

«РАССМОТРЕНО»
на заседании Педагогического совета
БУ ДО «СШ по конному спорту»
(Протокол от 27.04.2023 № 1)

«УТВЕРЖДЕНО»
Приказом директора
БУ ДО «СШ по конному спорту»
В.Е. Краснов
№ 26 от 27.04.2023



**Правила приема на обучение
по дополнительной образовательной программе
спортивной подготовки в БУ ДО «СШ по конному спорту»
по виду спорта «Конный спорт»**

1. Общие положения.

1.1 Настоящие Правила приема на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки (далее – Правила) регламентирует прием граждан на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки в БУ ДО «СШ по конному спорту» (далее – Учреждение) по виду спорта «Конный спорт» на основании результатов индивидуального отбора, проводимого 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 бюджета Чувашской Республики по договорам об образовании по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки.

Настоящие правила разработаны в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 3.08.2022 № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки»;
- Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27.01.2023 № 57 «Об утверждении порядка приема на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки»;
- Концепцией развития дополнительного образования детей, утвержденного Распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р;
- Уставом Учреждения.
- иными нормативными правовыми документами.

1.2. Учреждение реализуют дополнительные образовательные программы спортивной подготовки и осуществляет прием граждан на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки при наличии лицензии на осуществление образовательной деятельности.

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

1.3. Индивидуальный отбор проводится в целях выявления лиц, имеющих необходимые для освоения дополнительных образовательных программ спортивной подготовки способности в области физической культуры и спорта.

Для проведения индивидуального отбора поступающих Учреждение проводит тестирование, которое включает в себя сдачу вступительных нормативов по общей физической и специальной физической подготовке, техническому мастерству для зачисления на соответствующие годы этапов спортивной подготовки, а также вправе проводить предварительные просмотры (собеседования), консультации.

1.4. Право на зачисление в первоочередном порядке в спортивные группы и выдачи спортивной экипировки, оборудования и инвентаря для занятий спортом на бесплатной основе,

имеют дети СВО (в т.ч. в случае гибели (смерти) участников СВО), при условии выполнения требований, установленных приказом Минспорта России от 27.01.2023 № 57, федеральными стандартами спортивной подготовки, отсутствия медицинских противопоказаний к физическим занятиям, а также предоставления документов (справки), подтверждающих участие в СВО одного из родителей (законных представителей) ребенка.

1.5. В целях организации приема и проведения индивидуального отбора поступающих в Учреждение создаются приемная (не менее 5 человек) и апелляционная комиссии (не менее 3 человек). Составы комиссий утверждаются приказом директора Учреждения. В состав комиссий входят председатель комиссии, заместитель председателя комиссии, секретарь комиссии (при необходимости) и иные члены комиссии.

Председателем приемной комиссии является директор Учреждения или лицо, им уполномоченное. Состав приемной комиссии формируется из числа руководящих работников, тренерско-преподавательского состава, участвующих в реализации дополнительных образовательных программ спортивной подготовки.

Председателем апелляционной комиссии является руководитель Учреждения (если он не является председателем приемной комиссии), или лицо, им уполномоченное.

Состав апелляционной комиссии формируется из числа работников Учреждения, участвующих в реализации дополнительных образовательных программ спортивной подготовки и не входящих в состав приемной комиссии.

Регламенты работы комиссий определяются Положением о регламенте работы приемной и апелляционной комиссий в Учреждении.

1.6. При организации приема поступающих руководитель Учреждения обеспечивает соблюдение их прав, прав их родителей (законных представителей), установленных законодательством Российской Федерации, гласность и открытость работы приемной и апелляционной комиссий, объективность оценки способностей поступающих.

