

Приложение №1
к приказу ГБУ СШОР № 2 Московского р-на
от 01.10.2020 № 158
О создании приемной комиссии по формированию
групп начальной подготовки 1 года на 2021 год и
регламенте ее работы».

РЕГЛАМЕНТ

Работы приемной комиссии по формированию групп начальной подготовки 1 года на 2021 год ГБУ СШОР № 2 Московского района по виду спорта – спортивная гимнастика на площадке зала гимнастике 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 Комитета по физической культуре и спорту от 19.12.2017 № 585-р «Об утверждении порядка приема лиц в физкультурно- спортивные организации, созданные Санкт – Петербургом или внутригородскими муниципальными образованиями Санкт – Петербурга и осуществляющие спортивную подготовку», 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 1 этап.

1.5. К тестированию допускаются лица 2015-2014 г.р., желающие заниматься спортом и не имеющие медицинских противопоказаний.

2. Количество мест для приема, поступающих в учреждение на этап начальной подготовки 1 года в 2021 году по программе спортивной подготовки вида спорта – спортивная гимнастика: составляет 30 человек на площадке зала гимнастики ГБУ СШОР № 2 Московского района по адресу улица Пулковская дом 11, лит А, ст. м. «Звездная»:

этап – просмотра 1 декада декабря 2020 г. – формирование групп из – 55 человек.

3. Сведения о месте и времени проведения тестирования (1 этап):

№ п/ п	Наименование отделения	Предполагаемый срок проведения	Предполагаемое время	Предполагаемое количество человек	Количество вакантных мест
ОСНОВНЫЕ ДАТЫ ПРОВЕДЕНИЯ ОТБОРА					
1	СПОРТИВНАЯ ГИМНАСТИКА	17 декабря 2020	В 15.00 В 17.00	30 человек 25 человек	30
РЕЗЕРВНЫЕ ДНИ ПРОВЕДЕНИЯ ОТБОРА					
2	СПОРТИВНАЯ ГИМНАСТИКА	27 декабря	В 14.00	По мере необходимости	

4. Организация тестирования поступающих:

4.1. Для участия в индивидуальном отборе поступающим необходимо:

- записаться на дату и время просмотра (в поток 30 человек!); запись осуществляется в вестибюле ГБУ СШОР № 2 Московского района у администратора с 04 декабря 2020 с 15.00 до 19.00.

- 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 спортивную форму для зала (купальник слитный, шорты, футболка, без обуви).

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 (<http://sport2mosk.spb.ru/>) и вывешиваются в вестибюле спортивного объекта:

- итоги – 30 декабря 2020 года;

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

5.1. С 10 января по 15 января с 10.00-18.00 в вестибюле зала гимнастики по адресу ул. Пулковская дом 11, лит А ст. м. «Звездная» согласно списку поступивших;

- Зачисление спортсменов после подачи заявления и предоставления следующих документов:

- документ (документы), удостоверяющие личность, гражданство (паспорт (при наличии) или свидетельство о рождении поступающего);

медицинское заключение о допуске к прохождению спортивной подготовки; фотографии поступающего (в количестве 4 шт. и формате 3x4) полис ОМС спортсмены, успешно прошедшие вступительный этап, на собрании 17 января, заполняют список документов для зачисления в ГБУ СШОР по спортивной гимнастике ГБУ СШОР № 2 Московского района.

5.2. Поступающие считаются зачисленными в учреждение с момента издания приказа о зачислении. Приказ о зачислении издается до 21 января 2021 года на основании решения приемной комиссии и при наличии всех необходимых документов.

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 в 2020 году, в части касающейся антропометрических данных – **15 баллов (дополнительно)**.

✓ **Не соответствие** «Требованиям к спортивным результатам занимающихся, предъявляемые ГБУ СШОР № 2 Московского района в 2020 году», в части касающихся антропометрических данных – **0 баллов (дополнительно)**.

МОНИТОРИНГ РОСТО-ВЕСОВЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ГИМНАСТОВ

Мониторинг длины тела (см) гимнасток

Возраст (лет)	- 3у	- 2у	- 1у	- X+	+ 1у	+ 2у	3у
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)	- 3у	- 2у	-1у	-X+	+1у	+2у	3у
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

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Нормативы
1.	Бег 20 м с высокого старта	сек	не более 5,0
2.	Бег челночный 2х10 м с высокого старта	сек	не более 10,1
3.	И.П. – вис хватом сверху на высокой перекладине. Сгибание и разгибание рук	количество раз	-
4.	И.П. – вис хватом сверху лежа на низкой перекладине. Сгибание и разгибание рук	количество раз	не менее 5
5.	И.П. – упор лежа. Сгибание разгибание рук	количество раз	не менее 5
6.	Прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги	см	не менее 120
7.	И.П. – вис на гимнастической стенке хватом сверху. Подъем выпрямленных ног в положение «угол».	количество раз	не менее 5
8.	И.П. – вис на гимнастической стенке. Подъем выпрямленных ног в положение «угол». Фиксация положения	сек	не менее 5
9.	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу. Коснуться пола пальцами рук. Фиксация положения 3 с	количество раз	не менее 1

10.	И.П. – лежа на спине. Руки и ноги на ширине плеч, выгнуть спину назад с опорой на ладони и стопы. Отклонение плеч от вертикали не более 45°(упражнение «мост»). Фиксация положения	сек	не менее 5
11.	Техническое мастерство	Обязательная техническая программа	
Вис на согнутых руках,		сек	оценивается время удержания вися в баллах
Напрыгивание на возвышение 30 см на скорость за 10 секунд		количество раз	оценивается количество прыжков в баллах
Выполнения упражнения на низком бревне		1 раз	оценивается результат одной попытки в баллах

Сокращение, содержащееся в таблице: "И.П." - исходное положение

Тесты	Единицы измерения	баллы
Вис на согнутых руках, сек.	80,01-90,0 и больше	13,0 баллов
	70,01-80,00	12,5 баллов
	60,01-70,00	12 баллов
	50,01-60,00	11,5 баллов
	40,01-50,00	11 баллов
	30,01-40,00	10,5 баллов
	25,01-30,00	10 баллов
	20,01-25,00	9 баллов
	15,01-20,00	8 баллов
	10,01-15,00	7 баллов
	05,01-10,00	6 баллов
	04,01-05,00	5 баллов
	03,01-4,00	4 балла
	02,01-03,00	2 балла
	01,00-02,00	1 балл
0,00-0,09	0 баллов	
Напрыгивание на возвышение на скорость за 10 секунд	16 раз	13,0 баллов
	15 раз	12,5 баллов
	14 раз	12 баллов
	13 раз	11,5 баллов
	12 раз	11 баллов
	11 раз	10,5 баллов
	10 раз	10 баллов
	9 раз	9 баллов
	8 раз	8 баллов
	7 раз	7 баллов
	6 раз	6 баллов
5 раз	5 баллов	

	4 раз	4 балла
	3 раза	2 балла
	2 раза	1 балл
	1 раз	0 баллов
<p>Выполнения упражнения на низком бревне (Оценивается качество выполнения упражнения) И.п. стоя на низком 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 поворот кругом на 180°, в упоре стоя согнувшись «собачка» пройти по бревну в другую сторону (ноги не сгибать).</p>	Отлично	11,0-13,0
	Хорошо	7,0-10,0
	Удовлетворительно	4,0-6,0
	При падение со снаряда вовремя выполнении упражнения на бревне	0 баллов