

СОГЛАСОВАНО

Председатель Совета трудового коллектива  
муниципального автономного учреждения  
города Костромы «Спортивная школа № 6»

О. М. Волкова

УТВЕРЖДАЮ

директор муниципального автономного  
учреждения города Костромы  
«Спортивная школа № 6»

Л. Е. Еремина



**Положение  
о текущем, промежуточном и итоговом контроле лиц, проходящих спортивную подготовку  
в муниципальном автономном учреждении города Костромы  
«Спортивная школа № 6»**

**1. Общие положения**

1.1. Настоящее положение определяет порядок и условия осуществления текущего контроля, промежуточной и итоговой аттестации лиц, проходящих спортивную подготовку в муниципальном автономном учреждении города Костромы «Спортивная школа № 6» (далее, соответственно, - Положение, Учреждение).

1.2. Положение разработано на основании Федерального закона от 4 декабря 2007 года № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», Приказа Минспорта Российской Федерации от 30 октября 2015 года № 999, Методических рекомендаций по организации спортивной подготовки в Российской Федерации (письмо Минспорта России от 12.05.2014 № ВМ-04-10/2554).

1.3. В Учреждении устанавливаются следующие виды контроля лиц, проходящих спортивную подготовку:

а) текущий контроль – это систематическая проверка физического развития и спортивных достижений лиц, проходящих спортивную подготовку, проводимая тренером на текущих занятиях в соответствии с программами спортивной подготовки;

б) промежуточный (годовой) контроль (промежуточная аттестация) – процедура, проводимая с целью оценки физического развития и спортивных достижений лиц, проходящих спортивную подготовку по программам спортивной подготовки по итогам года;

в) итоговый контроль – процедура, проводимая с целью определения степени освоения ими программ спортивной подготовки.

1.4. Целями контроля являются:

а) обеспечение социальной защиты лиц, проходящих спортивную подготовку, соблюдение их прав и свобод в части регламентации тренировочной загрузки в соответствии с санитарными правилами и нормами, уважение их личности и человеческого достоинства;

б) установление фактического уровня физического развития лиц, проходящих спортивную подготовку по видам спорта в соответствии с программными требованиями тренировочного плана, их практических умений и навыков и соотнесение этого уровня с требованиями и нормами, заложенными в реализуемых программах спортивной подготовки, во всех группах;

в) контроль выполнения требований программ спортивной подготовки и рабочего плана-графика.

**2. Порядок проведения текущего, промежуточного и итогового контроля  
лиц, проходящих спортивную подготовку**

2.1. Текущий контроль осуществляется в течение календарного года на тренировочных занятиях. Форму текущего контроля определяет тренер с учётом контингента занимающихся, содержания тренировочных занятий. На основании результатов контрольных испытаний могут быть внесены корректировки в тренировочный процесс.

2.2. Промежуточный контроль (промежуточная аттестация), лиц проходящих спортивную подготовку в Спортивной школе №6 города Костромы по программам спортивной подготовки, проводится ежегодно по окончании календарного года.

2.3. Формой проведения промежуточной аттестации, лиц проходящих спортивную подготовку является сдача контрольных нормативов и тестов (приложение № № 1, 2. 3) в рамках программы спортивной подготовки.

2.4. Программа промежуточной аттестации спортивной школы должна содержать методику проверки теоретических знаний, лиц проходящих спортивную подготовку и их практических умений и навыков.

2.5. Сроки и форма проведения контрольных нормативов и тестов устанавливаются Тренерским советом в соответствии с программами спортивной подготовки.

2.6. Перечень контрольных нормативов и тестов входящих в состав промежуточной аттестации определяется в соответствии с программой спортивной подготовки.

2.7. Тренеры не позднее, чем за два месяца до начала промежуточной аттестации доводят до сведения лиц, проходящих спортивную подготовку конкретный перечень контрольных нормативов и тестов.

2.8. Результаты промежуточной аттестации фиксируются в протоколах промежуточной аттестации, которые являются документом отчетности и хранятся в Спортивной школе №6 города Костромы. Параллельно оценки промежуточной аттестации заносятся в журнал учёта групповых занятий конкретной группы.

2.9. Результаты промежуточной аттестации анализируется по следующим параметрам:

- количество воспитанников (%) полностью освоивших программу спортивной подготовки на соответствующем этапе подготовки;

- количество (%) прошедших промежуточную аттестацию;

- причины невыполнения программы спортивной подготовки.

2.10. Итоговый контроль (итоговая аттестация), лиц проходящих спортивную подготовку в Спортивной школе №6 города Костромы по программам спортивной подготовки, проводится по завершению прохождения лицом проходящих спортивную подготовку программы спортивной подготовки.

