

Рассмотрено и одобрено
на педагогическом совете ГБУ ДО
«СШОР Кузбасса по легкой атлетике
им. В.А. Савенкова»

Протокол № 1 от 09.01.2023

Председатель


_____ (Бочков И.С.)

Утверждено
приказом директора ГБУ ДО «СШОР
Кузбасса по легкой атлетике
им. В.А. Савенкова»

от 09.01.2023 № 9

Директор


_____ А.А. Деревягин


ПОЛОЖЕНИЕ

**о формах, периодичности и порядке итоговых (переводных)
испытаний обучающихся по дополнительной образовательной
программе спортивной подготовки по виду спорта «легкая атлетика»**

Кемерово, 2023 год

I. Общее положение

Настоящее положение разработано в соответствии с Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «легкая атлетика», утвержденного Приказом Минспорта России от 16.11.2022г. № 996 (зарегистрирован в Минюсте России 16.12.2022 № 71593).

1.1. Настоящее положение регламентирует формы, периодичность и порядок итоговых (переводных) испытаний в ГБУ ДО «СШОР Кузбасса по легкой атлетике им. В.А. Савенкова» (далее – Учреждение).

1.2. Итоговые испытания являются формой осуществления итоговой аттестации обучающихся для оценки уровня освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по «легкой атлетике».

1.3. Переводные испытания являются формой осуществления промежуточной аттестации для оценки промежуточных результатов в конце каждого учебно-тренировочного года.

II. Цели и задачи

2.1. Цели и задачи промежуточной аттестации:

- оценка промежуточных результатов освоения программы;
- оценка эффективности средств и методов учебно-тренировочного процесса для выявления динамики развития спортивной формы и прогнозирования спортивных достижений;
- определение уровня подготовленности обучающегося;
- комплектование групп в соответствии с уровнем подготовленности обучающихся и перевод их на следующий год (этап).

2.2. Цели и задачи итоговой аттестации:

- освоение программы за весь период обучения в Учреждении;
- определение уровня освоения обучающимися теоретического и практического материала спортивной программы.

III. Формы итоговых, переводных испытаний

3.1. Промежуточная аттестация проводится в форме сдачи контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке.

3.2. Итоговая аттестация проводится в форме сдачи контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке, сдачи зачета на знание предметных областей программы (теоретические знания), а так же учитывается уровень спортивной квалификации по виду спорта легкая атлетика.

IV. Периодичность итоговых, переводных испытаний

4.1. Промежуточная аттестация проводится в текущем году по графику, утвержденному директором Учреждения (не позднее, чем за неделю до начала нового учебно-тренировочного года).

4.2. Итоговая аттестация проводится по окончании освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «легкая атлетика».

V. Организация итоговых, переводных испытаний

5.1. Для проведения итоговых и переводных испытаний в Учреждении создается комиссия, состав которой утверждается приказом директора Учреждения.

5.2. В состав комиссии входят: директор, заместитель директора, инструкторы-методисты, тренеры-преподаватели, медицинский работник.

5.3. Комиссия создается с целью регулирования процесса сдачи итоговых (переводных) испытаний в Учреждении и выполняет следующие задачи:

- осуществляет организацию и проведение итоговых (переводных) испытаний по легкой атлетике;

- выявляет соответствие результатов освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «легкая атлетика»;

- подводит итоги сдачи итоговых (переводных) испытаний.

5.4. Комплекс промежуточной аттестации включает нормативы по общей физической и специальной физической подготовке (Приложение № 1-4) установленные на основании федеральных стандартов спортивной подготовки по виду спорта «легкая атлетика» с учетом выбранной специализации.

5.5. После приема контрольно-переводных испытаний, комиссией заполняются протоколы выполнения контрольно-переводных нормативов (Приложение 5).

5.6. Комплекс итоговой аттестации включает статистические данные за весь период обучения, выполнение разряда (звания) нормативы по общей физической подготовке (Приложение № 1-6), участие в инструкторской (судейской) практике и контрольный опрос по теоретической части программы.

5.7. После приема итоговых испытаний, комиссия заполняет аттестационный лист (Приложение №2).

5.8. При сдаче переводных испытаний для оценки результатов по

общей и специальной физической подготовки в протоколе в столбце «Итоговая оценка» ставится отметка «сдал», «не сдал».

