

Министерство физической культуры и спорта
Свердловской области
ГАУ СО СШОР по велоспорту «Велогор»
624090, Свердловская область г. Верхняя Пышма, ул.
Шевченко,32а Тел./факс: (34368) 3-98-15

Принято на собрании
тренерского совета
протокол № 1

от «09» января 2018 г.

Утверждено приказом директора
ГАУ СО СШОР по велоспорту

«Велогор»



Л.И. Потапова
от «09» января 2018 г.

**Положение о порядке проведения набора (индивидуального отбора)
поступающих для прохождения спортивной подготовки
в ГАУ СО СШОР по велоспорту «Велогор»**

1. Общие положения

1.1. ГАУ СО СШОР по велоспорту «Велогор» (далее — СШОР) является физкультурно - спортивной организацией и осуществляет спортивную подготовку лиц по олимпийским видам спорта, включенным во Всероссийский реестр видов спорта, в целях включения их в состав спортивных сборных команд, в том числе спортивных сборных команд Российской Федерации.

1.2. Прием лиц, желающих проходить спортивную подготовку в СШОР (далее - поступающих), осуществляется в соответствии с Положением о приеме, зачислении, переводе, отчислении и восстановлении лиц, проходящих спортивную подготовку, в ГАУ СО СШОР по велоспорту «Велогор» на основании результатов индивидуального отбора.

1.3. Настоящее Положение о порядке проведения набора (индивидуального отбора) поступающих для прохождения спортивной подготовки в ГАУ СО СШОР по велоспорту «Велогор» (далее - Положение) разработано в целях:

- непрерывного систематического поиска и подбора состава перспективных спортсменов для достижения высоких спортивных результатов, а также своевременного комплектования групп СШОР в случае изменения численного состава;

- обеспечения соблюдения прав поступающих, прав законные представителей несовершеннолетних поступающих, установленных законодательством Российской Федерации на основе принципов гласности, открытости и объективности оценки способностей поступающих.

2. Особенности проведения набора (индивидуального отбора) поступающих для прохождения спортивной подготовки

2.1 Индивидуальный отбор - это оценка общей физической подготовленности, специальной физической подготовленности, психологических особенностей, двигательных умений поступающего лица, необходимых для освоения программы спортивной подготовки.

2.2. Индивидуальный отбор в СШОР проводится в форме тестирования, а также СШОР вправе проводить предварительные просмотры, анкетирование и консультации.

2.3. Настоящее Положение регламентирует проведение индивидуального отбора:

2.3.1. При приеме поступающих в СШОР для прохождения спортивной подготовки по избранным видам спорта на следующие этапы спортивной подготовки:

- а) этап начальной подготовки (периоды подготовки до одного года и свыше одного года) (далее — НП);

- б) тренировочный этап (этап спортивной специализации) (периоды подготовки до двух лет и свыше двух лет) (далее — ТЭ);

- в) этап совершенствования спортивного мастерства (далее — ССМ);

- г) этап высшего спортивного мастерства (далее — ВСМ).

2.4. Прием поступающих в СШОР для прохождения спортивной подготовки и индивидуальный отбор осуществляются с 01 октября по 30 декабря, а также при наличии вакантных мест ежемесячно в течение календарного года.

2.5. Количество поступающих на бюджетной основе определяется учредителем СШОР (Министерством физической культуры и спорта Свердловской области) в соответствии с государственным заданием.

2.6. СШОР может осуществлять прием поступающих сверх установленного государственного задания на оказание государственных услуг по спортивной подготовке на платной основе.

- 2.7. В целях максимального информирования поступающих и законных представителей несовершеннолетних поступающих СШОР размещает документы и информацию за месяц до начала проведения индивидуального отбора:

- на информационном стенде;

- в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (на официальном сайте СШОР <http://velogor-school.ru>).

2.8. Перечень документов для приема поступающих в СШОР установлены Положением о приеме, зачислении, переводе, отчислении и восстановлении лиц, проходящих спортивную подготовку, в ГАУ СО СШОР по велоспорту «Велогор».

2.9. Прием письменного заявления совершеннолетнего поступающего или законного представителя несовершеннолетнего поступающего ведется в течение 30 дней со дня официального объявления о проведении индивидуального отбора и осуществляется секретарем приемной комиссии в соответствии с графиком работы СШОР посредством личного обращения в спортивную школу по адресу: Свердловская область, г. Верхняя Пышма, ул. Шевченко, д 32а.