1.7. Не позднее чем за месяц до начала приема документов Учреждение на своем информационном стенде и официальном сайте в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее – сайт) в целях ознакомления с ними поступающих и их родителей (законных представителей) размещает следующие документы и информацию:

- а) копию устава Учреждения;
- б) копию лицензии на осуществление образовательной деятельности (с приложениями);
- в) документы, регламентирующие организацию и осуществление образовательной деятельности, права и обязанности обучающихся;
- г) условия работы приемной и апелляционной комиссий Учреждения;
- д) количество бюджетных мест в соответствующем году по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки, а также количество вакантных мест для приема поступающих (при наличии);
- е) сроки приема документов для обучения по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки в соответствующем году;
- ж) сроки и место проведения индивидуального отбора поступающих в соответствующем году;
- з) формы индивидуального отбора поступающих по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки;
- и) нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления на обучение по каждой дополнительной образовательной программе спортивной подготовки;
- к) систему оценок (отметок, баллов, показателей в единицах измерения), применяемую при проведении индивидуального отбора поступающих;
- л) правила подачи и рассмотрения апелляций по процедуре и (или) результатам индивидуального отбора поступающих;
- м) сроки зачисления поступающих в Учреждение;
- н) образец заявления о приеме на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки (далее – заявление);

Проведение индивидуального отбора для лиц с ограниченными возможностями здоровья не предусмотрен.

1.8. Результаты выполнения требований (упражнений), предъявляемых к уровню физических (двигательных) качеств поступающих, которые включают в себя сдачу нормативов по общей физической и специальной физической подготовке, для зачисления на соответствующие этапы (годы этапов) спортивной подготовки по конному спорту оцениваются по бальной системе (Приложение 4). Оценка уровня общей физической, специальной физической и техникой подготовленности поступающих определяются по результатам сдачи нормативов.

Методика выполнения упражнений общей и физической подготовки указана в приложении № 3.

Минимальный проходной балл, который необходимо набрать поступающему при обязательном выполнении требований по общей и специальной физической подготовке и техническому мастерству указан в приложении № 4. При превышении выполнения минимальных показателей баллы добавляются.

Зачисление на бюджетные места происходит в случае выполнения нормативов общей и специальной физической подготовки, разрядные требования и техническое мастерство в соответствии с этапом подготовки.

1.9. Количество поступающих на бюджетной основе для обучения по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки определяется учредителем Учреждения в соответствии с государственным заданием на оказание государственных по спортивной подготовке.

1.10. Федеральным стандартом спортивной подготовки, утвержденным приказом Минспорта России от 15.11.2022 № 983 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта *Конный спорт*» установлены минимальные возрастные и разрядные требования для зачисления на этапы спортивной подготовки:

Этап спортивной подготовки	Минимальные возрастные требования для зачисления	Минимальные разрядные требования для зачисления
Начальной подготовки	9	нет
Тренировочный этап (этап спортивной подготовки)	10	2 юношеский спортивный разряд
Этап совершенствования спортивного мастерства	12	Кандидат в мастера спорта России
Этап высшего спортивного мастерства	16	Мастер спорта России

1.11. Учреждение вправе осуществлять прием поступающих сверх установленного государственного задания на оказание государственных услуг на обучение на платной основе по договорам об образовании по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки.

1.12. Учреждением предусматривается проведение дополнительного отбора для лиц, не участвовавших в первоначальном индивидуальном отборе в установленные Учреждением сроки по уважительной причине (болезнь или иные обстоятельства, подтвержденные документально), в пределах общего срока проведения индивидуального отбора поступающих.

2. Организация приема поступающих для освоения программы спортивной подготовки по виду спорта «конный спорт»

2.1. Приемная комиссия Учреждения обеспечивает функционирование специальных телефонных линий, а также раздела сайта для оперативных ответов на обращения, связанные приемом поступающих.

2.2. Организация приема и зачисления поступающих, а также их индивидуальный отбор осуществляются приемной комиссией Учреждения.

2.3. Учреждение самостоятельно устанавливает сроки приема документов

в соответствующем году, но не позднее чем за месяц до проведения индивидуального отбора поступающих.

