

Согласовано  
педагогическим советом  
МАУДО «СШ №4 г. Орска»  
Протокол №1  
от «30» августа 2024 года

Утверждаю  
Директор МАУДО «СШ № 4 г.Орска»  
\_\_\_\_\_  
В.В.Сапсай  
Приказ №69/1 от «08» августа 2024 г.

## **ПРАВИЛА** **приема обучающихся в МАУДО «Спортивная школа № 4 г. Орска»** **по дополнительным общеобразовательным программам**

### **1. Общие положения.**

1.1. Настоящее Положение регламентирует правила приема обучающихся на обучение в муниципальное автономное учреждение дополнительного образования «Спортивная школа №4 г.Орска», Положение разработано в соответствии с:

- Законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Приказом Минпросвещения России от 27.06.2022г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Приказом Минспорта России от 27.01.2023 г. № 57 «Об утверждении порядка приема на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки»;
- Постановление Главного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- другими нормативными правовыми актами, регулирующими деятельность муниципальных образовательных учреждений дополнительного образования детей всех видов.

1.2. Настоящее Положение распространяется на обучающихся МАУДО «СШ № 4 г. Орска».

1.3. Целью Положения является создание условий, обеспечивающих реализацию прав детей на общедоступное дополнительное образование.

1.4. Задача Положения – определить механизм приёма и учета движения детей в ходе образовательного процесса, координация действий его участников.

1.5. В СШ реализуются дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа и дополнительная образовательная программа спортивной подготовки.(далее –Программы)

### **2. Порядок приема**

2.1. Зачисление, поступающих в «СШ №4» на обучение по Программам оформляется приказом директора учреждения на основании заявления родителей.

2.2. Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования « Спортивная школа №4 г. Орска» (далее – «СШ № 4») объявляет прием граждан на обучение по дополнительным общеобразовательным программам при наличии соответствующей лицензии на осуществление образовательной деятельности.

2.3. На спортивно-оздоровительный этап зачисляются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

2.4. В «СШ №4 » на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки принимают детей школьного возраста на основе индивидуального отбора преимущественно от 7 до 18 лет.

2.5. При приёме граждан на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки требования к уровню их образования не предъявляются.

2.6. Индивидуальный отбор проводится в целях выявления лиц, имеющих необходимые для освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки способности в области физической культуры и спорта (далее-поступающие), за счет средств соответствующего бюджета, по договорам об образовании по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки.

Для проведения индивидуального отбора поступающих «СШ №4 г. Орска» проводит тестирование, а также вправе проводить предварительные просмотры, анкетирование, консультации в порядке, установленном образовательной организацией.

2.7. В целях организации приёма и проведения индивидуального отбора поступающих в «СШ №4 г. Орска» создана приёмная и апелляционная комиссии.

Составы комиссий утверждаются приказом директора школы. В состав комиссий входят: председатель комиссии, заместитель председателя комиссии, члены комиссии. Секретарь комиссии может не входить в состав комиссий.

Председателем приемной комиссии является директор «СШ №4 г.Орска»

Состав приёмной комиссии (не менее 5 человек) формируется из числа тренерско-преподавательского состава и других педагогических работников «СШ №4», участвующих в реализации дополнительных образовательных программ спортивной подготовки.

2.8. Председателем апелляционной комиссии является руководитель «СШ № 4» (в случае, если он не является председателем приёмной комиссии) или лицо, им уполномоченное.

Состав апелляционной комиссии (не менее 3 человек) формируется из числа тренерско-преподавательского состава, других педагогических работников «СШ №4», участвующих в реализации дополнительных образовательных программ спортивной подготовки и не входящих в состав приёмной комиссии.

2.9. При организации приёма поступающих руководитель образовательной организации обеспечивает соблюдение их прав, прав их законных представителей, установленных законодательством Российской Федерации, гласность и открытость работы приёмной и апелляционной комиссий, объективность оценки способностей и склонностей поступающих.

2.10. Не позднее, чем за месяц до начала приема документов, «СШ №4» на своем информационном стенде и официальном сайте в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» размещает следующую информацию и документы с целью ознакомления с ними поступающих и их родителей (законных представителей):

- копию Устава «СШ №4»;
- копию лицензии на осуществление образовательной деятельности (с приложениями);
- локальные нормативные акты, регламентирующие организацию и осуществление образовательной деятельности, права и обязанности обучающихся;
- условия работы приёмной и апелляционной комиссий «СШ №4»;
- количество бюджетных мест в соответствующем году по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки, а также количество вакантных мест для приёма поступающих (при наличии);
- сроки приёма документов для обучения по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки в соответствующем году;
- сроки и место проведения индивидуального отбора поступающих, в соответствующем году;
- формы индивидуального отбора по каждой дополнительной образовательной программе спортивной подготовки;

- нормативы общей и специальной подготовки для зачисления на обучение по каждой дополнительной образовательной программе спортивной подготовки;
- систему оценок (отметок, баллов, показателей в единицах измерения), применяемую при проведении индивидуального отбора поступающих;
- условия и особенности проведения индивидуального отбора для поступающих с ограниченными возможностями здоровья;
- правила подачи и рассмотрения апелляций по процедуре и (или) результатам индивидуального отбора поступающих;
- сроки зачисления поступающих в «СШ №4».
- образец заявления о приеме на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки (далее заявление);
- порядок оказания платных образовательных услуг, в том числе информацию о стоимости по каждой дополнительной образовательной программе спортивной подготовки (если платные услуги предоставляются).

2.11. Количество поступающих на бюджетной основе для обучения по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки, определяется учредителем образовательной организации в соответствии с муниципальным заданием на оказание муниципальных услуг за счет ассигнований соответствующего бюджета бюджетной системы Российской Федерации.