2.11. Формой проведения итоговой аттестации, лиц проходящих спортивную подготовку является сдача контрольных нормативов и тестов в рамках программы спортивной подготовки, в порядке предусмотренном пунктами 2.6-2.7 настоящего положения.

2.12. На основании результатов итоговой аттестации лицу проходящему спортивную подготовку выдается зачетная классификационная книжка установленного образца о прохождении спортивной подготовки по виду спорта, где указывается год зачисления в Учреждение, наличие спортивного разряда, год окончания Учреждения и иная необходимая информация.

Приложение №1  
к Положению о текущем и  
промежуточном контроле лиц,  
проходящим спортивную подготовку  
в муниципальном автономном учреждении  
города Костромы «Спортивная школа №6»

**Приемные нормативы для зачисления в группы начальной подготовки 1-го года (НП-1)**

Приемные нормативы для зачисления на этап начальной подготовки 1-года проводятся при конкурсном отборе, который осуществляется, если количество желающих превышает количество имеющихся мест в учреждении согласно утвержденному муниципальному заданию.

Контрольные упражнения	Девочки	Мальчики	Баллы
Выкрут прямых рук вперед-назад одновременно (3 попытки, зачёт по наилучшему результату) (ширина хвата в см.) не более	55 и более – 1 балл 45-54 -2 балла 35-44 – 3 балла 25-34 – 4 балла менее 25 – 5 баллов	55 и более – 1 балл 45-54 -2 балла 35-44 – 3 балла 25-34 – 4 балла менее 25 – 5 баллов	0-5
Сгибание-разгибание рук в упоре лёжа (выполнить технически правильно)	6 раз – 1 балл 7 раз -2 балла 8 раз -3 балла 9 раз – 4 балла 10 раз – 5 баллов	8 раз – 1 балл 9 раз -2 балла 10 раз -3 балла 11 раз – 4 балла 12 раз – 5 баллов	0-5
Наклон вперед, стоя на возвышении Выполнить ниже уровня возвышения технически правильно.	На уровне возвышения –1 балл 0 -5 см. – 2 балла 6-10 см. – 3 балла 11-12см. – 4 балла Более 12 см. – 5 баллов		0-5
Поднимание корпуса из положения лёжа на спине ( за 30 с. )	10 раз-1 балл 12 раз-2 балла 15 раз-3 балла 18 раз-4балла 20 раз – 5 баллов	10 раз-1 балл 12 раз-2 балла 15 раз-3 балла 18 раз-4балла 20 раз – 5 баллов	0-5
Упражнения в воде:			
Упражнение в воде: «Звезда» на груди	+	+	1 балл

Упражнение в воде: «Звезда» на спине	+	+	1 балл
Упражнение в воде: Скольжение (м.)	2 м.-1 балл 3 м. - 2 балла 4 м. – 3 балла 5 м. – 4 балла 6 м. – 5 баллов	2 м.-1 балл 3 м. - 2 балла 4 м. – 3 балла 5 м. – 4 балла 6 м. – 5 баллов	0-5
Упражнение в воде: Проплывание с доской 10 м. (оценивается работа ног)	+	+	1 балл
Проплывание 25 м. способом кроль на груди. ( для детей, занимающихся в СОГ )	+	+	1 балл
Проплывание 25 м. способом кроль на спине. ( для детей, занимающихся в СОГ )	+	+	1 балл
<p><b>Примечание:</b></p> <p>При зачислении в группу начальной подготовки первого года обучения учитываются антропометрические данные ребёнка, которые высчитываются по формуле:</p> <p><b>ИМТ=m(кг.)/рост (м<sup>2</sup>), избыток массы тела для мальчиков = 17,9, для девочек = 17,8</b></p> <p>ИМТ- индекс массы тела, m-масса тела(кг),</p>			

На этап начальной подготовки зачисляются дети, набравшие наибольшее количество баллов.

\*По решению приёмной комиссии может быть начислен один дополнительный балл за качественное выполнение любого из упражнений.