2.10. Индивидуальный отбор поступающих осуществляется приемной комиссией СШОР не позднее чем через 14 дней с момента окончания приема заявлений.

2.11. Результаты индивидуального отбора объявляются не позднее, чем через три рабочих дня после его проведения.

2.12. Требования, предъявляемые к минимальному (максимальному) возрасту поступающих лиц:

2.12.1. Минимальный возраст лиц, поступающих на этап спортивной подготовки, определяется в соответствие с федеральными стандартами спортивной подготовки и программами спортивной подготовки по видам спорта, разработанными и реализуемыми СШОР.

2.12.2. Возраст поступающих должен соответствовать классификации возрастных групп, утвержденных правилами по видам спорта. Классификация возрастных групп определяется сроком начала и окончания соревновательного сезона.

2.12.3. Максимальный возраст лиц, занимающихся по программам спортивной подготовки, не ограничивается.

2.13. Оценка уровня подготовленности поступающих на их соответствие требованиям, предъявляемым к уровню общей физической (далее - ОФП) и специальной физической подготовки (далее - СФП), проводится по результатам сдачи нормативов ОФП и СФП:

2.13.1. Для лиц, поступающих на этап начальной подготовки, уровень ОФП и СФП должен соответствовать нормативам, установленным федеральным стандартом по виду спорта для зачисления на этап начальной подготовки.

2.13.2. Для лиц, поступающих на тренировочный этап (этап спортивной специализации) уровень ОФП и СФП должен соответствовать нормативам, установленным федеральным стандартом по виду спорта для зачисления на тренировочный этап.

2.13.3. Для лиц, поступающих на этап совершенствования спортивного мастерства, обязательным условием является наличие спортивного разряда «Кандидат в мастера спорта» по виду спорта. Уровень ОФП и СФП должен соответствовать нормативам, установленным федеральным стандартом по виду спорта для зачисления на этап совершенствования спортивного мастерства.

2.13.4. Для лиц, поступающих на этап высшего спортивного мастерства, обязательным условием является наличие спортивного звания «Мастер спорта», «Мастер спорта международного класса» по виду спорта. Уровень ОФП и СФП должен соответствовать нормативам, установленным федеральным стандартом по виду спорта для зачисления на этап высшего спортивного мастерства.

2.14. Для зачисления на этапы спортивной подготовки в СШОР применяется система оценки в процентном выполнении контрольных нормативов:

2.14.1. Оценка уровня ОФП и СФП поступающих определяется оценкой тестов в процентах, полученных ими за выполнение физических упражнений (тестов).

2.14.2. Для того, чтобы быть зачисленным на этап спортивной подготовки поступающему нужно выполнить (сдать) нормативы по ОФП и СФП и получить за них не менее 60 процентов.

2.14.3. Зачисление на бюджетные места происходит, если поступающий набрал не менее 60 процентов за сдачу нормативов. Если количество поступающих, сдавших

нормативы, больше, чем количество бюджетных мест, то зачисляются те поступающие, у которых выше процент выполнения нормативов.

2.14.4. При равном количестве набранных процентов у поступающих решение о зачислении в СШОР принимается путем открытого голосования членов приемной комиссии, присутствующих на заседании. При равном количестве голосов «за» и «против» голос председателя приемной комиссии является решающим.

2.14.5. Критерии отбора для зачисления поступающих для прохождения спортивной подготовки по избранному виду спорта содержатся в Приложении 1 к настоящему Положению.

2.15. Для непрерывного целевого поиска и подбора состава перспективных спортсменов для достижения высоких спортивных результатов, своевременного комплектования групп в случае изменения численного состава (уменьшения) в течение календарного года СШОР осуществляет дополнительный набор (индивидуальный отбор), желающих заниматься выбранным видом (или видами) спорта и проходить спортивную подготовку в СШОР.

2.16. Срок приема документов для поступления и график проведения индивидуального отбора утверждается приказом директора СШОР.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Критерии отбора для зачисления поступающих в ГАУ СО СШОР по велоспорту «Велогор» в группы на этап начальной подготовки по виду спорта «Велосипедный спорт»

Минимальный возраст для зачисления на этап начальной подготовки – с 10 лет.