2.12. Обучающиеся Учреждения имеют право:

- бесплатно пользоваться спортивными сооружениями, инвентарем и оборудованием Учреждения;
- на получение бесплатного дополнительного образования в соответствии с федеральными государственными стандартами и требованиями;
- приобретать и получать спортивную форму, спортивный инвентарь индивидуального пользования;
- участвовать в соревнованиях, спортивно-массовых мероприятиях согласно утвержденному календарю и Положению;
- поощряться за спортивные успехи (грамотами, премиями);
- на получение дополнительных (в том числе платных) образовательных услуг;
- на уважение своего человеческого достоинства, свободу выражения собственных мыслей и убеждений;
- на удовлетворение потребностей в эмоционально - личностном общении;
- на удовлетворение физиологических потребностей (в питании, сне, отдыхе и др.) в соответствии с возрастом и индивидуальными особенностями развития;
- на развитие творческих способностей и интересов;
- на защиту от всех форм физического и психического насилия;
- на условия обучения, гарантирующие охрану и укрепление здоровья;
- на ознакомление со сведениями о дате предоставления и регистрационном номере лицензии на осуществление образовательной деятельности по реализуемым образовательным программам.

Привлечение обучающихся без их согласия и их родителей (законных представителей) к труду, не предусмотренному образовательной программой, запрещается.

2.13. Обучающиеся Учреждения обязаны:

- добросовестно осваивать образовательную программу, выполнять индивидуальный учебный план, в том числе посещать предусмотренные учебным планом или индивидуальным учебным планом учебные занятия, осуществлять самостоятельную подготовку к занятиям, выполнять задания, данные педагогическими работниками в рамках образовательной программы;
- выполнять требования устава Учреждения, правил внутреннего распорядка, в том числе требования к дисциплине на учебных занятиях и правилам поведения в Учреждении и иных локальных нормативных актов по вопросам организации и осуществления образовательной

деятельности;

заботиться о сохранении и об укреплении своего здоровья, стремиться к нравственному, духовному и физическому развитию и самосовершенствованию;

уважать честь и достоинство других обучающихся и работников Учреждения, не создавать препятствий для получения образования другими обучающимися;

бережно относиться к имуществу организации, осуществляющей образовательную деятельность;

Иные обязанности обучающихся, не предусмотренные пунктом 4.5. настоящего Устава, устанавливаются Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации», иными федеральными законами, договором об образовании (при его наличии).

2.14. Родители обучающегося (законные представители) имеют право:

защищать права и законные интересы обучающегося;

знакомиться с содержанием образования, используемыми методами обучения и воспитания, образовательными технологиями;

вносить добровольные пожертвования и целевые взносы на развитие Учреждения;

выбирать вид спорта;

принимать участие в управлении Учреждением в форме, определяемой Уставом Учреждения;

знакомиться с Уставом Учреждения, со сведениями о дате предоставления и регистрационном номере лицензии на осуществление образовательной деятельности, с учебно – программной документацией и другими документами, регламентирующими организацию и осуществление образовательной деятельности;

получать информацию о всех видах планируемых обследований (психологических, психолого-педагогических) обучающихся, давать согласие на проведение таких обследований или участие в таких обследованиях, отказаться от их проведения или участия в них, получать информацию о результатах проведенных обследований обучающихся.

Иные права и обязанности родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся устанавливаются Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации», иными федеральными законами, договором об образовании (при его наличии).

За неисполнение или ненадлежащее исполнение обязанностей, установленных настоящим Уставом Учреждения и иными федеральными законами, родители (законные представители) несовершеннолетних обучающихся несут ответственность, предусмотренную законодательством Российской Федерации.

### **3. Организация приёма поступающих**

3.1. Организация приёма и зачисления поступающих, а также их индивидуальный отбор, осуществляется приёмной комиссией «СШ №4».

3.2. Сроки приёма документов определяются администрацией «СШ №4» и оформляются приказом директора учреждения в соответствующем году, но не позднее, чем за месяц до проведения индивидуального отбора поступающих.

3.3. Приём в «СШ №4» на обучение по Программе осуществляется по письменному заявлению поступающих, достигших возраста 14 лет, или родителей (законных представителей) несовершеннолетних поступающих.

Заявления могут быть поданы одновременно в несколько организаций.

В заявлении о приёме в «СШ №4» указываются следующие сведения:

- наименование дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, на которую планируется поступление;

- фамилия, имя, отчество(при наличии) поступающего;

- дата и место рождения поступающего;

- фамилия, имя, отчество (при наличии) родителей (законных представителей) несовершеннолетнего поступающего;
- номера телефонов поступающего или родителей (законных представителей) несовершеннолетнего поступающего (при наличии);
- сведения о принадлежности поступающего к образовательной организации, реализующей основные образовательные программы;
- адрес места жительства, места пребывания или места фактического проживания
- согласие поступающего или его родителей (законных представителей) на обработку персональных данных.

В заявлении фиксируется факт ознакомления поступающего или родителей (законных представителей) несовершеннолетнего поступающего с уставом организации, 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, а также согласие на проведение индивидуального отбора поступающего.

3.4. При подаче заявления представляются следующие документы:

- копия документа, удостоверяющего личность поступающего, или копия свидетельства о рождении;
- копия документа, удостоверяющего личность родителя (законного представителя) несовершеннолетнего поступающего, и (или) документа, подтверждающего родство, установление опеки или попечительства;
- медицинское заключение о допуске к прохождению спортивной подготовки;
- фотографии поступающего размером 3х4 в количестве 2 шт.

3.5. Заявление и документы подаются одним из следующих способов:

- лично в «СШ №4»;
- 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 организации или электронной информационной системы организации, в том числе с использованием функционала сайта организации, или иным способом с использованием информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

3.6. «СШ №4» осуществляет проверку достоверности сведений, указанных в заявлении, и соответствия действительности поданных электронных образов документов. При проведении проверки «СШ №4» вправе обращаться к соответствующим государственным информационным системам, в муниципальные органы и организации.

3.7. «СШ №4» осуществляет обработку полученных в связи с приемом на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки персональных данных поступающих в соответствии с требованиями законодательства РФ в области персональных данных.