Приложение №1  
к Положению о текущем и  
промежуточном контроле лиц,  
проходящим спортивную подготовку  
в муниципальном автономном учреждении  
города Костромы «Спортивная школа №6»

**Контрольно-переводные нормативы для зачисления в группы начальной подготовки (НП)  
(мальчики)**

Контрольные упражнения	Годы		
	2-й	3-й	Баллы
Бросок набивного мяча 1 кг. из-за головы в положении сидя (м.) не менее	3,5	3,8	0-1 балл
Челночный бег 3 x 10 м. (сек.) не более	10,7	10,0	0-1 балл
Наклон вперед, стоя на возвышении	1-выше уровня стопы. 2-до уровня стопы. 3-ниже уровня стопы на длину пальцев. 4-ниже уровня стопы, на длину кисти.	1-выше уровня стопы. 2-до уровня стопы. 3-ниже уровня стопы на длину пальцев. 4-ниже уровня стопы, на длину кисти.	1-4 балл
Выкрут прямых рук вперед-назад	1- на 20 см. шире плеч. 2-на 10 см. шире плеч. 3-на ширине плеч. 4-на 10 см. уже ширины плеч.	1- на 20 см. шире плеч 2-на 10 см. шире плеч 3-на ширине плеч. 4-на 10 см. уже ширины плеч.	1-4 балл
Техническая подготовка			
Проплавание дистанции 50 м. кролем на груди. Преодолеть технически правильно, без остановки.	Горизонтальное положение тела пловца в воде. Попеременная работа рук в согласовании с непрерывной работой ног. Для вдоха пловец поворачивает голову в сторону, выдох в воду.		4 балла

	Проплывание дистанции 50 м. без остановки.		
	Горизонтальное положение тела пловца в воде. Лицо опущено в воду. Несогласованная работа рук и работа ног. Проплывание 50 м. без остановки.		3 балла
	Неправильное положение тела в воде, неправильная работа рук и ног, вдох вперёд. Проплывание дистанции 50 м. с остановками.		2 балла
	Проплывание дистанции 25 м.		1 балл
Проплывание дистанции 50 м. кролем на спине. Преодолеть технически правильно, без остановки.	Горизонтальное положение туловища пловца в воде. Попеременная работа рук в согласовании с непрерывной попеременной работой ног. Голова лежит на воде. Дыхание согласовано с полным циклом гребка. Проплывание дистанции 50 м. без остановки.		4 балла
	Горизонтальное положение тела плова в воде. Несогласованная работа рук и ног. Проплывание дистанции 50 м. без остановок.		3 балла
	Неправильное положение тела в воде. Неправильная работа рук и ног. Проплывание дистанции 50 м. с остановками.		2 балла
	Проплывание дистанции 25 м.		1 балл

<p>Проплывание дистанции 100 м. вольный стиль. Преодолеть дистанции без остановки</p>	+		0-1 балл
<p>Проплывание дистанции 100 м. комплексное плавание.</p>		<p>Спортсмен проплывает каждым стилем по 25 м., соблюдая технику плавания всеми стилями. Кроль на груди, кроль на спине-поворот и финиш-касание одной рукой, баттерфляй и брасс-поворот и финиш касание двумя руками (в соответствии с правилами соревнований).</p>	4 балла
		<p>Спортсмен проплывает каждым стилем по 25 м., но есть ошибки в технике плавания одним из способов, а так же в технике выполнения поворотов.</p>	3 балла
		<p>Спортсмен проплывает каждым стилем по 25 м., но есть ошибки в технике плавания в двух и более способах, а так же в технике выполнения поворотов.</p>	2 балла
		<p>Спортсмен не владеет навыками комплексного плавания, а так же техникой выполнения стартов и поворотов.</p>	1 балл
<p>Проплывание дистанции 100 м. по выбору любым стилем Преодолеть технически правильно.</p>		<p>Проплывание дистанции за время соответствующее 3 юношескому разряду, согласно действующей таблице ЕВСК.</p>	0-1 балл

**Контрольно-переводные нормативы для зачисления в группы начальной подготовки (НП)  
(девочки)**

Контрольные упражнения	Годы		
	2-й	3-й	Баллы
Бросок набивного мяча 1 кг. из-за головы в положении сидя (м.) не менее	3,0	3,3	0-1 балл
Челночный бег 3 x 10 м. (сек.) не более	11,0	10,5	0-1 балл
Наклон вперед, стоя на возвышении	1-выше уровня стопы. 2-до уровня стопы. 3-ниже уровня стопы на длину пальцев. 4-ниже уровня стопы, на длину кисти.	1-выше уровня стопы 2-до уровня стопы. 3-ниже уровня стопы на длину пальцев. 4-ниже уровня стопы, на длину кисти.	1-4 балл
Выкрут прямых рук вперед-назад	1- на 20 см. шире плеч. 2-на 10 см. шире плеч. 3-на ширине плеч. 4-на 10 см. уже ширины плеч	1- на 20 см. шире плеч 2-на 10 см. шире плеч 3-на ширине плеч. 4-на 10 см. уже ширины плеч.	1-4 балл
Техническая подготовка			
Проплывание дистанции 50 м. кролем на груди. Преодолеть технически правильно, без остановки.	Горизонтальное положение тела пловца в воде. Попеременная работа рук в согласовании с непрерывной работой ног. Для вдоха пловец поворачивает голову в сторону, выдох в воду. Проплывание дистанции 50 м. без остановки.		4 балла
	Горизонтальное положение тела пловца в воде. Лицо опущено в воду. Несогласованная работа рук и работа ног. Проплывание 50 м. без		3 балла



