

Приложение №1
к приказу ГБУ СШОР № 2 Московского р-на
от 21.04.2021 № 88
О создании приемной комиссии по формированию
групп начальной подготовки 1 года на 2022 год и
регламенте ее работы».

РЕГЛАМЕНТ

Работы приемной комиссии по формированию групп начальной подготовки 1 года на 2022 год ГБУ СШОР № 2 Московского района по виду спорта – спортивная гимнастика на площадке зала гимнастики по адресу: ул. Пулковская до 11, лит. А. метро «Звездная».

1. Общие положения.

- 1.1. Настоящий регламент определяет сроки и порядок конкурсного отбора поступающих в учреждение на этап начальной подготовки 1 года по виду спорта – спортивная гимнастика.
- 1.2. Прием занимающихся осуществляется в соответствии с частью 3 статьи 34.1 Федерального Закона от 04.12.2007 № 329 ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»; распоряжением Правительства Санкт-Петербурга администрации Московского района от 03.02.2021 № 143-р «Об утверждении порядка приема лиц в физкультурно-спортивные организации, созданные Санкт-Петербургом, осуществляющие спортивную подготовку, в отношении которых администрация Московского района Санкт-Петербурга осуществляет функции и полномочия учредителя», Уставом ГБУ СШОР № 2 Московского района, положением о Порядке приема, перевода, отчисления спортсменов ГБУ СШОР № 2 Московского района.
- 1.3. Прием осуществляется на основании результатов индивидуального отбора поступающих для освоения программ спортивной подготовки.
- 1.4. Индивидуальный отбор заключается в выявлении у поступающих их физических и двигательных умений, необходимых для освоения соответствующих программ спортивной подготовки. Для проведения индивидуального отбора учреждение проводит тестирование в 2 этапа.
- 1.5. К тестированию допускаются лица **2016-2015** г.р., желающие заниматься спортом и не имеющие медицинских противопоказаний.
2. Количество мест для приема, поступающих в учреждение на этап начальной подготовки 1 года на 2022 год по программе спортивной подготовки по виду спорта «спортивная гимнастика», соответствует утвержденному государственному заданию на 2022 г на площадке зала гимнастики ГБУ СШОР № 2 Московского района по адресу улица Пулковская дом 11, лит А, ст. м. «Звездная»:
- всем поступающим необходимо зарегистрироваться на просмотр в период с сентября по октябрь.
– формирование групп на **1 этап** из проходит сентябрь-октябрь 2021 г

3. Сведения о месте и времени регистрации для поступающих:

№ п/п	Наименование отделения	Предполагаемый срок проведения	Адрес проведения	Предполагаемое время сбора детей	Предполагаемое количество человек	Количество вакантных мест
ОСНОВНЫЕ ДАТЫ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОСМОТРА						
1	СПОРТИВНАЯ ГИМНАСТИКА	01 по 30 сентября 2021	улица Пулковская дом 11, лит А, ст. м. «Звездная»:	пн-пт. с 17.00 до 19.00 сб. с 12.00 до 16.00	20 человек 20 человек	30
2	СПОРТИВНАЯ ГИМНАСТИКА	01 по 30 октября 2021	улица Пулковская дом 11, лит А, ст. м. «Звездная»:	пн-пт. в 17.00 сб. в 11.00	20 человек 20 человек	
Дополнительный набор поступающих в группы НП - 1						

3	СПОРТИВНАЯ ГИМНАСТИКА	25-27 ноября 2021		в 17.00	По мере необходимости	
---	-----------------------	-------------------	--	---------	-----------------------	--

- Окончательные списки зарегистрированных, по группам, с указанием примерного времени просмотра будут опубликованы **01 ноября (основной набор)** и **04 декабря** (дополнительный набор).

1 этап - 13 ноября 2021 г. – **ОЦЕНКА ВНЕШНИХ (АНТРОПОМЕТРИЧЕСКИХ) ДАННЫХ**
- формирование групп на **2 этап**.