3.8. На каждого поступающего заводится личное дело, в котором хранятся все сданные документы и материалы результатов индивидуального отбора.

Личные дела поступающих хранятся в «СШ №4» не менее трех месяцев с начала объявления приёма в «СШ №4».

#### **4. Организация проведения индивидуального отбора поступающих на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки.**

4.1. Индивидуальный отбор поступающих в «СШ №4» проводит приёмная комиссия.

4.2. «СШ №4» самостоятельно устанавливает сроки проведения индивидуального отбора поступающих в соответствующем году.

4.3. Индивидуальный отбор поступающих проводится в формах, предусмотренных организацией, с целью зачисления лиц, обладающих физическими, психологическими способностями и (или) двигательными умениями, необходимыми для освоения соответствующей дополнительной образовательной программы спортивной подготовки.

4.4. Во время проведения индивидуального отбора поступающих присутствие сопровождающих лиц поступающих, допускается только с письменного разрешения руководителя «СШ № 4».

4.5. Результаты индивидуального отбора объявляются не позднее, чем через три рабочих дня после его проведения.

4.6. Объявление указанных результатов осуществляется путем размещения по-фамильного списка-рейтинга с указанием системы оценок, применяемой в организации, и самих оценок (отметок, баллов, показателей в единицах измерения), полученных каждым поступающим по итогам индивидуального отбора.

4.7. Данные результаты размещаются на информационном стенде и на официальном сайте «СШ №4» с учетом соблюдения законодательства Российской Федерации в области персональных данных.

4.8. «СШ №4» предусматривается проведение дополнительного отбора для лиц, не участвующих в первоначальном индивидуальном отборе в установленные «СШ № 4» сроки по уважительной причине (вследствие болезни или по иным обстоятельствам, подтвержденным документально), в пределах общего срока проведения индивидуального отбора поступающих.

## **5. Подача и рассмотрение апелляции, повторное проведение отбора поступающих на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки**

5.1. Поступающие, а также родители (законные представители) несовершеннолетних поступающих вправе подать апелляцию по процедуре и (или) результатам проведения индивидуального отбора в апелляционную комиссию не позднее следующего рабочего дня после объявления результатов индивидуального отбора.

Апелляция рассматривается не позднее одного рабочего дня со дня её подачи на заседании апелляционной комиссии, на которое приглашаются поступающие или родители (законные представители) несовершеннолетних поступающих, подавшие апелляцию.

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

5.2. Апелляционная комиссия принимает решение о целесообразности или нецелесообразности повторного проведения индивидуального отбора для поступающего, в отношении которого была подана апелляция.

Данное 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.

5.3. Индивидуальный отбор поступающего проводится повторно в случае невозможности определения достоверности результатов индивидуального отбора поступающего без его повторного проведения, а также в случае выявления технических неисправностей оборудования или спортивного инвентаря, использовавшегося при проведении индивидуального отбора поступающего.

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

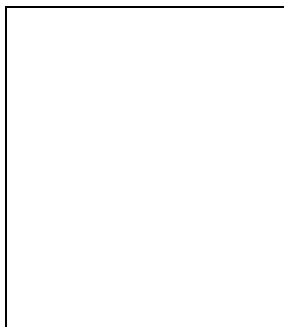
5.4. Повторное проведение индивидуального отбора поступающих проводится в течение трех рабочих дней со дня принятия решения о целесообразности такого отбора в присутствии не менее двух членов апелляционной комиссии.

5.4. Подача апелляции по процедуре и (или) результатам проведения повторного индивидуального отбора поступающих не допускается.

## **6. Порядок зачисления поступающих в образовательную организацию.**

6.1. Зачисление поступающих в «СШ №4» на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки оформляется актом «СШ №4» на основании решения приемной комиссии или апелляционной комиссии в сроки, установленные Организацией.

6.2. При наличии мест, оставшихся вакантными после зачисления по результатам индивидуального отбора поступающих «СШ №4» вправе, проводить дополнительный приём поступающих в установленные ею сроки.



Директору МАУДО «СШ № 4 г.Орска»  
В.В. Сапсаю

\_\_\_\_\_  
(Ф.И.О. заявителя, законного представителя)  
телефон \_\_\_\_\_

### ЗАЯВЛЕНИЕ

Прошу принять моего сына /дочь

\_\_\_\_\_  
(ФИО ребенка полностью)

Дата рождения (число, месяц, год) \_\_\_\_\_  
паспорт/свидетельство о рождении \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
(номер, дача выдачи, кем выдан)

домашний адрес \_\_\_\_\_  
В какой общеобразовательной школе (гимназии) обучается \_\_\_\_\_  
класс \_\_\_\_\_

**в МАУДО «СШ № 4 г. Орска»,**  
на обучение по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки на основании  
индивидуального отбора по \_\_\_\_\_  
(вид спорта)

Тренер – преподаватель \_\_\_\_\_

#### **Сведения о родителях:**

**Мать:** фамилия, имя, отчество \_\_\_\_\_

Место работы \_\_\_\_\_

Занимаемая должность \_\_\_\_\_

Телефон домашний \_\_\_\_\_ служебный \_\_\_\_\_

**Отец:** фамилия, имя, отчество \_\_\_\_\_

Место работы \_\_\_\_\_

Занимаемая должность \_\_\_\_\_

Телефон домашний \_\_\_\_\_ служебный \_\_\_\_\_

Даю согласие на обработку моих персональных данных и персональных данных моего ребенка, содержащихся в настоящем заявлении и документах, прилагаемых к нему, в Министерстве образования Оренбургской области, третьим лицам, заключившим договоры о едином информационном пространстве, а именно совершение действий (операций), предусмотренных статьей 3 Федерального закона от 27.07.2006 года № 152-ФЗ «О персональных данных».

