

Приложение №1  
к приказу ГБУ ДО СШОР № 2 Московского р-на  
от 01.08.2023 № 297  
«О создании приемной комиссии по формированию  
групп начальной подготовки 1 года на 2023 год и  
регламенте ее работы».

## РЕГЛАМЕНТ

Работы приемной комиссии по формированию групп начальной подготовки 1 года на 2024 год ГБУ ДО СШОР № 2 Московского района для занятий видом спорта спортивная гимнастика в спортивном комплексе с гимнастическим залом (далее СК) по адресу: Санкт-Петербург ул. Московское шоссе, д. 3, корпус 2, строение 1., метро «Звездная».

### 1. Общие положения.

1.1. Настоящий регламент определяет сроки приема документов, сроки проведения индивидуального отбора, формы индивидуального отбора, систему оценок, условия и особенности проведения индивидуального отбора, количество бюджетных мест, в соответствии с государственным (муниципальным) заданием на оказание государственных (муниципальных) услуг, для поступающих лиц на обучения по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки по виду спорта «спортивная гимнастика» в 2024 году.

1.2. Прием занимающихся осуществляется в соответствии с Правилами приема на обучение по дополнительным образовательным программам в государственное бюджетное учреждение дополнительного образования спортивной школы олимпийского резерва № 2 Московского района Санкт-Петербурга, Федеральным законом от 29.12.2012. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федеральным законом от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», Приказа министерства спорта Российской Федерации № 57 от 27.01.2023 «Об утверждении порядка приема на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки», Приказом Минздрава России от 23.10.2020 № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом ( в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях», Федеральными стандартами спортивной подготовки по виду спорта «спортивная гимнастика», утвержденным приказам России от 09.11.2022 № 953, а также Уставом Учреждения.

1.3. Прием поступающих лиц, достигших минимального возраста для прохождения этапа спортивной подготовки, осуществляется на основании результатов индивидуального (конкурсного) отбора и при наличии медицинского заключения с указанием группы здоровья о допуске, поступающего к прохождению спортивной подготовке.

1.4. Индивидуальный отбор поступающих проводится в формах, предусмотренных Учреждением, с целью зачисления лиц, обладающих физическими, психологическими способностями и (или) двигательными умениями, необходимыми для освоения соответствующей дополнительной образовательной программы спортивной подготовки.

1.5. Прием на этап начальной подготовки (далее - НП) 1 года обучения по виду спорта «спортивная гимнастика» проводится для лиц 2018-2017 годов рождения, а на этап НП 2 года обучения 2017-2016 годов рождения.

## 2. Организация работы приемной комиссии.

2.1. Приемные испытания поступающих на этап НП 1-2 годов обучения по виду спорта «спортивная гимнастика» проводятся очно в СК по адресу: Санкт-Петербург ул. Московское шоссе, д. 3, корпус 2, строение 1., метро «Звездная» 11-20 октября (**основной набор** на места, финансируемые за счет средств федерального бюджета) в два этапа:

I этап - проводится **11 - 14** октября 2023 года,

II этап - проводится **19-20** октября 2023 года

2.2. **Дополнительный набор** поступающих на этап НП 1-2 годов обучения будет проводиться 11 ноября 2023 года при наличии мест, оставшихся незаполненными в период основного набора:

I этап - проводится **13-18** ноября 2023 года;

II этап - проводится **23-24** ноября 2023 года.

Для участия в просмотре необходимо пройти все **два** этапа приёмных испытаний основного или дополнительного набора.

Онлайн регистрация поступающих на этап НП 1-2 годов обучения по ссылке <https://78.olymp-soft.ru/org/165/register/athlete> (ссылка будет размещена в день начала регистрации на главной странице Официального сайта Учреждения).

- Основной набор с **11** сентября (с 10:00) по 06 октября (до 17:00)
- Дополнительный набор с **25** октября (с 10:00) по 10 ноября (до 17:00).

Списки зарегистрировавшихся поступающих публикуются на сайте 1 раз в 2 недели. Окончательные списки зарегистрированных, по группам, с указанием примерного времени просмотра будут опубликованы **09 октября** (основной набор) и **13 ноября** (дополнительный набор), на сайте, а также на информационном стенде СК.

### I этап – 11- 14 октября

Просмотры проводятся группами, по времени, указанному в опубликованном *списке зарегистрировавшихся*.