3.1. Сведения о месте и времени проведения отбора (1 этап):

№ п/п	Наименование отделения	Предполагаемый срок проведения	Адрес проведения	Предполагаемое время сбора детей	Предполагаемое количество человек	Количество вакантных мест
ДАТЫ ПРОВЕДЕНИЯ АНТРОПОМЕТРИЧЕСКОГО ПРОСМОТРА						
	СПОРТИВНАЯ ГИМНАСТИКА	13 ноября 2021	улица Пулковская дом 11, лит А, ст. м. «Звезда»:	в 12.00 в 13.00 в 14.00 в 15.00	20 человек 20 человек 20 человек 20 человек	
ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ДНИ ПРОВЕДЕНИЯ АНТРОПОМЕТРИЧЕСКОГО ПРОСМОТРА						
2	СПОРТИВНАЯ ГИМНАСТИКА	04 декабря 2021		в 11.00	По мере необходимости	

Успешно прошедшие предварительный отбор будут приглашены на **2 этап** – 20 ноября 2021 г, списки будут опубликованы на сайте (www.sport2mosk.spb.ru) и вывешиваются в вестибюле спортивного объекта.

3.2. Сведения о месте и времени проведения отбора (2 этап):

№ п/п	Наименование отделения	Предполагаемый срок проведения	Адрес проведения	Предполагаемое время сбора детей	Предполагаемое количество человек
ОСНОВНАЯ ДАТА ПРОВЕДЕНИЯ ОТБОРА					
1	СПОРТИВНАЯ ГИМНАСТИКА	20 ноября 2021	улица Пулковская дом 11, лит А, ст. м. «Звездная»:	в 11.00	30 человек
РЕЗЕРВНЫЕ ДНИ ПРОВЕДЕНИЯ ОТБОРА					
2	СПОРТИВНАЯ ГИМНАСТИКА	11 декабря 2021		в 11.00	По мере необходимости

4. Организация тестирования поступающих:

4.1. Для участия в индивидуальном **отборе** поступающим необходимо:

- записаться на дату и время просмотра (в поток 20 человек!); запись осуществляется в вестибюле ГБУ СШОР № 2 Московского района у администратора (тренера).
- заполнить «Визитную карточку» ребенка (получить её в вестибюле), с которой ребенок приходит на просмотр и сдает тренеру при проходе;
- явиться в день и время записи на просмотр с КОПИЕЙ свидетельства о рождении и заполненной визитной карточкой ребенка, в вестибюле зала гимнастики переодеться в майку и трусы, проходит **1 этап** просмотра.
- по окончании **1 этапа** просмотра 16 ноября вывешивается списки допущенных на **2 этап** отбора.

- информация о допуске на 2 этап вывешивается в течении 2-х рабочих дней после прохождения 1 этапа.
- допущенные до 2 этапа
- в вестибюле зала гимнастики переодеваются в спортивную форму для зала (купальник гимнастический (без юбки), шорты, футболка, без обуви).

- начало просмотра в 20 ноября в 11.00

4.2. Оценка всех тестов производится в балльной системе. Поступающий оценивается по сумме баллов всех тестов, указанных в разделе 7.

4.3. Результаты тестирования заносятся в протокол приемной комиссии. Сводные протоколы утверждаются членами приемной комиссии, опубликовываются на сайте учреждения (www.sport2mosk.spb.ru) и вывешиваются в вестибюле спортивного объекта в течении 10 рабочих дней:

- **итоги 1 этапа** 16 ноября 2021 года;

4.4. Проведение тестирования 2 этапа групп начальной подготовки 20 ноября 2021 года.

- **итоги 2 этапа** 30 ноября 2021 года;

5. Порядок приема документов и зачисления, поступающих в учреждение:

5.1. С 03 по 10 декабря с 10.00-18.00 в вестибюле зала гимнастики по адресу ул. Пулковская дом 11, лит А ст. м. «Звездная» согласно списку поступивших;

- *До подачи документов родителям необходимо ознакомиться с нормативными документами ГБУ СШОР № 2 Московского района: Уставом ГБУ СШОР № 2 Московского района, свидетельством о государственной регистрации ГБУ СШОР № 2 Московского района, правилами приема, порядком приема, другими документами регламентирующие организацию.*

- Зачисление спортсменов после подачи заявления и предоставления следующих документов:

Перечень документов, предоставляемых родителями детей, рекомендованных к зачислению по итогам отбора.

