Приложение 2

Утверждаю
Приказ МБУДО СШ «Турист»
от 22.05.2023 года № 99
_____ А.В. Дегтяренко

Система оценки, применяемая при проведении индивидуального отбора на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки

1. В МБУДО СШ «Турист» при проведении индивидуального отбора устанавливается:

- трехуровневая система оценки по определению психологических способностей:

Высокий уровень;

Средний уровень;

Низкий уровень.

- зачтено/не зачтено по определению физических и двигательных умений поступающих (выполнение нормативов по общей физической подготовки, специальной физической подготовки, уровня спортивной квалификации).

2. Приемная комиссия по индивидуальному отбору оценивает физические, психологические способности и двигательные умения поступающих по каждому критерию приемных требований.

Количество баллов индивидуального отбора по определению психологических способностей и учет оценки зачтено/не зачтено по выполнению нормативов по общей физической подготовки, специальной физической подготовки и уровня спортивной квалификации переводится в трехуровневую систему оценок. Если один из нормативов не зачтен, поступающий не принимается на обучение в учреждение.

Результаты заносятся в протокол с указанием системы оценок и количества набранных баллов каждым поступающим по итогам индивидуального отбора.

3. На основании полученных результатов определяется уровень и рейтинг поступающих на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки.

4. При зачислении в группы 1 года обучение и последующих годов обучения, поступающих на дополнительные образовательные программы спортивной подготовки предпочтение, отдается поступающим, которые набрали более высокий бал по психологическим способностям и сдачи всех нормативов.

Критерии
оценки тестирование физических (двигательных) способностей по спортивному ориентированию (нормативы по общей физической и специальной физической подготовке для зачисления обучающихся на начальный этап 1 года обучения)

№п/п	Нормативы	Упражнения	Результат
1.	Общая физическая подготовка	Бег на 30 м	зачтено/не зачтено
		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	
		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	
		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	
2.	Специальная физическая подготовка	Прыжок в высоту с места	зачтено/не зачтено
		Поднимание туловища из положения лежа на спине	

Критерии
оценки тестирование физических (двигательных) способностей по спортивному ориентированию (нормативы по общей физической и специальной физической подготовке для зачисления обучающихся на начальный этап подготовки 2,3 годов обучения)

№п/п	Нормативы	Упражнения	Результат
1.	Общая физическая подготовка	Бег на 30 м	зачтено/не зачтено
		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	
		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	
		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	
2.	Специальная физическая подготовка	Прыжок в высоту с места	зачтено/не зачтено
		Поднимание туловища из положения лежа на спине	

Критерии
оценки тестирование физических (двигательных) способностей по спортивному ориентированию (нормативы по общей физической и специальной физической подготовке обучающихся и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления на учебно-тренировочный этап (1,2 годов обучения) и (этап спортивной специализации (3,4,5 годов обучения)

№п/п	Нормативы	Упражнения	Результат
1.	Общая физическая подготовка	Бег на 30 м	зачтено/не зачтено
		Бег на 1000 м	
		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	
		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	
		Челночный бег 3х10 м	
		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	
2.	Специальная физическая подготовка	Бег на 3000 м с высокого старта	зачтено/не зачтено
3.	Уровень спортивной квалификации	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет) Спортивные разряды - 3ю,2ю,1ю	зачтено/не зачтено
		Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет) Спортивные разряды – III, II, I.	

Критерии
оценки тестирование физических (двигательных) способностей по спортивному ориентированию (нормативы по общей физической и специальной физической подготовке обучающихся и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления на этап совершенствования спортивного мастерства

№п/п	Нормативы	Упражнения	Результат
1.	Общая физическая подготовка	Бег на 60 м	зачтено/не зачтено
		Бег на 2000 м	
		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	
		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	
		Челночный бег 3х10 м	
		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	
		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	
2.	Специальная физическая подготовка	Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности)	зачтено/не зачтено
3.	Уровень спортивной квалификации	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»	зачтено/не зачтено

Критерии
оценки тестирование физических (двигательных) способностей по спортивному туризму - спортивная дисциплина «дистанция» (нормативы по общей физической и специальной физической подготовке для зачисления обучающихся на начальный этап 1 года обучения)

№п/п	Нормативы	Упражнения	Результат
1.	Общая физическая подготовка	Бег на 30 м	зачтено/не зачтено
		Бег на 1000 м	
		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	
		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	
		Челночный бег3х10м	
		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	
		Подтягивание из виса на высокой перекладине	
		Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	
2.	Специальная физическая подготовка	Вращение вокруг своей оси по часовой и против часовой стрелке за 4 сек. с последующим прохождением по прямой линии (не менее 3	зачтено/не зачтено

		оборотов в каждую сторону)	
		Прыжок вверх с места со взмахом руками	
		Вис на перекладине на двух руках	
		Поднимание туловища из положения лежа на спине	

Критерии
оценки тестирование физических (двигательных) способностей по спортивному туризму-спортивная дисциплина «дистанция» (нормативы по общей физической и специальной физической подготовке для зачисления обучающихся на начальный этап подготовки 2 год обучения)