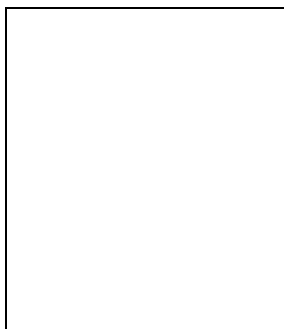
Передача моих персональных данных и персональных данных моего ребенка иным лицам (организациям), не заключившим договоры о едином информационном пространстве, или иное их разглашение может осуществляться только с моего письменного согласия.

с Уставом МАУДО «СШ № 4 г.Орска», лицензией на право ведения образовательной деятельности, основными дополнительными общеобразовательными программами, реализуемыми в Учреждении, положением о зачислении обучающихся в МАУДО «СШ № 4 г.Орска», правилами внутреннего распорядка учащихся ознакомлен, возражений не имею.

\_\_\_\_\_  
(дата подачи заявления)

\_\_\_\_\_  
(подпись)

\_\_\_\_\_  
(Ф.И.О.)



Директору МАУДО «СШ № 4 г.Орска»  
В.В. Сапсаю

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

(Ф.И.О. заявителя, законного представителя)  
телефон \_\_\_\_\_

### ЗАЯВЛЕНИЕ

Прошу принять моего сына /дочь

\_\_\_\_\_

(ФИО ребенка полностью)

Дата рождения (число, месяц, год) \_\_\_\_\_  
паспорт/свидетельство о рождении \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

(номер, дача выдачи, кем выдан)

домашний адрес \_\_\_\_\_  
В какой общеобразовательной школе (детский сад) обучается \_\_\_\_\_  
класс \_\_\_\_\_

в МАУДО «СШ № 4 г. Орска»,  
на обучение по дополнительной общеразвивающей программе по виду спорта \_\_\_\_\_

#### Сведения о родителях:

**Мать:** фамилия, имя, отчество \_\_\_\_\_

Место работы \_\_\_\_\_

Занимаемая должность \_\_\_\_\_

Телефон домашний \_\_\_\_\_ служебный \_\_\_\_\_

**Отец:** фамилия, имя, отчество \_\_\_\_\_

Место работы \_\_\_\_\_

Занимаемая должность \_\_\_\_\_

Телефон домашний \_\_\_\_\_ служебный \_\_\_\_\_

Даю согласие на обработку моих персональных данных и персональных данных моего ребенка, содержащихся в настоящем заявлении и документах, прилагаемых к нему, в Министерстве образования Оренбургской области, третьим лицам, заключившим договоры о едином информационном пространстве, а именно совершение действий (операций), предусмотренных статьей 3 Федерального закона от 27.07.2006 года № 152-ФЗ «О персональных данных».

Передача моих персональных данных и персональных данных моего ребенка иным лицам (организациям), не заключившим договоры о едином информационном пространстве, или иное их разглашение может осуществляться только с моего письменного согласия.

с Уставом МАУДО «СШ № 4 г.Орска», лицензией на право ведения образовательной деятельности, основными дополнительными общеобразовательными программами, реализуемыми в Учреждении, положением о зачислении обучающихся в МАУДО «СШ № 4 г.Орска», правилами внутреннего распорядка учащихся ознакомлен, возражений не имею.

\_\_\_\_\_/

(дата подачи заявления)

\_\_\_\_\_/

(подпись)

\_\_\_\_\_

(Ф.И.О.)

## Согласие на обработку персональных данных обучающихся «СШ №4 г. Орска»

Оператор персональных данных: муниципальное автономное учреждение дополнительного образования «Спортивная школа № 4 г. Орска». Адрес оператора: 462419, г. Орск, ул. Станиславского, 52 «Г».

Цели обработки персональных данных: создание базы данных (без использования средств автоматизации) обучающихся и их родителей (законных представителей), необходимой для оказания услуг обучающимся в области дополнительного образования, сдачи выпускных контрольно-переводных нормативно, участия в различных спортивных мероприятиях (соревнования, турниры ЮОлимпиады и т.д.).

От \_\_\_\_\_  
(ФИО родителя (законного представителя обучающегося полностью))

адрес субъекта персональных данных \_\_\_\_\_

Основной документ, удостоверяющий личность: \_\_\_\_\_ серия: \_\_\_\_\_

номер: \_\_\_\_\_ дата выдачи: \_\_\_\_\_ кем выдан: \_\_\_\_\_

Кем приходится обучающемуся \_\_\_\_\_

ФИО обучающегося полностью \_\_\_\_\_

Основной документ, удостоверяющий личность обучающегося: \_\_\_\_\_ серия: \_\_\_\_\_

номер: \_\_\_\_\_ дата выдачи: \_\_\_\_\_ кем выдан: \_\_\_\_\_

Адрес субъекта персональных данных: \_\_\_\_\_

Подтверждаю свое согласие на обработку следующих персональных данных:

- *персональных данных ребенка: фамилия, имя, отчество, пол, адрес, контактный телефон, дата рождения, место рождения, документ удостоверяющий личность (данные свидетельства о рождении, паспорта), полис ОМС, СНИЛС, дополнительное страхование жизни и здоровья обучающегося, дата принятия в спортивную школу, вид спорта, дата выбытия, причина и место выбытия, данные о гражданстве, спортивные результаты по годам обучения, сведения о наградах и поощрениях, категория семьи, место, где учащийся, социальные льготы, сведения о здоровье фото.*

- *моих персональных данных: фамилия, имя, отчество, адрес, документ, удостоверяющий личность (паспортные данные), информация для связи (телефон), социальное положение, место работы, должность.*

Подтверждаю свое согласие на следующие действия с указанными выше персональными данными: сбор; систематизацию; накопление; хранение; уточнение (обновление, изменение); использование; распространение/передачу персональных данных в том числе: внутреннее; информирование об успехах и посещаемости законных представителей обучающихся, обезличивание, блокировку, уничтожение персональных данных.