Для прохождения просмотра поступающему необходимо **иметь при себе**:

- **заявление (распечатанное из положения о правилах приема, приложение 1);**
- **заполненное согласие на обработку персональных данных для обучающихся до 14 лет,**
- **копию свидетельства о рождении**
- **оригинал «Медицинское заключение» с указанием группы здоровья (I или II группа здоровья, либо основная медицинская группа), о допуске к прохождению спортивной подготовки или занятиям физической культурой и спортом в организациях или к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО,**

Приём заявлений дежурным администратором/ секретарем приемной комиссии проводится в указанные в списке дату и время по адресу Санкт-Петербург ул. Московское шоссе, д. 3, корпус 2, строение 1.

По окончании прохождения I этапа вывешивается список абитуриентов, допущенных к прохождению II этапа.

### II этап (заключительный) 19 - 20 октября.

Допущенные к II этапу проходят просмотр по группам Начало просмотров: 17:00 по адресу Санкт-Петербург ул. Московское шоссе, д. 3, корпус 2, строение 1.

Для прохождения вступительного испытания поступающим лицам необходимо иметь: форму для зала (гимнастические шорты, футболка или гимнастический купальник, сменную обувь (шлёпанцы)), **без носков.**

Информация о результатах вступительных испытаний II этапа вывешивается по окончании работы приёмной комиссии на сайте школы, а также на информационном стенде СК.

30 октября – 07 ноября

Приём документов рекомендованных к зачислению в группы НП 1-2 годов обучения по результатам основного набора с 30 октября до 07 ноября с 14:00 до 18:00 по адресу: Санкт-Петербург, ул. Ленсовета, дом 8, лит. А Изданию приказа о зачислении предшествует подписание Договора.

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

- ✓ документ поступающего, удостоверяющие личность, гражданство (паспорт (при наличии)) или свидетельство о рождении подлинник и ксерокопию;
- ✓ копия документа, удостоверяющего личность родителя (законного представителя) несовершеннолетнего поступающего, и (или) документа, подтверждающего родство, установление опеки или попечительства 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 2 шт. и формате 3x4 см.
- ✓ Страховой номер индивидуального счёта (СНИЛС) абитуриента.

*Документы должны быть предоставлены в прозрачных пластиковых файлах.*

15 декабря

Родительское собрание - родителей/законных представителей несовершеннолетних детей, поступивших в группы НП 1-2 годов обучения в 18:00.

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

По материалам, представленным комиссией по индивидуальному отбору, формируется список поступающих лиц на дополнительные образовательные программы в области физической культуры и спорта, являющихся основанием для издания приказа о зачислении в Учреждение.

Приказ о зачислении издается до 29 декабря на основании решения приемной комиссии и **при наличии всех** необходимых документов и подписание Договора.

Информация о расписании учебно-тренировочных занятий групп НП 1-2 годов обучения утвержденное директором вывешивается на информационном стенде и размещается на официальном сайте ГБУ ДО СШОР № 2 Московского района не позднее, чем за неделю до начала **занятий**.

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.

Поступающие лица, не рекомендованные по результатам индивидуального отбора к зачислению в ГБУ ДО СШОР № 2 Московского района, могут забрать документы, медицинские справки у ответственного секретаря приемной комиссии: 15 декабря с 12.00 по адресу: Санкт-Петербург, ул. Ленсовета, дом 8, лит. А (и позднее).

### **3. Подача и рассмотрение апелляции:**

3.1. 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.

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

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

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

### **4. Перечень вступительных испытаний индивидуального отбора:**

4.1. Индивидуальный отбор поступающих лиц, проводится в формах, предусмотренных Учреждением, с целью зачисления лиц, обладающих физическими, психологическими способностями и (или) двигательными умениями, необходимыми для освоения соответствующей дополнительной образовательной программы спортивной подготовки. Во время проведения индивидуального отбора присутствие сопровождающих лиц, поступающих допускаются только с письменного разрешения руководителя Учреждения.

Индивидуальный отбор Учреждением, с целью зачисления лиц, проводит в два этапа.

**I этап** – прохождение антропометрических данных

**II этап** – прохождение вступительных испытаний по ОФП и СФП и дополнительных вступительных испытаний спортивной пригодности (далее - СП). Вступительные испытания (ОФП, СФП, СП) проходят в один день одновременно.

– вступительные испытания по ОФП и СФП проходят в соответствии действующим с ФССП по виду спорта спортивная гимнастика, прил. № 6 к ФССП;

- дополнительные вступительные испытания по СП (предусмотренные Учреждением).

### **5. Антропометрические данные.**

Предварительный просмотр состоит из оценивания внешних данных: рост, вес, осанка и тип телосложения (приложение 1)

✓ **Соответствие** «Требованиям к спортивным результатам занимающихся, предъявляемые ГБУ ДО СШОР № 2 Московского района, на зачисление» на этап НП 1-2 годов обучения в части касающейся антропометрических данных.

