла | +1 балл за каждые доп.+10см |
| 100 | 90 |
| **Минимальный проходной балл** | **6 баллов** | **6 баллов** |  |

Таблица 5

**Нормативы общей физической и технической подготовки для зачисления и на этап начальной подготовки свыше одного года по виду спорта "футбол"**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Упражнения** | **Единица измерения** | **Норматив свыше года обучения** | **Дополнительные критерии оценки** |
| мальчики | девочки |
| 1. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины "футбол" |  |
| 1.1. | Челночный бег 3x10 м | с     | 3 балла | +1 балл за каждые -0,10 с |
|     | 9,30 | 10,30 |
| 1.2. | Бег на 10 м с высокого старта | с     | 3 балла | +1 балл за каждые -0,10 с |
|     | 2,30 | 2,40 |
| 1.3. | Бег на 30 м     | с     | 3 балла | +1 балл за каждые -0,10 с |
|     | 6,0 | 6,5 |
| 1.4. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см     | 3 балла | +1 балл за каждые доп.+10см |
|     | 120 | 110 |
| 2. Нормативы технической подготовки для спортивной дисциплины "футбол" |  |
| 2.1. | Ведение мяча 10 м     | с     | 3 балла | +1 балл за каждые -0,10 с |
|     | 3,00 | 3,20 |
| 2.2. | Ведение мяча с изменением направления 10 м (начиная со второго года спортивной подготовки) | с     | 3 балла | +1 балл за каждые -0,10 с |
|     | 8,60 | 8,80 |
| 2.3.    | Ведение мяча 3x10 м (начиная со второго года спортивной подготовки) | с | 3 балла | +1 балл за каждые -0,10 с |
| 11,60 | 11,80 |
| 2.4.       | Удар на точность по воротам (10 ударов) (начиная со второго года спортивной подготовки) | количество попаданий | 3 балла | +1 балл за каждое дополнительное попадание |
| 5 | 4 |
| 110 | 105 |
| **Минимальный проходной балл** | **24 балла** | **24 балла** |  |