Настоящее согласие вступает в силу со дня его подписания и действует до окончания срока хранения персональных данных в МАУДО «СШ №4 г. Орска», установленного законодательством РФ, или до отзыва данного согласия. Настоящее согласие может быть отозвано мной в письменной форме, путем направления письменного сообщения об указанном отзыве в произвольной форме, если иное не установлено законодательством Российской Федерации.

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г. \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

**Контрольные нормативы общей физической подготовки (ОФП)  
для зачисления и перевода на этап начальной подготовки(ГНП)  
дополнительной образовательной программы спортивной подготовки  
по виду спорта легкая атлетика**

| №<br>п/п | Упражнения                                                                  | Единица<br>измерения | Норматив до года<br>обучения |         | Норматив свыше года<br>обучения |         |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------|----------------------|------------------------------|---------|---------------------------------|---------|
|          |                                                                             |                      | мальчики                     | девочки | мальчики                        | девочки |
| 1.1.     | Челночный бег 3х10 м                                                        | с                    | не более                     |         | не более                        |         |
|          |                                                                             |                      | 9,6                          | 9,9     | 9,3                             | 9,5     |
| 1.2.     | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу                              | количество<br>раз    | не менее                     |         | не менее                        |         |
|          |                                                                             |                      | 10                           | 5       | 13                              | 7       |
| 1.3.     | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами                                 | см                   | не менее                     |         | не менее                        |         |
|          |                                                                             |                      | 130                          | 120     | 140                             | 130     |
| 1.4.     | Прыжки через скакалку в течение 30 с                                        | количество<br>раз    | не менее                     |         | не менее                        |         |
|          |                                                                             |                      | 25                           | 30      | 30                              | 35      |
| 1.5.     | Метание мяча весом 150 г                                                    | м                    | не менее                     |         | не менее                        |         |
|          |                                                                             |                      | 24                           | 13      | 22                              | 15      |
| 1.6.     | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) | см                   | не менее                     |         | не менее                        |         |
|          |                                                                             |                      | +2                           | +3      | +4                              | +5      |
| 1.7.     | Бег (кросс) на 2 км (бег по пересеченной местности)                         | мин, с               | без учета времени            |         | не более                        |         |
|          |                                                                             |                      |                              |         | 16.00                           | 17.30   |

**Нормативы  
общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации  
(спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (УТГ-1,2,3,4,5)  
(этап спортивной специализации) по виду спорта легкая атлетика**

| (Стан спортивной специализации) по виду спорта легкая атлетика                    |                                             |                   |          |         |
|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|-------------------|----------|---------|
| п/п                                                                               | Упражнения                                  | Единица измерения | Норматив |         |
|                                                                                   |                                             |                   | юноши    | девушки |
| 1. Для спортивной дисциплины бег на короткие дистанции                            |                                             |                   |          |         |
| .1.                                                                               | Бег на 60 м                                 | с                 | не более |         |
|                                                                                   |                                             |                   | 9,3      | 10,3    |
| .2.                                                                               | Бег на 150 м                                | с                 | не более |         |
|                                                                                   |                                             |                   | 25,5     | 27,8    |
| .3.                                                                               | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см                | не менее |         |
|                                                                                   |                                             |                   | 190      | 180     |
| 2. Для спортивных дисциплин бег на средние и длинные дистанции, спортивная ходьба |                                             |                   |          |         |
| .1.                                                                               | Бег на 60 м                                 | с                 | не более |         |
|                                                                                   |                                             |                   | 9,5      | 10,6    |
| .2.                                                                               | Бег на 500 м                                | мин, с            | не более |         |
|                                                                                   |                                             |                   | 1.44     | 2.01    |
| .3.                                                                               | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см                | не менее |         |
|                                                                                   |                                             |                   | 170      | 160     |
| 3. Для спортивной дисциплины прыжки                                               |                                             |                   |          |         |
| .1.                                                                               | Бег на 60 м                                 | с                 | не более |         |
|                                                                                   |                                             |                   | 9,3      | 10,5    |
| .2.                                                                               | Тройной прыжок в длину с места              | м, см             | не менее |         |
|                                                                                   |                                             |                   | 5.40     | 5.10    |
| .3.                                                                               | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см                | не менее |         |
|                                                                                   |                                             |                   | 190      | 180     |
| 4. Для спортивной дисциплины метания                                              |                                             |                   |          |         |
|                                                                                   | Бег на 60 м                                 | с                 | не более |         |

|                                 |                                                                     |                                                                                                                                                   |          |      |
|---------------------------------|---------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|------|
| .1.                             |                                                                     |                                                                                                                                                   | 9,6      | 10,6 |
| .2.                             | Бросок набивного мяча 3 кг<br>снизу - вперед                        | м                                                                                                                                                 | не менее |      |
|                                 |                                                                     |                                                                                                                                                   | 10       | 8    |
| .3.                             | Прыжок в длину с места толчком двумя<br>ногами                      | см                                                                                                                                                | не менее |      |
|                                 |                                                                     |                                                                                                                                                   | 180      | 170  |
| Уровень спортивной квалификации |                                                                     |                                                                                                                                                   |          |      |
| .1.                             | Период обучения на этапах спортивной подготовки (до<br>трех лет)    | спортивные разряды –<br>«третий юношеский спортивный<br>разряд», «второй юношеский<br>спортивный разряд», «первый<br>юношеский спортивный разряд» |          |      |
| .2.                             | Период обучения на этапах спортивной подготовки<br>(свыше трех лет) | спортивные разряды –<br>«третий спортивный разряд»,<br>«второй спортивный разряд»,<br>«первый спортивный разряд»                                  |          |      |