5.9. При сдаче итоговых испытаний в аттестационном листе в столбце «Итоговая оценка» ставится отметка «зачет», «не зачет».

5.10. Промежуточная аттестация считается успешно пройденной в случае, если занимающийся выполнил требования не менее, чем на 70%.

5.11. По результатам сдачи промежуточной аттестации тренерский совет принимает решение о переводе спортсмена на следующий год (этап) или отчисления.

5.12. Итоговая аттестация считается успешной в случае, если спортсмен продемонстрировал достаточный уровень освоения теоретического и практического материала по Программе – получил зачет по теоретической и практической подготовке.

Приложение №1

К Положению о формах, периодичности и порядке итоговых (переводных) испытаний обучающихся по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «легкая атлетика»

Нормативы общей физической подготовки для групп начальной подготовки

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки
1.1.	Челночный бег 3x10 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 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 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

Приложение №2

К Положению о формах, периодичности и порядке итоговых (переводных) испытаний обучающихся по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «легкая атлетика»

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для учебно-тренировочных групп

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Для спортивной дисциплины бег на короткие дистанции				
1.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			9,3	10,3
1.2.	Бег на 150 м	с	не более	
			25,5	27,8
1.3.	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				
2.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			9,5	10,6
2.2.	Бег на 500 м	мин, с	не более	
			1.44	2.01
2.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			170	160
3. Для спортивной дисциплины прыжки				
3.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			9,3	10,5
3.2.	Тройной прыжок в длину с места	м, см	не менее	
			5.40	5.10
3.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			190	180
4. Для спортивной дисциплины метания				
4.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			9,6	10,6
4.2.	Бросок набивного мяча 3 кг снизу-вперед	м	не менее	
			10	8
4.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			180	170
5. Для спортивной дисциплины многоборье				
5.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			9,5	10,5
5.2.	Тройной прыжок в длину с места	м, см	не менее	
			5.30	5.00
5.3.	Бросок набивного мяча 3 кг снизу-вперед	м	не менее	
			9	7
5.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			180	170
6. Уровень спортивной квалификации				
6.1.	Период обучения (до трех лет)	юношеский спортивный разряд		
6.2.	Период обучения (свыше трех лет)	спортивные разряды		

Приложение №3

К Положению о формах, периодичности и порядке итоговых (переводных) испытаний обучающихся по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «легкая атлетика»

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для групп совершенствования спортивного мастерства

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Для спортивной дисциплины бег на короткие дистанции				
1.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			7,3	8,2
1.2.	Бег на 300 м	с	не более	
			38.5	43.5
1.3.	Десятерной прыжок в длину с места	м	не менее	
			25	23
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			260	230
2. Для спортивной дисциплины бег на средние и длинные дистанции				
2.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			8	9
2.2.	Бег на 2000 м	мин, с	не более	
			6.00	7.10
2.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			240	200
3. Для спортивной дисциплины спортивная ходьба				
3.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			8,4	9,2
3.2.	Бег на 5000 м	мин, с	не более	
			17.30	-
3.3.	Бег на 3000 м	мин, с	не более	
			-	12.00
3.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			230	190
4. Для спортивной дисциплины прыжки				
4.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			7,4	8,4
4.2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			250	220
4.3.	Полуприсед со штангой весом не менее 80 кг	количество раз	не менее	
			1	-
4.4.	Полуприсед со штангой весом не менее 40 кг	количество раз	не менее	
			-	1
5. Для спортивной дисциплины метания				
5.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			7,6	8,7
5.2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			260	220
5.3.	Рывок штанги весом не менее 70 кг	количество раз	не менее	
			1	-

5.4.	Рывок штанги весом не менее 35 кг	количество раз	не менее	
			-	1
6. Для спортивной дисциплины многоборье				
6.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			7,7	8,8
6.2.	Тройной прыжок в длину с места	м, см	не менее	
			7.60	7.00
6.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			250	210
6.4.	Жим штанги лежа весом не менее 70 кг	количество раз	не менее	
			1	-
6.5.	Жим штанги лежа весом не менее 25 кг	количество раз	не менее	
			-	1
7. Уровень спортивной квалификации				
7.1.	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»			

Приложение №4

К Положению о формах, периодичности и порядке итоговых (переводных) испытаний обучающихся по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «легкая атлетика»

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для групп высшего спортивного мастерства