	остановки.		
	Неправильное положение тела в воде, неправильная работа рук и ног, вдох вперёд. Проплывание дистанции 50 м. с остановками.		2 балла
	Проплывание дистанции 25 м.		1 балл
Проплывание дистанции 50 м. кролем на спине. Преодолеть технически правильно, без остановки.	Горизонтальное положение туловища пловца в воде. Попеременная работа рук в согласовании с непрерывной попеременной работой ног. Голова лежит на воде. Дыхание согласовано с полным циклом гребка. Проплывание дистанции 50 м. без остановки.		4 баллов
	Горизонтальное положение тела плова в воде. Несогласованная работа рук и ног. Проплывание дистанции 50 м. без остановок.		3 балла
	Неправильное положение тела в воде. Неправильная работа рук и ног. Проплывание дистанции 50 м. с остановками.		2 балла
	Проплывание дистанции 25 м.		1 балл
Проплывание дистанции 100 м. вольный стиль. Преодолеть дистанции без остановки	+		0-1 балл
Проплывание дистанции 100 м. комплексное плавание.		Спортсмен проплывает каждым стилем по 25 м., соблюдая технику плавания всеми стилями.	4 баллов

		Кроль на груди, кроль на спине-поворот и финиш-касание одной рукой, баттерфляй и брасс-поворот и финиш касание двумя руками (в соответствии с правилами соревнований).	
		Спортсмен проплывает каждым стилем по 25 м., но есть ошибки в технике плавания одним из способов, а так же в технике выполнения поворотов.	3 балла
		Спортсмен проплывает каждым стилем по 25 м., но есть ошибки в технике плавания в двух и более способах, а так же в технике выполнения поворотов.	2 балла
		Спортсмен не владеет навыками комплексного плавания, а так же техникой выполнения стартов и поворотов.	1 балл
Проплывание дистанции 100 м. по выбору любым стилем Преодолеть технически правильно.		Проплывание дистанции за время соответствующее 3 юношескому разряду, согласно действующей таблице ЕВСК.	0-1 балл

- На следующий этап подготовки учащиеся зачисляются согласно количеству набранных баллов (от большего к меньшему). На этап второго года обучения не менее 15 баллов. На этап третьего года обучения не менее 12 баллов.

- Если количество детей, сдавших контрольно-переводные нормативы, превышает количество мест в группе, то предпочтение отдается детям, набравшим большее количество баллов в нормативах по технической подготовке (упражнения в воде).

- При равном количестве баллов у детей решение о зачислении принимает экспертная комиссия.

Приложение №2  
к Положению о текущем и  
промежуточном контроле лиц,  
проходящим спортивную подготовку  
в муниципальном автономном учреждении  
города Костромы «Спортивная школа №6»

**Контрольно-переводные нормативы для зачисления  
в группы тренировочного этапа (ТЭ)  
(мальчики)**

Контрольные упражнения	Годы					
	1-й	2-й	3-й	4-й	5-й	баллы
Бросок набивного мяча 1 кг. из-за головы в положении сидя (м.) не менее	4,0	4,5	5,0	5,5	6,0	1
Прыжок в длину с места (см.) не менее	1,40	1,60	1,70	1,90	2,00	1
Челночный бег 3 x 10 м. (сек.) не более	8,9	8,7	8,8	8,6	8,5	1
Подтягивание на перекладине (раз)	3	5	7	9	10	1
Наклон вперед, стоя на возвышении	+4	+5	+7	+8	+9	1
Выкрут прямых рук вперед-назад (ширина хвата в см.) не более	60	60	55	55	50	1
Поднимание туловища из положения лёжа на спине (1 мин.)	32	36	38	40	42	1
Бег на дистанцию: (ТГ-1)-1000 м, (ТГ-2,ТГ-3)-2000м (ТГ-4,ТГ-5)-3000м.	5,50	10,20	9,50	14,50	13,50	1
Сгибание, разгибание рук в упоре (раз)	13	18	22	24	30	1
Техническая подготовка						
Проплавание дистанции 400 м. кролем на груди	Преодоле ть техничес ки правильн о, без остановк и	-	-	-	-	1
Проплавание дистанции 200 м. комплексное плавание	Соблюде ние техники плавания	3,30	3,00	2,50	2,40	1