Отсутствие медицинских противопоказаний.

Оценка уровня физических качеств и двигательных способностей проводится по результатам тестирования по ОФП и СФП.

Оценка уровня контрольных испытаний определяется оценкой тестов в процентах, полученных за выполнение физических упражнений (тестов).

Для зачисления необходимо набрать не менее 60 процентов за сдачу нормативов.

При проведении тестирования следует обратить особое внимание на соблюдение требований инструкции и создание одинаковых условий для всех поступающих при выполнении упражнений.

Тестирование проводится приемной комиссией в виде поэтапного выполнения поступающим контрольных упражнений.

Форма одежды: спортивный костюм, кроссовки.

Нормативы ОФП и СФП для зачисления в группы на этапе начальной подготовки

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
Быстрота	Бег на 30 м (не более 5,5 с)	Бег на 30 м (не более 6,0 с)
Координация	Челночный бег 3x10 м (не более 9,6 с)	Челночный бег 3x10 м (не более 10,2 с)
Выносливость	Бег 800 м (не более 4 мин 45 с)	Бег 800 м (не более 5 мин 00 с)
Сила	Подтягивание на перекладине (не менее 6 раз)	-
	Приседания за 15 с (не менее 12 раз)	Приседания за 15 с (не менее 10 раз)
	Бросок набивного мяча сидя из-за головы (не менее 3,5 м)	Подъем туловища, лежа на спине (не менее 8 раз)
Силовая выносливость	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 12 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 10 раз)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 165 см)	Прыжок в длину с места (не менее 150 см)
	Подтягивание на перекладине за 20 с (не менее 4 раз)	Подъем туловища, лежа на спине за 20 с (не менее 5 раз)

**Критерии отбора для зачисления поступающих
в ГАУ СО СШОР по велоспорту «Велогор»
в группы тренировочного этапа подготовки
по виду спорта «Велосипедный спорт»**

Минимальный возраст для зачисления на тренировочного этап обучения – с 12 лет. Отсутствие медицинских противопоказаний.

Спортивный разряд – **Третий спортивный разряд.**

Оценка уровня физических качеств и двигательных способностей проводится по результатам тестирования по ОФП и СФП.

Оценка уровня контрольных испытаний определяется оценкой тестов в процентах, полученных за выполнение физических упражнений (тестов).

Для зачисления необходимо набрать не менее 70 процентов за сдачу нормативов.

При проведении тестирования следует обратить особое внимание на соблюдение требований инструкции и создание одинаковых условий для всех поступающих при выполнении упражнений.

Тестирование проводится приемной комиссией в виде поэтапного выполнения поступающим контрольных упражнений.

Форма одежды: спортивный костюм, кроссовки.

Нормативы ОФП и СФП для зачисления в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
Быстрота	Бег на 30 м (не более 5,3 с)	Бег на 30 м (не более 5,8 с)
	Бег 60 м (не более 9,5 с)	Бег 60 м (не более 10,5 с)
Координация	Челночный бег 3x10 м (не более 8,5 с)	Челночный бег 3x10 м (не более 9,5 с)
Выносливость	Бег 1500 м (не более 6 мин 00 с)	Бег 1500 м (не более 6 мин 30 с)
Сила	Подтягивание на перекладине (не менее 12 раз)	Подтягивание на перекладине (не менее 3 раз)
	Поднимание ног из виса на перекладине до хвата руками (не менее 10 раз)	Поднимание ног из виса на перекладине до хвата руками (не менее 5 раз)
Силовая выносливость	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 20 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 15 раз)
	В висе удержание ног в положении прямого угла (не менее 15 с)	В висе удержание ног в положении прямого угла (не менее 5 с)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 190 см)	Прыжок в длину с места (не менее 170 см)
	Подтягивание на перекладине за 20 с (не менее 6 раз)	-
	Подъем туловища лежа на спине за 20 с (не менее 8 раз)	Подъем туловища лежа на спине за 20 с (не менее 6 раз)
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа за 20 с (не менее 10 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа за 10 с (не менее 5 раз)
	Индивидуальная гонка на время 10 км (не более 17 мин 00 с)	Индивидуальная гонка на время 10 км (не более 20 мин 00 с)

**Критерии отбора для зачисления поступающих
в ГАУ СО СШОР по велоспорту «Велогор»
в группы на этап совершенствования спортивного мастерства
по виду спорта «Велосипедный спорт»**

Минимальный возраст для зачисления на этап совершенствования спортивного мастерства – 15 лет.