- ✓ документ (документы) поступающего, удостоверяющие личность, гражданство (паспорт (при наличии)) или свидетельство о рождении подлинник и ксерокопию;
- ✓ медицинское заключение о допуске к прохождению спортивной подготовки (с установленной первой или второй группой здоровья, выданного по результатам профилактического медицинского осмотра (Приказ Министерства Здравоохранения № 1144н от 23.10.2020 приложение 1 п 36, приложение 3 п 7)).
- ✓ полис обязательного медицинского страхования, действующий на территории РФ (**сделать копию**).
- ✓ фотографии поступающего, в количестве 4 шт. и формате 3x4.

Документы должны быть предоставлены в прозрачных пластиковых файлах.

- родители/законные представители несовершеннолетних детей, успешно прошедших 2 этап, на собрании 10 декабря, заполняют список документов для зачисления в ГБУ СШОР № 2 Московского района по спортивной гимнастике.

5.2. Поступающие считаются зачисленными в учреждение с момента издания приказа о зачислении. Приказ о зачислении издается до 30 декабря 2021 г. на основании решения приемной комиссии и **при наличии всех** необходимых документов.

5.3. При наличии мест, оставшихся вакантными после зачисления по результатам индивидуального отбора, учреждение объявляет дополнительный отбор. Дополнительный отбор поступающих осуществляется в сроки, установленные учреждением, в том же порядке, что и первоначальный отбор.

5.4. Кандидаты, не рекомендованные по результатам отбора к зачислению в ГБУ СШОР № 2 Московского района, могут забрать документы 13 декабря с 12.00 (и позднее).

5.5. Распределение по тренерам поступивших в начальную подготовку 1 года, время тренировки будет объявлено дополнительно.

6. Подача и рассмотрение апелляции:

6.1. Законные представители несовершеннолетних поступающих вправе подать письменное заявление на имя руководителя учреждения об апелляции по процедуре проведения индивидуального отбора не позднее следующего рабочего дня после объявления результатов отбора.

6.2. Апелляция рассматривается не позднее одного рабочего дня со дня ее подачи.

6.3. Повторное проведение индивидуального отбора проводится в течение 3 рабочих дней со дня принятия решения.

6.4. Подача апелляции по процедуре проведения повторного индивидуального отбора не допускается.

7. Перечень тестов индивидуального отбора:

1. АНТРОПОМЕТРИЧЕСКИЕ ДАННЫЕ:

✓ **Соответствие** «Требованиям к спортивным результатам занимающихся, предъявляемые ГБУ СШОР № 2 Московского района, на зачисление 2022 г.» в группы начальной подготовки 1 года в части касающейся антропометрических данных – **10 баллов (дополнительно)**.

✓ **Не соответствие** «Требованиям к спортивным результатам занимающихся, для поступления в группы на предъявляемые ГБУ СШОР № 2 Московского района на зачисление в 2022 году», в части касающихся антропометрических данных – **0 баллов (дополнительно)**.

МОНИТОРИНГ РОСТО-ВЕСОВЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ГИМНАСТОВ

Карта спортивной пригодности (СП)

Дата обслед. _____ Ф.И. _____ (дата рождения)

Признаки пригодности	Базовая оценка	Показатели	сбавки
Сбавки по «сигме»			По каждому параметру (до 4,0)
Рост, см	5		
Вес тела, кг	5		
Оц. за длину и веса тела, б			
Сбавки за внешние данные, б:	5		По каждому параметру (до 1,0)
длина шеи			
осанка			
жироотложение			
форма рук			
форма ног			
Оценка внешних данных, б.			
Общая оценка внешних данных, б			

Среднестатистические показатели длины и веса тела гимнасток в виде средней арифметической величины (-X+) и величины среднего квадратического отклонения как в сторону отставания от среднего показателя («-»), так в сторону его превышения («+»).