	4,0					
Проплывание дистанции 800 м. кролем на груди	-	15,00	13,30	12,00	11,20	1
Теория						
Содержание теоретической подготовки по темам, предусмотренным для данного этапа (форма контроля устанавливается тренером)	Зачёт/не зачёт					-
Выполнение нормативов ЕВСК						
Спортивный разряд на избранной дистанции	2 юн.- 1 юн.	1 юн.- 3	3-2	3-2	2-1	-

**Контрольно-переводные нормативы для зачисления  
в группы тренировочного этапа (ТЭ)  
(девочки)**

Контрольные упражнения	Годы					
	1-й	2-й	3-й	4-й	5-й	баллы
Бросок набивного мяча 1 кг. из-за головы в положении сидя (м.) не менее	3,5	4,0	4,5	5,0	5,5	1
Прыжок в длину с места (см.) не менее	1,30	1,45	1,55	1,60	1,75	1
Челночный бег 3 x 10 м. (сек.) не более	9,4	9,3	9,2	9,1	8,9	1
Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине (раз) не менее	13	15	17	18	20	1
Наклон вперёд, стоя на возвышении	+5	+6	+7	+8	+11	1
Выкрут прямых рук вперёд-назад (ширина хвата в см.) не более	60	60	55	55	50	1
Поднимание туловища из положения лёжа на спине (1 мин.)	27	30	32	34	38	1

Бег на дистанцию: (ТГ-1)-1000 м, (ТГ-2,ТГ-3, ТГ-4, ТГ-5)-2000м	6,20	12,10	11,50	11,40	11,10	1
Сгибание, разгибание рук в упоре (раз)	7	9	11	13	15	1
Техническая подготовка						
Проплывание дистанции 400 м. кролем на груди	Преодоле ть техничес ки правильн о, без остановк и	-	-	-	-	1
Проплывание дистанции 200 м. комплексное плавание	Соблюде ние техники плавания 4,30	3,40	3,20	3,00	2,50	1
Проплывание дистанции 800 м. кролем на груди	-	15,00	13,50	12,30	11,30	1
Теория						
Содержание теоретической подготовки по темам, предусмотренным для данного этапа (форма контроля устанавливается тренером)	Зачёт/не зачёт					-
Выполнение нормативов ЕВСК						
Спортивный разряд на избранной дистанции	2 юн.- 1 юн.	1 юн.- 3	3-2	3-2	2-1	-

Проходной балл на следующий период подготовки – не менее 9 баллов. Наличие действующего спортивного разряда. Наличие зачёта по теоретической подготовке.

### **ПРИМЕЧАНИЕ**

- сначала зачисляются все воспитанники, сдавшие вышеперечисленные нормативы
- если количество сдавших данные нормативы превышает количество мест в группе, приоритет отдается воспитанникам, имеющим более высокий разряд на выбранной дистанции.
- если по данному критерию «спорные» воспитанники имеют одинаковый разряд, решение о выборе воспитанников отдается экспертной комиссии.

Приложение №3  
к Положению о текущем и  
промежуточном контроле лиц,  
проходящим спортивную подготовку  
в муниципальном автономном учреждении  
города Костромы «Спортивная школа №6»

**Контрольно-переводные нормативы для зачисления  
по годам обучения для этапа совершенствования спортивного мастерства (ССМ)**

Зачисление в группы ЭССМ происходит на конкурсной основе, при условии выполнения норматива Кандидата в мастера спорта.

Нормативы ОФП и СФП

(общей и специальной физической подготовки)

Физические качества	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
Скоростно-силовые	Бросок набивного мяча 1 кг (не менее 5,3 м)	Бросок набивного мяча 1кг (не менее 4,5 м)
	Челночный бег 3 x 10 м (не более 9,5 с)	Челночный бег 3 x 10м (не более 10,0 с)
	Прыжок в длину с места (не менее 170 см)	Прыжок в длину с места (не менее 155 см)
Силовые	Подтягивание на перекладине (не менее 6 раз)	Подтягивание на перекладине (не менее 4 раз)
Гибкость	Выкрут прямых рук вперед-назад (ширина хвата не более 45 см)	Выкрут прямых рук вперед-назад (ширина хвата не более 60 см)

Требования к уровню спортивной подготовки	Годы		
	1-й	2-й	3-й
Спортивный разряд	Кандидат в мастера спорта		