**Контрольные  
нормативы общей физической подготовки (ОФП) и специальной физической подготовки (СФП)  
для зачисления и перевода на этап начальной подготовки (ГНП)  
дополнительной образовательной программы спортивной подготовки  
по виду спорта настольный теннис**

| №<br>п/п                                       | Упражнения                                                                           | Единица<br>измерения    | Норматив до года<br>обучения |         | Норматив свыше года<br>обучения |         |
|------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|------------------------------|---------|---------------------------------|---------|
|                                                |                                                                                      |                         | мальчики                     | девочки | мальчики                        | девочки |
| 1. Нормативы общей физической подготовки       |                                                                                      |                         |                              |         |                                 |         |
| 1.1.                                           | Челночный бег 3x10 м                                                                 | с                       | не более                     |         | не более                        |         |
|                                                |                                                                                      |                         | 10,3                         | 10,6    | 10,0                            | 10,4    |
| 1.2.                                           | Сгибание и разгибание рук<br>в упоре лежа на полу                                    | количество<br>раз       | не менее                     |         | не менее                        |         |
|                                                |                                                                                      |                         | 7                            | 4       | 10                              | 6       |
| 1.3.                                           | Прыжок в длину с места<br>толчком двумя ногами                                       | см                      | не менее                     |         | не менее                        |         |
|                                                |                                                                                      |                         | 110                          | 105     | 120                             | 115     |
| 1.4.                                           | Наклон вперед из<br>положения стоя на<br>гимнастической скамье (от<br>уровня скамьи) | см                      | не менее                     |         | не менее                        |         |
|                                                |                                                                                      |                         | +1                           | +3      | +3                              | +5      |
| 2. Нормативы специальной физической подготовки |                                                                                      |                         |                              |         |                                 |         |
| 2.1.                                           | Метание теннисного мяча в<br>цель, дистанция 6 м<br>(5 попыток)                      | количество<br>попаданий | не менее                     |         | не менее                        |         |
|                                                |                                                                                      |                         | 2                            | 1       | 3                               | 2       |
| 2.2.                                           | Прыжки через скакалку за<br>30 с                                                     | количество<br>раз       | не менее                     |         | не менее                        |         |
|                                                |                                                                                      |                         | 35                           | 30      | 45                              | 40      |

**Нормативы**

**общей физической и специальной физической подготовки  
и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления  
и перевода на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)  
по виду спорта «настольный теннис»**

| №<br>п/п                                       | Упражнения                                                                        | Единица<br>измерения | Норматив                                                                                                                                          |         |
|------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
|                                                |                                                                                   |                      | юноши                                                                                                                                             | девушки |
| 1. Нормативы общей физической подготовки       |                                                                                   |                      |                                                                                                                                                   |         |
| 1.1.                                           | Бег на 30 м                                                                       | с                    | не более                                                                                                                                          |         |
|                                                |                                                                                   |                      | 6,7                                                                                                                                               | 6,8     |
| 1.2.                                           | Челночный бег 3x10 м                                                              | с                    | не более                                                                                                                                          |         |
|                                                |                                                                                   |                      | 9,7                                                                                                                                               | 9,9     |
| 1.3.                                           | Сгибание и разгибание рук в упоре<br>лежа на полу                                 | количество раз       | не менее                                                                                                                                          |         |
|                                                |                                                                                   |                      | 14                                                                                                                                                | 9       |
| 1.4.                                           | Наклон вперед из положения стоя<br>на гимнастической скамье (от<br>уровня скамьи) | см                   | не менее                                                                                                                                          |         |
|                                                |                                                                                   |                      | +5                                                                                                                                                | +7      |
| 1.5.                                           | Прыжок в длину с места толчком<br>двумя ногами                                    | см                   | не менее                                                                                                                                          |         |
|                                                |                                                                                   |                      | 125                                                                                                                                               | 120     |
| 1.6.                                           | Подтягивание из виса на высокой<br>перекладине                                    | количество раз       | не менее                                                                                                                                          |         |
|                                                |                                                                                   |                      | 3                                                                                                                                                 | -       |
| 1.7.                                           | Подтягивание из виса лежа на<br>низкой перекладине 90 см                          | количество раз       | не менее                                                                                                                                          |         |
|                                                |                                                                                   |                      | -                                                                                                                                                 | 9       |
| 2. Нормативы специальной физической подготовки |                                                                                   |                      |                                                                                                                                                   |         |
| 2.1.                                           | Прыжки через скакалку за 45 с                                                     | количество раз       | не менее                                                                                                                                          |         |
|                                                |                                                                                   |                      | 75                                                                                                                                                | 65      |
| 3. Уровень спортивной квалификации             |                                                                                   |                      |                                                                                                                                                   |         |
| 3.1.                                           | Период обучения на этапе спортивной подготовки (до<br>трех лет)                   |                      | спортивные разряды – «третий<br>юношеский спортивный разряд»,<br>«второй юношеский спортивный<br>разряд», «первый юношеский<br>спортивный разряд» |         |
| 3.2.                                           | Период обучения на этапе спортивной подготовки<br>(свыше трех лет)                |                      | спортивные разряды – «третий<br>спортивный разряд», «второй<br>спортивный разряд», «первый<br>спортивный разряд»                                  |         |

**Контрольные  
нормативы общей физической подготовки (ОФП) и специальной физической подготовки (СФП)  
для зачисления и перевода на этап начальной подготовки (ГНП)  
дополнительной образовательной программы спортивной подготовки  
по виду спорта фигурное катание**

| №<br>п/п                                 | Упражнения                                        | Единица<br>измерения | Норматив до года<br>обучения |         | Норматив свыше года<br>обучения |          |
|------------------------------------------|---------------------------------------------------|----------------------|------------------------------|---------|---------------------------------|----------|
|                                          |                                                   |                      | мальчики                     | девочки | мальчики                        | девочки  |
| 1. Нормативы общей физической подготовки |                                                   |                      |                              |         |                                 |          |
| 1.1.                                     | Бег на 30 м                                       | с                    | не более                     |         | не более                        |          |
|                                          |                                                   |                      | 6,9                          | 7,1     | 6,7                             | 6,8      |
| 1.2.                                     | Челночный бег<br>3x10 м                           | с                    | не более                     |         | не более                        |          |
|                                          |                                                   |                      | 10,3                         | 10,6    | 10,0                            | 10,<br>4 |
| 1.3.                                     | Сгибание и разгибание<br>рук в упоре лежа на полу | количество<br>раз    | не менее                     |         | не менее                        |          |
|                                          |                                                   |                      | 7                            | 4       | 10                              | 6        |
| 1.4.                                     | Наклон вперед из                                  | см                   | не менее                     |         | не менее                        |          |