Отклонение, равное 1σ – (одна «сигма»), считается не значительным

Отклонение, в 2σ – (две «сигмы»), - умеренным

Отклонение, в 3 σ – (три «сигмы»), - значительным

Мониторинг длины тела (см) гимнасток

Возраст (лет)	Отклонение в сторону отставания («-»)			Средний показатель	Отклонение в сторону превышения («+»)		
	-3 σ	-2 σ	-1 σ		-X+	+1 σ	+2 σ
5	103,17	104,98	106,79	108,6	110,41	112,22	114,03
6	106,88	108,72	110,56	112,4	114,24	116,08	117,92
7	111,28	113,12	114,96	116,8	118,64	120,48	122,32
8	115,97	118,18	120,39	122,6	124,81	127,02	128,62
9	119,74	121,26	123,7	126,3	128,82	131,34	133,86
10	122,6	125,1	127,6	135,4	132,6	135,1	137,6
11	127,57	130,18	132,9	138,1	138,01	140,62	143,23
12	131,6	134,2	136,8	139,4	142,0	144,6	147,2
13	134,8	137,0	140,0	143,0	146,0	149,0	152,0
14	133,93	137,92	141,9	145,9	149,89	153,88	157,87
15	135,9	140,0	144,1	148,2	152,3	156,4	160,75
16	136,8	140,9	145,1	149,4	153,64	157,88	162,75
17-18	137,5	141,7	145,9	150,1	154,13	158,5	162,7

Мониторинг веса гимнасток (кг)

Возраст (лет)	-3 σ	-2 σ	-1 σ	-X+	+1 σ	+2 σ	3 σ
5	12,24	13,66	15,08	16,5	17,92	19,34	20,76
6	14,47	15,88	17,29	18,7	20,11	21,52	22,93
7	15,37	16,98	18,59	20,2	21,81	23,42	25,03
8	16,59	18,56	20,53	22,5	24,47	26,44	28,5
9	18,65	20,6	22,55	24,5	26,45	28,4	30,35
10	19,1	21,6	24,1	26,6	29,1	31,6	34,1
11	21,0	23,8	26,6	29,41	32,2	35,0	36,8
12	21,6	24,6	27,6	30,6	33,6	36,6	39,6
13	24,4	27,4	30,4	33,4	36,4	39,4	42,4
14	24,95	28,4	31,85	35,3	38,75	42,2	45,66
15	28,23	31,72	35,21	38,7	42,19	45,68	49,2
16	28,9	32,9	36,9	40,9	44,9	48,9	52,9
17-18	28,6	33,0	37,4	41,8	46,2	50,6	55,0

2. НОРМАТИВЫ ПО ОФП И СФП ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ НА ЭТАП НП-1

1. Все двигательные задания(тесты) проводятся в спортивной одежде: (футболке, майке, шортах, в спортивном купальнике (без юбки), босиком.
2. Специальная разминка перед тестированием не проводится.
3. Детям не разрешается выполнять пробные попытки, за исключением случаев, специально оговоренных в инструкции.
4. Родители (законные представители) во время теста не присутствуют.

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Нормативы
	Бег на 20 м	сек	не более 5,0 сек
	Челночный бег 2 x 10 м	сек	не более 10,1

Прыжок в длину с места	см	не менее 120
Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине	количество раз	не менее 5 раз
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее 5 раз
И.П. - вис на гимнастической стенке. Подъем выпрямленных ног до горизонтального положения "угол"	количество раз	не менее 5 раз
Фиксация положения "угол" в висе на гимнастической стенке	сек	не менее 5 сек
И.П. - стоя на полу, ноги вместе, выпрямлены. Наклон вперед, коснуться пола пальцами рук. Фиксация положения	сек	не менее 3 сек
Упражнение "мост" из положения лежа на спине. Отклонение плеч от вертикали не более 45°. Фиксация положения	сек	не менее 5 сек
Сокращение, содержащееся в таблице: "И.П." - исходное положение		

Иные спортивные нормативы

10.	Техническое мастерство	Обязательная техническая программа
------------	------------------------	------------------------------------