- поступающему необходимо набрать от **4 до 10** баллов – прошли предварительный отбор.

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

Поступающие лица, которые на 1 этапе индивидуального отбора набрали меньше 4 баллов – не прошли предварительный отбор и на 2 этап и прохождение вступительных испытаний по ОФП и СФП и дополнительных вступительных испытаний спортивной пригодности (далее - СП) – **НЕ ДОПУСКАЮТСЯ!**

## МОНИТОРИНГ РОСТО-ВЕСОВЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ГИМНАСТОВ

Карта спортивной пригодности (СП)

Дата обслед. 14.09.2022 Фамилия, имя Сидорова Мария

17.01.2016 (дата рождения) 6 лет (полных лет)

Признаки пригодности	Показатели	Базовая оценка	сбавки
Рост, см	111,7	2,5	
Вес тела, кг	20,0	2,5	
Оценка за длину и веса тела, б		<b>5 6</b>	
Сбавки за внешние данные, б:		из 5 баллов	По каждому параметру (до 1,0)
длина шеи		-0,1	
Осанка (возможные отклонения в осанки) с наличием сколиоза, кифоза, лордоза)		- 0,3	
Жироотложение (степень жироотложения в области живота, бедер)		-	
Форма рук		- 0,1	
Форма ног		- 0,1	
Оценка внешних данных, б.		<b>4,3</b>	
Общая оценка внешних данных, б		<b>9,3</b>	

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

Отклонение, равное 1 $\sigma$  – (одна «сигма»), считается не значительным

Отклонение, в 2 $\sigma$  – (две «сигмы»), - умеренным

Отклонение, в 3 $\sigma$  – (три «сигмы»), - значительным

Мониторинг длины тела (см) гимнасток

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

Мониторинг веса гимнасток (кг)

Возраст (лет)	- 3у	- 2у	-1у	-X+	+1у	+2у	3у
Базовая оценка	1	1,5	2	+ 2,5	2	1,5	1
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

Сбавки за внешние данные, б:

0	-01-0,4	0,5-1,0
<p>мезоморфный тип (преобладание костей и мышц) не очень широкая грудная клетка и плечи. С пропорциональными ровными ногами мускулатура хорошо развита, особенно в области конечностей подкожной жировой клетчатки немного. <b>Голова</b> и шея пропорциональны телу. Изгибы позвоночника выражены умеренно, правая и левая части симметричны: углы лопаток на одной высоте и на одном расстоянии от позвоночника, ось тела, проходя через общий центр тяжести, проецируется на середину площади опоры. Пропорциональное соотношение конечностей и</p>	<p>экторморфный тип (худощавый) Узкокостная с нормальным или слегка удлиненным корпусом с узкими или в норме плечами с удлинёнными ровными ногами с такими же руками, тонкими кистями и пальцами рук. <b>Голова</b> и шея пропорциональны телу Незначительный изгиб в поясничном отделе. Незначительно выступающие лопатки. Незначительное отклонение от пропорционального конечностей и туловища. Допускается при X-образных ногах расстояние между стопами не более 10-12 см, при O-образных ногах расстояние между голенями и бедрами не должно превышать 3-3,5 см.</p>	<p>эндоморфный тип (преобладают поперечные размеры над продольными) грудная клетка широкая, такая же талия с широкими и укороченными пропорциями тела: при длинном туловище имеют короткие руки и ноги, при широких плечах широкий низкий таз. Массивные бедра, крупные и развитые ягодичные мышцы, крупные суставы, стопы и кисти. <b>Голова:</b> непропорциональная большая голова, голова угловатой формы, крупная нижняя челюсть, большой подбородок. Шея: короткая и широкая искривленный позвоночник: -выраженный кифоз (сутулость или «круглая спина»), -гиперлордоз («седлообразная поясница») -выраженный сколиоз второй и третьей степени (выраженная асимметрия лопаток). Резко выделяющиеся, приподнятые или асимметричные ключицы, а также выступающие грудинные и плечевые концы, с широкой и угловатой формой плеч и с крыловидными и симметричными лопатками. Асимметрия грудной клетки, узкая форма с деформацией ребер, выступающая грудина («килеобразная» или «куриная» грудь), заметное западение грудины (воронкообразная деформация).</p>

туловища.		Большой живот при отсутствии подкожных жировых отложений сильно выраженные «саблевидные», «саблевидные», Х-образные и О-образные ноги. Скошенные, широкие с крупной лодыжкой и выраженным плоскостопием стопы.
-----------	--	---

## 6. Вступительные испытания II этапа (заключительные).

Все двигательные задания(тесты) проводятся в спортивной одежде: (футболке, майке, шортах, в спортивном купальнике (без юбки), босиком.