|                                                |                                                            |                |          |         |          |     |
|------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|----------------|----------|---------|----------|-----|
|                                                | положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) |                | +1       | +3      | +3       | +5  |
| 1.5.                                           | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами                | см             | не менее |         | не менее |     |
|                                                |                                                            |                | 110      | 10<br>5 | 120      | 115 |
| 2. Нормативы специальной физической подготовки |                                                            |                |          |         |          |     |
| 2.1.                                           | Прыжки на скакалке на двух ногах (за 1 мин)                | количество раз | не менее |         | не менее |     |
|                                                |                                                            |                | 65       |         | 68       |     |
| 2.2.                                           | Прыжки на скакалке на одной ноге (за 1 мин)                | количество раз | не менее |         | не менее |     |
|                                                |                                                            |                | 30       |         | 35       |     |
| 2.3.                                           | Выкрут прямых рук вперед – назад с шириной хвата           | см             | не менее |         | не менее |     |
|                                                |                                                            |                | 50       | 40      | 47       | 37  |
| 2.4.                                           | Прыжок в высоту с места                                    | см             | не менее |         | не менее |     |
|                                                |                                                            |                | 27       | 24      | 28       | 25  |

**Нормативы  
общей физической и технической подготовки, уровень спортивной квалификации  
(спортивные разряды) для зачисления и перевода  
на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)  
по виду спорта фигурное катание**

| №<br>п/п                                       | Упражнения                                                                  | Единица<br>измерения                                                                                                                                              | Норматив |         |
|------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|---------|
|                                                |                                                                             |                                                                                                                                                                   | юноши    | девушки |
| 1. Нормативы общей физической подготовки       |                                                                             |                                                                                                                                                                   |          |         |
| 1.1.                                           | Бег на 30 м                                                                 | с                                                                                                                                                                 | не более |         |
|                                                |                                                                             |                                                                                                                                                                   | 6,7      | 7,0     |
| 1.2.                                           | Челночный бег 3x10 м                                                        | мин, с                                                                                                                                                            | не более |         |
|                                                |                                                                             |                                                                                                                                                                   | 10,0     | 10,4    |
| 1.3.                                           | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) | см                                                                                                                                                                | не менее |         |
|                                                |                                                                             |                                                                                                                                                                   | +3       | +5      |
| 1.4.                                           | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами                                 | см                                                                                                                                                                | не более |         |
|                                                |                                                                             |                                                                                                                                                                   | 120      | 115     |
| 1.5.                                           | Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)                   | количество раз                                                                                                                                                    | не менее |         |
|                                                |                                                                             |                                                                                                                                                                   | 24       | 21      |
| 2. Нормативы специальной физической подготовки |                                                                             |                                                                                                                                                                   |          |         |
| 2.1.                                           | Прыжки на скакалке на двух ногах (за 1 мин)                                 | количество раз                                                                                                                                                    | не менее |         |
|                                                |                                                                             |                                                                                                                                                                   | 71       |         |
| 2.2.                                           | Прыжки на скакалке на одной ноге (за 1 мин)                                 | количество раз                                                                                                                                                    | не менее |         |
|                                                |                                                                             |                                                                                                                                                                   | 39       |         |
| 2.3.                                           | Выкрут прямых рук вперед – назад с шириной хвата                            | см                                                                                                                                                                | не менее |         |
|                                                |                                                                             |                                                                                                                                                                   | 45       | 35      |
| 2.4.                                           | Прыжок в высоту с места                                                     | см                                                                                                                                                                | не менее |         |
|                                                |                                                                             |                                                                                                                                                                   | 29       | 26      |
| 3. Уровень спортивной квалификации             |                                                                             |                                                                                                                                                                   |          |         |
| .1.                                            | Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)                | Спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд», «третий спортивный разряд» |          |         |

|     |                                                                 |                                                                             |
|-----|-----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| .2. | Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет) | Спортивные разряды – «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд» |
|-----|-----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|

**Контрольные  
нормативы общей физической подготовки (ОФП) и технической подготовки (ТП)  
для зачисления и перевода на этап начальной подготовки (ГНП)  
дополнительной образовательной программы спортивной подготовки  
по виду спорта футбол**