2.4. Прием в Учреждение на обучение осуществляется по письменному заявлению поступающих, достигших возраста 14 лет, или родителей (законных представителей) несовершеннолетних поступающих.

В заявлении указываются следующие сведения:

- а) наименование дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, на которую планируется поступление;
- б) фамилия, имя и отчество (при наличии) поступающего;
- в) дата и место рождения поступающего;
- г) фамилия, имя и отчество (при наличии) родителей (законных представителей) несовершеннолетнего поступающего;
- д) номера телефонов поступающего и/или родителей (законных представителей) несовершеннолетнего поступающего (при наличии);
- е) адрес места жительства, места пребывания или места фактического проживания;
- ж) 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 Учреждения, 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 процедуры индивидуального отбора поступающего.

2.5. При подаче заявления представляются следующие документы:

- а) копия документа, удостоверяющего личность поступающего, или копия свидетельства о рождении;
- б) копия документа, удостоверяющего личность родителя (законного представителя) несовершеннолетнего поступающего, и (или) документа, подтверждающего родство, установление опеки или попечительства;
- в) медицинское заключение о допуске к прохождению спортивной подготовки
- г) фотографию поступающего.

Для полноценного обеспечения спортивно-тренировочного процесса, с учетом травмоопасности конного спорта, а также работой Учреждения в АИС «Навигатор дополнительного образования детей Чувашской Республики» и АИС «Мой спорт» Учреждение вправе запросить дополнительный пакет документов:

- иностранным гражданам, находящимся на территории Российской Федерации необходимо предоставить действующее на период подачи заявления: вид на жительство, свидетельство о регистрации по месту пребывания, либо иные документы, предусмотренные действующим законодательством Российской Федерации, с нотариально заверенным переводом на русский язык;
- копия полиса обязательного медицинского страхования поступающего;
- СНИЛС поступающего;
- копия полиса страхования от несчастных случаев сроком на 1 год.

Заявление и документы, указанные в п 2.4 и 2.5 Правил подаются лично в Учреждение.

2.6. Учреждение осуществляет обработку полученных в связи с приемом на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки персональных данных поступающих в соответствии с требованиями законодательства Российской Федерации в области персональных данных.

2.7. Заседание приемной комиссии и объявление результатов индивидуального отбора проводится не позднее следующего рабочего после завершения индивидуального отбора поступающих в Учреждение.

3. Подача и рассмотрение апелляции

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

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

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

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

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

3.5. 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.

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

4. Порядок зачисления поступающих и дополнительный прием лиц в Учреждение.

4.1. Зачисление поступающих в Учреждение на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки оформляется приказом Учреждения на основании решения приемной комиссии или апелляционной комиссии в сроки, установленные Учреждением.

4.2. При наличии мест, оставшихся вакантными после зачисления по результатам индивидуального отбора поступающих, а также на вакантные места, появившиеся в течение учебно-тренировочного года Учреждение вправе проводить дополнительный прием поступающих.

4.3. Организация дополнительного приема и зачисление на вакантные места осуществляется в соответствии с настоящими Правилами.

4.4. На каждого поступающего заводится личное дело, в котором хранятся все сданные документы и материалы результатов индивидуального отбора. Личные дела поступающих хранятся в Учреждении не менее трех месяцев с начала объявления приема в Учреждении.

4.5. При выявлении недостоверных сведений, указанных при приеме в Учреждение, наличии медицинских противопоказаний, а также, отсутствие на занятиях (или не приступив к обучению) без письменного уведомления и без уважительной причины отсутствия на занятиях Учреждение издает приказ об аннулировании приема на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки. Приказ доводится до сведения родителей несовершеннолетних обучающихся (законных представителей). Личное дело обучающегося хранится в учреждении не менее 3-х месяцев со дня издания приказа об аннулировании.