тесты	ед. измерения	Оценивается
<p>Стойка на одной ноге (по выбору испытуемого) с закрытыми глазами «Цапля»</p> <p>И. п. – стойка босиком на одной ноге на жёсткой ровной поверхности, другая (по выбору испытуемого) согнута назад. Руки внизу свободно.</p> <p>Задание: приняв и. п., закрыть глаза и устоять на одной ноге как можно дольше.</p>	сек	<p>Время удержания позы с момента закрытия глаз до момента, когда:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ступня опорной ноги сдвинется с места - свободная нога коснется опоры; - ребенок, потеряет равновесие, откроет глаза <p>Учитывается: лучшая из двух попыток.</p>
<p>Напрыгивание на возвышение высотой 30 см за 10 секунд</p>	количество раз	<p>Напрыгивание осуществляется двумя ногами с махом рук на центр платформы в одном темпе. Не допускается прыжок 1 ногой, шаг на платформу и с нее, прыжок с помощью рук, прыжок на край платформы, прыжки с длинными паузами более 5 сек</p>
<p>Упражнения на бревне. Передвижение шагом по гимнастическому бревну, руки в стороны, соскок в глубину. (длина 5 метров, ширина 10 сантиметров, высота 125 сантиметров)</p>	бальная	<p>Чувство опоры, сохранение вестибулярной устойчивости, контроль осанки и оптимального м. тонуса, смелость.</p>

Тесты	Единицы измерения	баллы
<p>Стойка на одной ноге с закрытыми глазами. Учитывается лучшая из 2-х попыток, выполненных подряд.</p>	18,0 и более	10 баллов
	12,0-17,9	9 баллов
	10,0-11,9	8 баллов

	8,0-9,9	7 баллов
	7,0-7,9	6 баллов
	6,0-6,9	5 баллов
	5,0-5,9	4 балла
	4,0-4,9	2 балла
	3,0-3,9	1 балл
	2,9 и менее	0 баллов
Напрыгивание на возвышение высотой 30 см за 10 сек	13 раз и более	10 баллов
	12 раз	9 баллов
	11 раз	8 баллов
	10 раз	7 баллов
	9 раз	6 баллов
	8 раз	5 баллов
	7 раз	4 баллов
	6 раз	3 баллов
	5 раз	2 баллов
	4 раз	1 балла
	3 раза и менее	0 балла
Выполнения упражнения на бревне (Оценивается качество выполнения упражнения) И.п. стоя на бревне (продольно – по ходу движения) руки в стороны, пройти по бревну в одну сторону (при каждом шаге носочки оттягивать, в момент остановки ноги полностью выпрямлять, каждый шаг начинать с носка, опускать на пятку), у края бревна спрыгнуть с бревна в глубину на две ноги (удержать равновесие, руками не касаться пола)	Отлично	8,0-10,0
	Хорошо	4,0-7,9
	Удовлетворительно	1,0-3,9
	При падении со снаряда вовремя выполнения упражнения на бревне, а также во время приземления не удержания равновесия	0 баллов

Тест: *Бег на 20 м.*

баллы	0	1	2	3	4	5
результат	5,1 и более	5,0-4,8	4,7-4,5	4,5-4,2	4,1-3,8	3,7 - и менее

Тест: *«Челночный бег»*

баллы	0	1	2	3	4	5
результат	10,2 и более	10,1-7,6	7,5-7,2	7,1-6,8	6,7-6,4	6,3 и менее

Тест: *«Прыжок в длину с места»*

баллы	0	1	2	3	4	5
результат	119 см и менее	120-121	122-125	126-130	131-135	140 и более

Тест: «Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине»

баллы	0	1	2	3	4	5
результат	4 и менее	5-6	7	8	9	10 и более

Тест: «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу»

баллы	0	1	2	3	4	5
результат	4 менее	5	6	7	8	9 и более

Тест: «И.П. - вис на гимнастической стенке. Подъем выпрямленных ног до горизонтального положения "угол»

баллы	0	1	2	3	4	5
результат	4 менее	5	6	7	8	9 и более

Тест: «Фиксация положения "угол" в висе на гимнастической стенке»

баллы	0	1	2	3	4	5
результат	4 менее	5-6	7-8	9-10	11-12	13 и более

Тест: «Упражнение "мост" из положения лежа на спине. Отклонение плеч от вертикали не более 45°. Фиксация положения»

база	5 баллов				
сбавки	-1,0	-0,8-0,6	-05,03	-0,2-0,1	0,0
баллы	Ноги и руки значительно согнуты, плечи под углом 45°	Ноги и руки незначительно согнуты, плечи значительно отклонены от вертикали	Ноги и руки прямые, плечи незначительно отклонены от вертикали	Ноги и руки прямые, плечи почти перпендикулярны полу	Ноги и руки прямые, плечи перпендикулярны полу