Специальная разминка перед тестированием не проводится.

Детям не разрешается выполнять пробные попытки, за исключением случаев, специально оговоренных в инструкции.

Родители (законные представители) во время теста не присутствуют.

### 6.1. Вступительные испытания по ОФП и СФП.

Нормативы общей физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «спортивная гимнастика»

(Приложение N 6 к ФССП к федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта "спортивная гимнастика")

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения	Норматив свыше года обучения	Дополнительные критерии оценки
Лицо, желающее пройти спортивную подготовку, должно достичь установленного возраста в календарный год зачисления на соответствующий этап спортивной подготовки			6 лет	7 лет	
			девочки	девочки	
1.1.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	не более	+1 балл за каждый
			10,6	10,4	-0,1 с
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	не менее	+1 балл за каждый доп. раз
			5	6	
1.3.	Подтягивания из виса лежа хватом сверху на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	не менее	+1 балл за каждый доп. раз
			5	6	
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) Фиксация положения 3 с	см	не менее	не менее	+1 балл за каждый доп.
			+3	+5	+ 5 см.
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	не менее	+1 балл за каждый доп.
			105	115	+10 см.
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>					
2.1.	Исходное положение - вис на гимнастической стенке хватом сверху.	количество раз	не менее	не менее	+1 балл за каждый доп. раз

	Подъем выпрямленных ног в положение "угол"		5	6	
2.2	Вис "углом" на гимнастической стенке. Фиксация положения	с	не менее	не менее	+1 балл за каждый
			5	6	+0,1 с
2.3	Упражнение "мост" из положения лежа на спине. Отклонение плеч от вертикали не более 45°. Фиксация положения	с	не менее	не менее	
			5	6	

### 7. Дополнительные вступительные испытания по СП (предусмотренные Учреждением).

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Оценивается
1	<b>Бревно.</b> На стандартном (высоком) бревне, руки в стороны-прохождение по бревну, соскок с бревна в яму.	<b>5 баллов</b>	Чувство опоры, сохранение вестибулярной устойчивости (уверенный баланс), сохранение «подтянутой» осанки и благоприятного м. тонуса без перенапряжения и расслабления, точная постановка стопы при передвижении, и оптимального м. тонуса, ноги должны быть выпрямлены в коленях, живот подтянут Соскок с бревна — четкое демонстрация «фигуры прыжка» и уверенным приземлением в яму, смелость. <b>Сбавки за исполнения применяется:</b> от 0,30 до 1,50 - незначительные ошибки от 1,60 до 3,50 – средняя ошибка от 3,6 до 4,6 – грубые ошибки 5 б – не выполнил задания
2	<b>Вольные упражнения.</b> Подскоки с последующим кувырком в перед	<b>5 баллов</b>	Короткие прыжки с ноги на ногу с акцентом на высоту с разноимённым движением рук (руки расслаблены, работают в противовес ногам), переворот через голову на поверхности. <b>Сбавки за исполнения применяется:</b> от 0,30 до 1,50 - незначительные ошибки от 1,60 до 3,50 – средняя ошибка от 3,6 до 4,9 – грубые ошибки 5 б – не выполнил задания
3	<b>Брусья</b> Вис на согнутых руках	<b>баллы</b>	Подбородок выше жерди не менее 1 см., как только подбородок касается жерди или отпускается ниже жерди, время останавливается. Касаться, а тем более опираться подбородком о перекладину нельзя. Упражнение делается только один раз.
4	<b>Опорный прыжок</b> Напрыгивание на возвышенность 45 см (ковер) за 15 сек	<b>Количество раз</b>	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 Оценивается количество повторений за 15 сек



### Оценка результатов выполнения теста

Упражнения	Возраст	Плохо	Удовлетворительно	Хорошо	Отлично
Вис на согнутых руках	балы	0 б	3 б	4 б	5 б
	4 года	1,0 и менее	1,1-5,0	5,1-9,0	9,1 и более
	5 лет	2,0 и менее	2,1-6,0	6,1-11,0	11,1 и более
	6 лет	4,0 и менее	4,1-8,0	8,1-13,0	13,1 и более
	7 лет	5,0 и менее	5,1-9,0	9,1-14,0	14,1 и более

Упражнения	Оценка	количество раз за 15 сек	балов
Напрыгивание на возвышенность 45 см (ковёр)	Отлично	14 раз и более	10 б
		13 раз	9 б
		12 раз	8 б
	Хорошо	11 раз	7 б
		10 раз	6 б
		9 раз	5 б
	Удовлетворительно	8 раз	4 б
		7 раз	3 б
		6 раз	2 б
	Плохо	5 раз	1 б
		менее 5 раз	0 б