Директору БУ ДО «СШ по конному спорту»
В.Е. Краснову

ФИО родителя (законного представителя)
Телефон _____
Адрес регистрации _____

Адрес фактического проживания _____

ЗАЯВЛЕНИЕ

Прошу принять моего ребенка в БУ ДО «СШ по конному спорту» для обучения по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «Конный спорт»

Фамилия _____ Имя _____
Отчество _____ Дата и место рождения поступающего _____

Телефон поступающего _____

ФИО родителей (законных представителей) несовершеннолетнего ребенка

*С уставом Учреждения и ее локальными нормативными актами, регламентирующими организацию учебного процесса БУ ДО «СШ по конному спорту» ознакомлен(а)

Подпись заявителя

Дата заполнения « ____ » _____ 20__ г / _____ / _____
подпись расшифровка подписи

К заявлению прилагаю:

1. Копия свидетельства о рождении/паспорта ребенка.
2. Копия паспорта законного представителя.
3. Справка из медучреждения, подтверждающая отсутствие у ребенка противопоказаний для занятий конным спортом.
4. Фотография поступающего (3*4 – 1 шт.)

СОГЛАСИЕ

родителя (законного представителя) на обработку персональных данных несовершеннолетнего поступающего в БУ ДО «СШ по конному спорту» (в соответствии с требованиями федерального закона от 27.07.2006г. № 152-ФЗ «О персональных данных»

Я, _____
(Ф.И.О. родителя или законного представителя)
Паспорт серии _____ № _____ выдан _____
(орган, выдававший паспорт и дата выдачи)
Проживающий(ая) по адресу _____
(почтовый адрес фактического проживания)
как законный представитель _____
(фамилия, имя, отчество поступающего)
на основании _____
(свидетельство или иной документ, подтверждающий, что субъект является законным представителем поступающего)

настоящим даю свое согласие на обработку Бюджетным учреждением Чувашской Республики дополнительного образования «Спортивная школа по конному спорту» (далее – Учреждение), расположенным по адресу: фактический и юридический адрес – 429958, г. Новочебоксарск, ул. Советская, д. 48, моих персональных данных и персональных данных несовершеннолетнего поступающего.

Я подтверждаю, что, давая такое согласие, я действую свободно, по своей воле и в своем интересе. Согласие дается в целях обеспечения соблюдения в отношении меня и несовершеннолетнего поступающего законодательства Российской Федерации в сфере отношений, связанных с прохождением поступающего индивидуального отбора в целях зачисления в Учреждение в рамках дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «Конный спорт».

Я даю согласие на передачу моих персональных данных и персональных данных несовершеннолетнего поступающего: фамилия, имя, отчество, дата и место рождения, гражданство; адрес регистрации и фактического проживания, дата регистрации; паспортные данные (серия, номер, кем и когда выдан); свидетельство о рождении (серия, номер, кем и когда выдан); данные СНИЛС, ИНН; место учебы (работы); номер телефона, адрес электронной почты; медицинское заключение о наличии (отсутствии) заболеваний, препятствующих прохождению программ спортивной подготовки в учреждении; сведения о наличии спортивного разряда/звания; размещать имя, фамилию, отчество, дату рождения, фотографии, сведения об участии в соревнованиях, конкурсах и других мероприятиях на официальном сайте Учреждения, информационных стендах в помещениях Учреждения; печать в СМИ имени, фамилии, даты рождения, достижений ребенка, трансляция по телевидению участия в спортивно-массовых мероприятиях.

Учреждение вправе использовать персональные данные моего ребенка в целях наиболее полного исполнения Учреждением своих обязанностей, обязательств и компетенций.

Настоящее согласие предоставляется на осуществление любых действий в отношении персональных данных моего ребенка, которые необходимы или желаемы для достижения указанных выше целей, включая (без ограничения) сбор, систематизацию, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение), использование, распространение, обезличивание, блокирование персональных данных, а также осуществление любых иных действий, предусмотренных действующим законодательством РФ.

Я проинформирован (а), что БУ ДО «СШ по конному спорту» гарантирует, что обработка персональных данных осуществляется в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации как неавтоматизированным, так и автоматизированным способом обработки.