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			мужчины	женщины
1. Для спортивной дисциплины бег на короткие дистанции				
1.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			7,1	7,9
1.2.	Бег на 300 м	с	не более	
			37.00	41.00
1.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			280	250
1.4.	Десятерной прыжок в длину с места	м	не менее	
			27	25
2. Для спортивной дисциплины бег на средние и длинные дистанции				
2.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			7,6	8,7
2.2.	Бег на 2000 м	мин, с	не более	
			5.45	6.40
2.3.	Прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги	см	не менее	
			250	240
3. Для спортивной дисциплины спортивная ходьба				
3.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			8,2	8,9
3.2.	Бег на 5000 м	мин	не более	
			17.00	-
3.3.	Бег на 3000 м	мин, с	не более	
			-	11.30
3.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			240	
4. Для спортивной дисциплины прыжки				
4.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			7,3	8
4.2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			260	240
4.3.	Полуприсед со штангой весом не менее 100 кг	количество раз	не менее	
			1	-
4.4.	Полуприсед со штангой весом не менее 50 кг	количество раз	не менее	
			-	1
5. Для спортивной дисциплины метания				
5.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			7,4	8,3
5.2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			280	250
5.3.	Рывок штанги весом не менее 80 кг	количество раз	не менее	
			1	-

5.4.	Рывок штанги весом не менее 40 кг	количество раз	не менее	
			-	1
6. Для спортивной дисциплины многоборье				
6.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			7,5	8,4
6.2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			270	240
6.3.	Тройной прыжок в длину с места	м, см	не менее	
			7,75	7,30
6.4.	Жим штанги лежа весом не менее 80 кг	количество раз	не менее	
			1	-
6.5.	Жим штанги лежа весом не менее 30 кг	количество раз	не менее	
			-	1
7. Уровень спортивной квалификации				
7.1.	Спортивное звание «мастер спорта России»			

Приложение №5

К Положению о формах, периодичности и порядке итоговых (переводных) испытаний обучающихся по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «легкая атлетика»

ПРОТОКОЛ

приема контрольно-переводных нормативов по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «легкая атлетика»

Дата приема «__» _____ 20__ г.

Начало _____ час.

Окончание _____ час.

Специализация _____

Этап подготовки _____

№ п/п	Фамилия, имя, отчество	Дата рожд.	Вид норматива								Спорт. разряд	Итоговая оценка**
			результат	оцен.*	результат	оцен.*	результат	оцен.*	результат	оцен.*		
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												

* оценка сдал «+» не сдал «-»

** итоговая оценка «сдал» или «не сдал»

Заключение:

Количество допущенных спортсменов к сдаче нормативов _____

Количество не допущенных, не явившихся по уважительной причине _____

Причина недопуска, неявки _____
(Ф.И.О., причина)

Перевести следующих спортсменов _____

Отчислить следующих спортсменов _____

Председатель:

(Ф.И.О. расшифровка)

(Подпись)

Члены комиссии:

(Ф.И.О. расшифровка)

(Подпись)

(Ф.И.О. расшифровка)

(Подпись)

(Ф.И.О. расшифровка)

(Подпись)

(Ф.И.О. расшифровка)

(Подпись)

Приложение №6

К Положению о формах, периодичности и порядке итоговых (переводных) испытаний обучающихся по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «легкая атлетика»

АТТЕСТАЦИОННЫЙ ЛИСТ

обучающегося в ГБУ ДО «СШОР Кузбасса по легкой атлетике им. В.А. Савенкова»

Ф.И.О. _____
прошел обучение по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «легкая атлетика» с «__» ____ 20 __ г. по «__» ____ 20 __ г. под руководством тренера-преподавателя _____,

(Ф.И.О.)

имеет спортивный разряд (звание) _____

(наименование спортивного разряда / звания)

приказ _____ от «__» ____ 20 __ г. № _____

(учреждение, присвоившее разряд / звание)

№ п/п	Раздел программы	Основные показатели	Итоговая оценка*
1	Теоретическая подготовка	Теоретические знания	
		Владение терминологией	
2	Практическая подготовка	Выполнение нормативов по ОФП и СФП	
		Инструкторская и судейская практика	

** итоговая оценка «зачет» или «не зачет»

Заместитель директора

(_____)

«__» ____ 20 __ г.

МП