

ПРИНЯТО
на общем собрании трудового коллектива
протокол № 05
от 25 июня 2020г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБУ СШОР № 7 г. Сочи
В.М. Верхотуров
«29» июня 2020г.

Приказ № 317-09 от 29.06. 2020г.

**Положение о правилах приема лиц
в муниципальное бюджетное учреждение
спортивную школу олимпийского резерва № 7 города Сочи**

2020, г. Сочи

1. Общие положения

1.1. Положение о правилах приема лиц в муниципальное бюджетное учреждение спортивная школа олимпийского резерва № 7 города Сочи (далее – Положение) разработано в соответствии с Конвенцией о правах ребенка, Федеральным законом от 04.12.2007г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», приказом Министерства спорта РФ от 30.10.2015г. № 999 «Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации», приказом Министерства физической культуры и спорта Краснодарского края от 17.04.2020г. № 405 «Об утверждении перечня документов, регламентирующих организацию и осуществление спортивной подготовки в государственных учреждениях Краснодарского края, подведомственных Министерству физической культуры и спорта Краснодарского края», приказом от 17.04.2020г. № 406 «Об утверждении Порядка приема лиц в физкультурно-спортивные организации, созданные Краснодарским краем или муниципальными образованиями в Краснодарском крае и осуществляющие спортивную подготовку» и другими нормативно-локальными актами.

1.2. Положение о правилах приема лиц в муниципальное бюджетное учреждение спортивная школа олимпийского резерва № 7 города Сочи (далее – МБУ СШОР № 7 г. Сочи) разработано с целью создания условий, обеспечивающих соблюдение прав ребенка на получение услуг в сфере физической культуры и спорта, определяет порядок приема, отчисления граждан из МБУ СШОР № 7 г. Сочи, регламентирует прием лиц желающих заниматься спортом или перспективных спортсменов для совершенствования спортивного мастерства по избранному виду спорта дзюдо, самбо или «смешанное боевое единоборство (ММА)» для освоения программы спортивной подготовки в соответствии с требованиями Федеральных стандартов спортивной подготовки по виду спорта, обеспечивает реализацию конституционных прав граждан, исходя из принципов реализации государственной политики в области физической культуры и спорта.

2. Правила приема в МБУ СШОР № 7 г. Сочи

2.1. Правила приема лиц в МБУ СШОР № 7 г. Сочи, регламентируют прием желающих заниматься спортом или перспективных спортсменов (далее-поступающих) для совершенствования спортивного мастерства по избранному виду спорта дзюдо, самбо или «смешанное боевое единоборство (ММА)» для освоения программы спортивной подготовки в соответствии с Федеральными стандартами спортивной подготовки по виду спорта.

2.2. Прием поступающих в МБУ СШОР № 7 г. Сочи осуществляется на добровольной основе:

– на этап начальной подготовки (дзюдо, самбо, «смешанное боевое единоборство (ММА)» – по индивидуальному отбору (сдачи нормативов по общей физической и специальной физической подготовки), который

проводится в целях выявления у поступающих физических, психологических и/или двигательных умений, необходимых для освоения программы спортивной подготовки по избранному виду спорта;

– на тренировочный этап (этап спортивной специализации) (дзюдо) зачисляются поступающие, ранее прошедшие начальную подготовку не менее одного года или спортивная подготовка которых, соответствует режимам тренировочной работы в соответствии с программой спортивной подготовки по виду спорта: дзюдо. Зачисляются только здоровые поступающие, имеющие второй юношеский спортивный разряд и сдавшие нормативы по общей физической и специальной физической подготовки.

– на тренировочный этап (этап спортивной специализации) (самбо, «смешанное боевое единоборство (ММА)») зачисляются поступающие, ранее прошедшие начальную подготовку не менее одного года или спортивная подготовка которых, соответствует режимам тренировочной работы в соответствии с программой спортивной подготовки по виду спорта: самбо или «смешанное боевое единоборство (ММА)». Зачисляются только здоровые поступающие, сдавшие нормативы по общей физической и специальной физической подготовки.

– на этап совершенствования спортивного мастерства (дзюдо) прием поступающих не проводится. На данном этапе продолжают спортивную подготовку лица, ранее зачисленные в учреждение и прошедшие спортивную подготовку на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) т.е. прошедшие подготовку не менее 5-ти лет, на основании медицинского заключения врачебно-физкультурного диспансера, выполнившие требования кандидата в мастера спорта и сдавшие нормативы по общей физической и специальной физической подготовки.

– на этап совершенствования спортивного мастерства (самбо, «смешанное боевое единоборство (ММА)») прием поступающих не проводится. На данном этапе продолжают спортивную подготовку лица, ранее зачисленные в учреждение и прошедшие спортивную подготовку на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) т.е. прошедшие подготовку не менее 4-х лет, на основании медицинского заключения врачебно-физкультурного диспансера, выполнившие требования кандидата в мастера спорта и сдавшие нормативы по общей физической и специальной физической подготовки.

– на этап высшего спортивного мастерства (дзюдо, самбо, «смешанное боевое единоборство (ММА)») зачисляются лица выполнившие звание мастер спорта международного класса и/или мастер спорта России, на основании медицинского заключения врачебно-физкультурного диспансера и сдавшие нормативы по общей физической и специальной физической подготовки.

Для проведения индивидуального отбора проводится тестирование, которое включает в себя сдачу нормативов по общей физической и специальной физической подготовки для зачисления на соответствующие этапы спортивной подготовки по избранному виду спорта, а так же при

необходимости могут быть проведены предварительные просмотры, анкетирование и консультации.