Я ознакомлен(а), что:

- 1) согласие на обработку персональных данных действует с даты подписания настоящего согласия в течение всего срока прохождения спортивной подготовки в Учреждении;
- 2) согласие на обработку персональных данных может быть отозвано на основании письменного заявления ответственного лицу за обработку персональных данных в Учреждении;
- 3) в случае отзыва согласия на обработку персональных данных, учреждение вправе продолжить обработку персональных данных без согласия при наличии оснований, указанных в п.п.2-11 ч.1 ст.6, ч.2 ст.10 и ч.2 ст.11 Федерального закона от 27.07.2006 № 152-ФЗ «О персональных данных»;
- 4) после прекращения прохождения спортивной подготовки персональные данные хранятся в учреждении в течение срока хранения документов, предусмотренных действующим законодательством Российской Федерации;
- 5) персональные данные, предоставляемые в отношении третьих лиц, будут обрабатываться только в целях осуществления и выполнения возложенных законодательством Российской Федерации на учреждение функций, полномочий и обязанностей.

Обязуюсь сообщать в трехдневный срок об изменении местожительства, контактных телефонов, паспортных, документных и иных персональных данных. Об ответственности за достоверность представленных сведений предупрежден(а).

Дата: « _____ » _____ 20 _____ г.

Подпись _____ / _____ / _____

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления
в группы на этапе начальной подготовки по виду спорта «конный спорт»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1	Бег на 30 м	Сек.	не более 6,2	не более 6,4
1.2	Бег на 1000 м	Мин., сек.	не более 6,10	не более 6,30
1.3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее 10	не менее 5
1.4	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее +2	не менее +3
1.5	Челночный бег 3*10	сек	не более 9,6	не более 9,9
1.6	Прыжок в длину с места толчком 2 ногами	см	не менее 130	не менее 120
1.7	Метание мяча весом 150 гр.	м	не менее 19	не менее 13
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1	Вращение на 2 ногах вокруг своей оси, глаза открыты, руки на пояс, после остановки пройти по прямой ровно (10 оборотов)	сек	не более 30	
2.2.	Стойка на одной ноге, глаза закрыты, руки скрещены, ладони на плечах	сек	не менее 5	
2.3	Кувырок вперед	количество раз	не менее 1	
2.4	Подъем ноги, согнутый в колене, из положения стоя	количество раз	не менее 1	

МЕТОДИКА ВЫПОЛНЕНИЯ УПРАЖНЕНИЙ
общей физической и специальной физической подготовки
по виду спорта «Конный спорт»

1, 2. Бег на 30 м, 1000 м.

Бег проводится по дорожкам стадиона или на любой ровной площадке с твёрдым покрытием, выполняется с высокого старта. Результат фиксируется с точностью до 0,1 с. По команде «На старт!» испытуемые занимают свои места перед линией старта. По команде «Внимание!» они должны принять И.П.: - носок толчковой ноги находится у линии старта, вторая нога располагается на полшага назад. Ноги согнуты, задняя с опорой на переднюю часть стопы. Туловище наклонено вперед, руки согнуты (противоположная толчковой ноге выходит вперед, другая отведена назад). После команды стартера «Марш!» они начинают бег. При беге испытуемым запрещается наступать на линию бровки с левой стороны, что приведет к сокращению дистанции.

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

- Заступ за линию старта;
- Испытуемый во время бега уходит со своей дорожки, создавая помехи другому испытуемому;

- Старт испытуемого раньше команды стартера «Марш!».

Критерием оценки служит время, затраченное на прохождение дистанции.

3. Сгибание-разгибание рук в упоре лёжа на полу.