Отсутствие медицинских противопоказаний.

Спортивный разряд – **Кандидат в мастера спорта.**

Оценка уровня физических качеств и двигательных способностей проводится по результатам тестирования по ОФП и СФП.

Оценка уровня контрольных испытаний определяется оценкой тестов в процентах, полученных за выполнение физических упражнений (тестов).

Для зачисления необходимо набрать не менее 80 процентов за сдачу нормативов.

При проведении тестирования следует обратить особое внимание на соблюдение требований инструкции и создание одинаковых условий для всех поступающих при выполнении упражнений.

Тестирование проводится приемной комиссией в виде поэтапного выполнения поступающим контрольных упражнений.

Форма одежды: спортивный костюм, кроссовки.

**Нормативы ОФП и СФП для зачисления в группы на этапе совершенствования
спортивного мастерства**

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
Быстрота	Бег 60 м (не более 8,0 с)	Бег 60 м (не более 8,5 с)
	Бег 100 м (не более 15,0 с)	Бег 100 м (не более 16,0 с)
Выносливость	Бег 1500 м (не более 5 мин 45 с)	Бег 1500 м (не более 6 мин 15 с)
Сила	Подтягивание на перекладине (не менее 12 раз)	Подтягивание на перекладине (не менее 5 раз)
	Поднимание ног из виса на перекладине до хвата руками (не менее 10 раз)	Поднимание ног из виса на перекладине до хвата руками (не менее 5 раз)
	Приседание со штангой весом не менее 60% от собственного веса (не менее 7 раз)	Приседание со штангой весом не менее 40% от собственного веса (не менее 5 раз)
Силовая выносливость	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 20 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 15 раз)
	В висе удержание ног в положении прямого угла (не менее 15 с)	В висе удержание ног в положении прямого угла (не менее 5 с)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 200 см)	Прыжок в длину с места (не менее 180 см)
	Подтягивание на перекладине за 20 с (не менее 11 раз)	-
	Подъем туловища лежа на спине за 20 с (не менее 12 раз)	Подъем туловища лежа на спине за 20 с (не менее 8 раз)
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа за 20 с (не менее 12 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа за 10 с (не менее 8 раз)
	Индивидуальная гонка на время 20 км (не более 29 мин 00 с)	Индивидуальная гонка на время 20 км (не более 35 мин 00 с)

**Критерии отбора для зачисления поступающих
в ГАУ СО СШОР по велоспорту «Велогор»
в группы на этап высшего спортивного мастерства
по виду спорта «Велосипедный спорт»**

Минимальный возраст для зачисления на этап высшего спортивного мастерства – 15 лет.

Отсутствие медицинских противопоказаний.

Спортивный разряд – **Мастер спорта.**

Оценка уровня физических качеств и двигательных способностей проводится по результатам тестирования по ОФП и СФП.

Оценка уровня контрольных испытаний определяется оценкой тестов в процентах, полученных за выполнение физических упражнений (тестов).

Для зачисления необходимо набрать не менее 90 процентов за сдачу нормативов.

При проведении тестирования следует обратить особое внимание на соблюдение требований инструкции и создание одинаковых условий для всех поступающих при выполнении упражнений.

Тестирование проводится приемной комиссией в виде поэтапного выполнения поступающим контрольных упражнений.

Форма одежды: спортивный костюм, кроссовки.

Нормативы ОФП и СФП для зачисления в группы на этапе высшего спортивного мастерства

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
Выносливость	Бег 3000 м (не более 12 мин)	Бег 3000 м (не более 14 мин)
Сила	Подтягивание на перекладине (не менее 12 раз)	Подтягивание на перекладине (не менее 5 раз)
	Приседание со штангой весом не менее 70% от собственного веса (не менее 8 раз)	Приседание со штангой весом не менее 50% от собственного веса (не менее 5 раз)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 220 см)	Прыжок в длину с места (не менее 200 см)
	Индивидуальная гонка на время 25 км (не более 35 мин 00 с)	Индивидуальная гонка на время 25 км (не более 39 мин 00 с)