№п/п	Нормативы	Упражнения	Результат
1.	Общая физическая подготовка	Бег на 30 м	зачтено/не зачтено
		Бег на 1000 м	
		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	
		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	
		Челночный бег3х10м	
		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	
		Подтягивание из виса на высокой перекладине	
		Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	
2.	Специальная физическая подготовка	Вращение вокруг своей оси по часовой и против часовой стрелке за 4 сек. с последующим прохождением по прямой линии (не менее 3 оборотов в каждую сторону)	зачтено/не зачтено
		Прыжок вверх с места со взмахом руками	
		Вис на перекладине на двух руках	
		Поднимание туловища из положения лежа на спине	

Критерии
оценки тестирование физических (двигательных) способностей по спортивному туризму-спортивная дисциплина «дистанция» (нормативы по общей физической и специальной физической подготовке обучающихся и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления на учебно-тренировочный этап (1,2 годов обучения) и (этап спортивной специализации (3,4,5 годов обучения)

№п/п	Нормативы	Упражнения	Результат
1.	Общая физическая	Бег на 60 м	
		Бег на 1500 м	
		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	

	подготовка	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	зачтено/не зачтено
		Челночный бег 3х10м	
		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	
		Подтягивание из виса на высокой перекладине	
		Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	
		Поднимание туловища из положения лежа на спине	
2.	**Уровень спортивной квалификации**	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет). Спортивные разряды - 3ю,2ю,1ю	зачтено/не зачтено
		Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет). Спортивные разряды – III, II, I.	

Критерии
оценки тестирование физических (двигательных) способностей по спортивному туризму-спортивная дисциплина «дистанция» (нормативы по общей физической и специальной физической подготовке обучающихся и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления на этап совершенствования спортивного мастерства

№п/п	Нормативы	Упражнения	Результат
1.	Общая физическая подготовка	Бег на 60 м	зачтено/не зачтено
		Бег на 2000 м	
		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	
		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	
		Челночный бег 3х10м	
		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	
		Подтягивание из виса на высокой перекладине	
		Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	
2.	Специальная физическая подготовка		зачтено/не зачтено
		Подъем ног из виса на перекладине до уровня хвата руками	
	Уровень спортивной квалификации	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»	зачтено/не зачтено

Критерии
оценки тестирование физических (двигательных) способностей по полиатлону (спортивная дисциплина «3-борье с лыжной гонкой») (нормативы по общей физической и специальной физической подготовке для зачисления обучающихся на начальный этап 1,2 годов обучения)

№п/п	Нормативы	Упражнения	Результат
1.	Общая физическая подготовка	Бег на 30 м	зачтено/не зачтено
		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	
		Челночный бег 3х10 м	
		Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 30 с)	
		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	
2.	Специальная физическая подготовка	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу (коснуться пола пальцами рук)	зачтено/не зачтено
		Бег 500 м	

Критерии
оценки тестирование физических (двигательных) способностей по полиатлону (спортивная дисциплина «3-борье с лыжной гонкой») (нормативы по общей физической и специальной физической подготовке обучающихся и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления на учебно-тренировочный этап (1,2 годов обучения) и (этап спортивной специализации (3,4 годов обучения)

№п/п	Нормативы	Упражнения	Результат
1.	Общая физическая подготовка	Бег на 60 м	зачтено/не зачтено
		Бег на 1500 м	
		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	
		Подтягивание из виса на высокой перекладине	
		Челночный бег 3х10 м	
		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	
		Метание мяча весом 150 г	
		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	
2.	Специальная физическая подготовка	Лыжная гонка 3 км	зачтено/не зачтено
		Лыжная гонка 2 км	
3.	Уровень спортивной квалификации	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет) Спортивные разряды -	зачтено/не зачтено

		3ю,2ю,1ю	
		Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет) Спортивные разряды – III, II, I.	

Критерии
оценки тестирование физических (двигательных) способностей по полиатлону (спортивная дисциплина «3-борье с лыжной гонкой») (нормативы по общей физической и специальной физической подготовке обучающихся и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления на этап совершенствования спортивного мастерства

№п/п	Нормативы	Упражнения	Результат
1.	Общая физическая подготовка	Бег на 60 м	зачтено/не зачтено
		Челночный бег 3х10 м	
		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	
		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	
		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	
		Подтягивание из виса на высокой перекладине	
		Бег на 3000 м	
		Бег на 2000 м	
2.	Специальная физическая подготовка	Лыжная гонка 3 км	зачтено/не зачтено
		Лыжная гонка 5 км	
3.	Уровень спортивной квалификации	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»	зачтено/не зачтено

Количество баллов индивидуального отбора по определению психологических способностей (максимальное количество баллов за тест – 12):

высокий – 10 – 12 баллов,

средний 7 – 9 баллов;

низкий – 0 – 6 баллов.

И учет оценки зачтено/не зачтено по выполнению нормативов по общей физической подготовки, специальной физической подготовки и уровня спортивной квалификации переводится в трехуровневую систему оценок. Если один из нормативов не зачтен, поступающий не принимается на обучение в учреждение.