Выполняется для оценки уровня силовой (динамической) выносливости мышц плечевого пояса, а также статической выносливости мышц спины, брюшного пресса, таза и ног. И.П. – упор лёжа на полу, руки на ширине плеч, кисти – вперед, локти разведены не более 45 градусов относительно туловища. Плечи, туловище и ноги составляют прямую линию. Сгибая руки, необходимо коснуться грудью пола (или платформы), затем, разгибая руки, вернуться в И.П. и, зафиксировав его на 0,5 сек., продолжить выполнение упражнения. Засчитывается количество правильно выполненных сгибаний-разгибаний рук (отжиманий), фиксируемых счётом судьи. Дается одна попытка. Неправильно выполненные сгибания-разгибания рук (отжимания) не засчитываются.

Ошибки, при которых упражнение не засчитывается:

- Нарушение требований к И.П.;
- Касание пола коленями, бёдрами, тазом;
- Отсутствие касания грудью пола (платформы);
- Нарушение прямой линии «плечи – туловище – ноги»;
- Разновременное или неполное разгибание рук;

Критерием выполнения упражнения служит количество отжиманий при условии правильного выполнения теста в произвольном темпе.

4. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи).

Упражнение проводится с целью определения (измерения) активной гибкости позвоночника и тазобедренных суставов. И.П.- стоя, на гимнастической скамье поперек, ноги выпрямлены в коленях, ступни ног расположены параллельно на ширине 10-15 см, руки опущены. Испытуемый выполняет упражнение в спортивной форме, позволяющей судьям определить выпрямление ног в коленях (шорты, лосины). Линейка для измерений находится у верхнего края гимнастической скамейки и строго по центру, относительно ступней.

При выполнении упражнения по команде судьи испытуемый выполняет два предварительных наклона, скользя пальцами рук по линейке измерения. При третьем наклоне испытуемый максимально сгибается и фиксирует результат в течение 2 секунд.

Величина гибкости измеряется в сантиметрах. Результат может быть положительным (со знаком «+»), если кончики пальцев оказались за нулевой отметкой, и отрицательным

(со знаком «←»), если пальцы не достали до нее. Измерение производится с точностью до 1 см.

Ошибки, при которых упражнение не засчитывается:

- Нарушение требований к И.П.;
- Сгибание ног в коленях;
- Фиксация результата пальцами одной руки;
- Отсутствие фиксации результата в течение 2-х секунд.

Критерием выполнения упражнения служит величина гибкости, оцениваемая в сантиметрах (расстояние от нулевой отметки до кончиков пальцев рук).

5. Челночный бег 3x10 м.

Упражнение выполняется на ровной площадке с размеченными линиями старта и финиша. Ширина линии старта и финиша входит в отрезок 10 метров.

По команде «На старт» испытуемый становится перед стартовой линией, так, чтобы толчковая нога находилась у стартовой линии, а другая была бы отставлена на полшага назад (наступать на стартовую линию запрещено).

По команде «Внимание!», слегка сгибая обе ноги, испытуемый наклоняет корпус вперед и переносит тяжесть тела на впереди стоящую ногу. Допустимо опираться рукой о землю. По команде «Марш!» (с одновременным включением секундомера) испытуемый бежит до финишной линии, касается ее рукой, возвращается к линии старта, касается ее рукой и преодолевает последний отрезок, финишируя. Судья останавливает секундомер в момент пересечения линии «Финиш». Результат фиксируется до 0,1 секунды.

Ошибки, в результате которых упражнение не засчитывается:

- Испытуемый начал выполнение упражнения до команды судьи «Марш!» (фальстарт);
- На момент старта испытуемый заступил за линию;
- Во время бега испытуемый помешал рядом бегущему;
- Испытуемый не коснулся линии во время разворота рукой.

Критерием выполнения упражнения служит промежуток времени, при условии правильного выполнения теста.

6. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами

И.П. – стойка ноги врозь, ступни параллельно, носки ног перед линией

отталкивания. Ноги согнуты в коленных суставах, туловище наклонено вперед.

Одновременным толчком двух ног выполняется прыжок вперед. Допускаются махи руками. Измерение производится по перпендикулярной прямой от места отталкивания до ближайшего следа, оставленного любой частью тела испытуемого. Испытуемому предоставляется две попытки.