| №<br>п/п                                                                    | Упражнения                                                                                          | Единица<br>измерения    | Норматив до года<br>обучения |          | Норматив свыше года<br>обучения |           |
|-----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|------------------------------|----------|---------------------------------|-----------|
|                                                                             |                                                                                                     |                         | мальчики                     | девочки  | мальчики                        | девочки   |
| 1. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины «футбол» |                                                                                                     |                         |                              |          |                                 |           |
| 1.1.                                                                        | Челночный бег 3x10 м                                                                                | с                       | не более                     |          | не более                        |           |
|                                                                             |                                                                                                     |                         | -                            | -        | 9,3<br>0                        | 1<br>0,30 |
| 1.2.                                                                        | Бег на 10 м<br>с высокого старта                                                                    | с                       | не более                     |          | не более                        |           |
|                                                                             |                                                                                                     |                         | 2,35                         | 2,<br>50 | 2,3<br>0                        | 2<br>,40  |
| 1.3.                                                                        | Бег на 30 м                                                                                         | с                       | не более                     |          | не более                        |           |
|                                                                             |                                                                                                     |                         | -                            | -        | 6,0                             | 6<br>,5   |
| 1.4.                                                                        | Прыжок в длину с<br>места толчком двумя ногами                                                      | см                      | не менее                     |          | не менее                        |           |
|                                                                             |                                                                                                     |                         | 100                          | 90       | 120                             | 1<br>10   |
| 2. Нормативы технической подготовки для спортивной дисциплины «футбол»      |                                                                                                     |                         |                              |          |                                 |           |
| 2.1.                                                                        | Ведение мяча 10 м                                                                                   | с                       | не более                     |          | не более                        |           |
|                                                                             |                                                                                                     |                         | 3,20                         | 3,<br>40 | 3,00                            | 3<br>,20  |
| 2.2.                                                                        | Ведение мяча с изменением<br>направления 10 м<br>(начиная со второго года<br>спортивной подготовки) | с                       | не более                     |          | не более                        |           |
|                                                                             |                                                                                                     |                         | -                            | -        | 8,60                            | 8<br>,80  |
| 2.3.                                                                        | Ведение мяча 3x10 м<br>(начиная со второго года<br>спортивной подготовки)                           | с                       | не более                     |          | не более                        |           |
|                                                                             |                                                                                                     |                         | -                            | -        | 11,<br>60                       | 1<br>1,80 |
| 2.4.                                                                        | Удар на точность<br>по воротам (10 ударов)<br>(начиная со второго года<br>спортивной подготовки)    | количество<br>попаданий | не менее                     |          | не менее                        |           |
|                                                                             |                                                                                                     |                         | -                            | -        | 5                               | 4         |
|                                                                             |                                                                                                     |                         |                              |          |                                 |           |

**Нормативы  
общей физической и технической подготовки, уровень спортивной квалификации  
(спортивные разряды) для зачисления и перевода  
на учебно-тренировочный этап (УТГ 1,2,3,4,5) (этап спортивной специализации)  
по виду спорта футбол.**

| №<br>п/п                                                                    | Упражнения                                                                                       | Единица<br>измерения    | Норматив |         |
|-----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|----------|---------|
|                                                                             |                                                                                                  |                         | юноши    | девушки |
| 1. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины «футбол» |                                                                                                  |                         |          |         |
| 1.1.                                                                        | Бег на 10 м с высокого старта                                                                    | с                       | не более |         |
|                                                                             |                                                                                                  |                         | 2,20     | 2,30    |
| 1.2.                                                                        | Челночный бег 3x10 м                                                                             | с                       | не более |         |
|                                                                             |                                                                                                  |                         | 8,70     | 9,00    |
| 1.3.                                                                        | Бег на 30 м                                                                                      | с                       | не более |         |
|                                                                             |                                                                                                  |                         | 5,40     | 5,60    |
| 1.4.                                                                        | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами                                                      | см                      | не менее |         |
|                                                                             |                                                                                                  |                         | 160      | 140     |
| 1.5.                                                                        | Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами (начиная с пятого года спортивной подготовки) | см                      | не менее |         |
|                                                                             |                                                                                                  |                         | 30       | 27      |
| 2. Нормативы технической подготовки для спортивной дисциплины «футбол»      |                                                                                                  |                         |          |         |
| 2.1.                                                                        | Ведение мяча 10 м                                                                                | с                       | не более |         |
|                                                                             |                                                                                                  |                         | 2,60     | 2,80    |
| 2.2.                                                                        | Ведение мяча с изменением направления 10 м                                                       | с                       | не более |         |
|                                                                             |                                                                                                  |                         | 7,80     | 8,00    |
| 2.3.                                                                        | Ведение мяча 3x10м                                                                               | с                       | не более |         |
|                                                                             |                                                                                                  |                         | 10,00    | 10,30   |
| 2.4.                                                                        | Удар на точность по воротам (10 ударов)                                                          | количес<br>во попаданий | не менее |         |
|                                                                             |                                                                                                  |                         | 5        | 4       |
| 2.5.                                                                        | Передача мяча в «коридор» (10 попыток)                                                           | количес<br>во попаданий | не менее |         |
|                                                                             |                                                                                                  |                         | 5        | 4       |
| 2.6.                                                                        | Вбрасывание мяча на дальность (начиная со второго года спортивной подготовки)                    | м                       | не менее |         |
|                                                                             |                                                                                                  |                         | 8        | 6       |

| <b>3. Уровень спортивной квалификации</b> |                                                                    |                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 5.1.                                      | Период обучения на этапе спортивной подготовки<br>(до трех лет)    | требования к уровню спортивной квалификации не предъявляются                                                                                                      |
| 5.2.                                      | Период обучения на этапе спортивной подготовки<br>(свыше трех лет) | спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд», «третий спортивный разряд» |

**Нормативы общей физической подготовки и специальной физической  
подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки  
по виду спорта хоккей**

| №<br>п/п                                       | Упражнения                                        | Единица<br>измерения | Норматив |         |
|------------------------------------------------|---------------------------------------------------|----------------------|----------|---------|
|                                                |                                                   |                      | мальчики | девочки |
| 1. Нормативы общей физической подготовки       |                                                   |                      |          |         |
| 1.1.                                           | Бег на 20 м                                       | с                    | не более |         |
|                                                |                                                   |                      | 4,5      | 5,3     |
| 1.2.                                           | Прыжок в длину с места толчком<br>двумя ногами    | см                   | не менее |         |
|                                                |                                                   |                      | 135      | 125     |
| 1.3.                                           | Сгибание и разгибание рук в упоре<br>лежа на полу | количество раз       | не менее |         |
|                                                |                                                   |                      | 15       | 10      |
| 2. Нормативы специальной физической подготовки |                                                   |                      |          |         |
| 2.1.                                           | Бег на коньках 20 м                               | с                    | не более |         |
|                                                |                                                   |                      | 4,8      | 5,5     |
| 2.2.                                           | Бег на коньках челночный 6х9 м                    | с                    | не более |         |
|                                                |                                                   |                      | 17,0     | 18,5    |
| 2.3.                                           | Бег на коньках спиной вперед 20 м                 | с                    | не более |         |
|                                                |                                                   |                      | 6,8      | 7,4     |