В зачет идет лучший результат. Испытуемый имеет право:

- при подготовке и выполнении прыжка производить маховые движения руками;
- использовать все время (1 минуту), отведенное на подготовку и выполнение прыжка.

Ошибки, в результате которых упражнение не засчитывается:

- Заступ за линию отталкивания или касание ее;
- Отталкивание с предварительного подскока;
- Поочередное отталкивание ногами;
- Использование каких-либо отягощений, выбрасываемых во время прыжка;
- Уход с места приземления назад по направлению прыжка.

Критерием выполнения упражнения является расстояние между стартовой линией и точкой приземления, при условии правильного выполнения теста.

7. Метание мяча весом 150 г. Метание выполняется на ровной площадке, от стартовой

линии в коридоре шириной 10 метров с места или прямого разбега способом «из-за спины через плечо». На подготовку и выполнение попытки в метании дается 1 минута. Испытуемый выполняет две попытки. Результаты удачных попыток измеряются и записываются в протокол тестирования установленной формы. Неудачные попытки измерению не подлежат. В зачет идет лучший результат. Измерение производится от линии метания до места приземления мяча. После выполнения попытки судья, при отсутствии нарушения, подает команду – сигнал «Есть!» или, при нарушении правил, – сигнал «Нет!».

Ошибки, в результате которых упражнение не засчитывается:

- Касание любой частью тела линий разметки (линия метания, боковые линии дорожки, ограничивающих зону разбега) или земли за зоной разбега;
- Мяч не попал в сектор;
- Попытка выполнена без команды судьи;
- Просрочено время, выделенное на попытку.

Критерием выполнения упражнения служит расстояние между стартовой линией и точкой приземления мяча при условии правильного выполнения теста.

Приложение 4.

Оценка тестирования лиц для зачисления в группы на этапе начальной подготовки по виду спорта конный спорт

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Баллы	Норматив	
				мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки					
1.1	Бег на 30 м	сек.	1	5,71-6,2	6,01-6,4
			2	5,41-5,7	5,61-6,0
			3	5,11-5,4	5,31-5,6
			4	5,10 и менее	5,30 и менее
1.2	Бег на 1000 м	мин., сек.	1	5,51-6,10	6,21-6,30
			2	4,61-5,50	5,21-6,20
			3	4,51-4,60	5,11-5,20
			4	4,50 и менее	5,10 и менее
1.3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	1	10-12	5-6
			2	13-21	7-12
			3	22-27	13
			4	28 и более	14 и более
1.4	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	1	2	3
			2	3	4
			3	4-8	5-12
			4	9 и более	13 и более
1.5	Челночный бег 3*10	сек.	1	9,01-9,6	9,41-9,9
			2	8,51-9,6	8,71-9,4
			3	7,91-8,5	8,21-8,7
			4	7,9 и менее	8,2 и менее
1.6	Прыжок в длину с места толчком 2 ногами	см	1	130-149	130-134
			2	150-159	135-149
			3	160-179	150-164
			4	180 и более	165 и более
1.7	Метание мяча весом 150 гр.	м	1	19-23	13-15
			2	24-26	16-17
			3	27-32	18-21
			4	33 и более	22 и более
2. Нормативы специальной физической подготовки					
2.1	Вращение на 2 ногах вокруг своей оси, глаза открыты, руки на пояс, после остановки пройти по прямой ровно (10 оборотов)	сек.	1	25-30	
			2	20-24	
			3	15-19	
			4	14 и менее	

2.2.	Стойка на одной ноге, глаза закрыты, руки скрещены, ладони на плечах	сек.	1	5-7
			2	8-12
			3	13-16
			4	17 и более
2.3	Кувырок вперед	количество раз	1	1
			2	2
			3	3
			4	4
2.4	Подъем ноги, согнутый в колене, из положения стоя	количество раз	1	1-3
			2	4-10
			3	11-15
			4	16 и более