2.3. В МБУ СШОР № 7 г. Сочи принимаются лица, как правило до 18 лет. Возраст поступающих, принимаемых в МБУ СШОР № 7 г. Сочи определяется Федеральным стандартам спортивной подготовки по виду спорта: дзюдо, самбо, «смешанное боевое единоборство (ММА)» и Уставом Учреждения.

2.4. При приеме поступающих на тренировочный год требования к уровню их образования не предъявляются.

2.5. В целях организации приёма и проведения индивидуального отбора, поступающих в МБУ СШОР № 7 г. Сочи создаются приёмная (не менее 5-ти человек) и апелляционная (не менее 3 человек) комиссии. Составы данных комиссий утверждаются распорядительным актом (приказом).

Приемная и апелляционная комиссии формируются из числа тренерского и инструкторского состава, других специалистов, участвующих в реализации программ спортивной подготовки по видам спорта дзюдо, самбо или «смешанное боевое единоборство (ММА)». Апелляционная комиссия формируется из числа сотрудников МБУ СШОР № 7 г. Сочи, не входящих в состав приёмной комиссии. Секретарь приёмной и апелляционной комиссии может не входить в состав указанных комиссий.

Секретарь приёмной комиссии, осуществляет организацию работы приёмной и апелляционной комиссий, организацию личного приёма директором МБУ СШОР № 7 г. Сочи совершеннолетних поступающих, а также родителей (законных представителей) несовершеннолетних поступающих.

Регламент деятельности приёмной и апелляционной комиссий утверждается локальным нормативным актом (приказом).

2.6. При приёме поступающих директор МБУ СШОР № 7 г. Сочи обеспечивает соблюдение прав поступающих, прав родителей (законных представителей) несовершеннолетних поступающих, установленных законодательством Российской Федерации, гласность и открытость работы приёмной и апелляционной комиссий, объективность оценки способностей поступающих.

2.7. Не позднее, чем за две недели до начала приема документов МБУ СШОР № 7 г. Сочи на своем информационном стенде и официальном сайте МБУ СШОР № 7 г. Сочи в информационно-коммуникационной сети «Интернет» размещается следующая информация и документы с целью ознакомления с ними поступающих, а так же родителей (законных представителей) несовершеннолетних поступающих:

- копию устава МБУ СШОР № 7 г. Сочи;
- правила приема лиц в МБУ СШОР № 7 г. Сочи;
- правила подачи и рассмотрения апелляций по результатам отбора;
- сроки зачисления в МБУ СШОР № 7 г. Сочи;

Приложение № 1 – сроки приёма и перечень необходимых документов для зачисления на программу спортивной подготовки, количество бюджетных мест по каждой реализуемой программе спортивной подготовки, а также количество вакантных мест для приема поступающих.

Приложение № 2 – требования, предъявляемые к уровню общей физической и специальной физической подготовки для зачисления на программу спортивной подготовки в соответствии с Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «Дзюдо».

Приложение № 3 – требования, предъявляемые к уровню общей физической и специальной физической подготовки для зачисления на программу спортивной подготовки в соответствии с Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «Самбо».

Приложение № 4 – требования, предъявляемые к уровню общей физической и специальной физической подготовки для зачисления на программу спортивной подготовки в соответствии с Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «смешанное боевое единоборство (ММА)».

Приложение № 5 – расписание работы приёмной и апелляционной комиссий МБУ СШОР № 7 г. Сочи и их контактные телефоны.

Приложение № 6 – заявление о приёме в МБУ СШОР № 7 г. Сочи на программу спортивной подготовки по избранному виду спорта с указанием необходимых сведений.

Приложение № 7 – договор-соглашение о переводе.

В целях выполнения требований, предъявляемых к уровню физических (двигательных) качеств у поступающих, которые включают в себя сдачу нормативов по ОФП и СФП для зачисления на соответствующие этапы спортивной подготовки по избранному виду спорта в МБУ СШОР № 7 г. Сочи разработана бальная система оценки показателей.

МБУ СШОР № 7 г. Сочи самостоятельно определяет минимальный (проходной) балл для зачисления на программу спортивной подготовки по виду спорта дзюдо, самбо или «смешанное боевое единоборство (ММА)», который необходимо набрать поступающему при выполнении минимальных нормативов общей физической и специальной физической подготовки.

Зачисление на программу спортивной подготовки по виду спорта дзюдо, самбо или «смешанное боевое единоборство (ММА)» осуществляется следующим образом:

при равном количестве баллов у поступающих приемная комиссия самостоятельно определяет сильнейшего по профильному показателю и издает распорядительный акт (приказ). Общая сумма баллов по выполнению нормативов общей физической и специальной физической подготовки заносится в протокол результатов по проведению индивидуального отбора, утверждается председателем приемной комиссии и служит основанием для зачисления поступающих в МБУ СШОР № 7 г. Сочи на программу

спортивной подготовки по виду спорта дзюдо, самбо или «смешанное боевое единоборство (ММА)».

Бальная система оценки показателей следующая:

0 баллов – не выполнение одного контрольного упражнения (теста);

1 балл – выполнение одного контрольного упражнения (теста) в соответствии с Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта дзюдо, самбо или «смешанное боевое единоборство (ММА)».

1 выполненное контрольное упражнение по ОФП и СФП равно 1-му баллу.

При превышении поступающим выполнения минимальных нормативов общей физической и/или специальной физической подготовки:

– на 100 % (одно контрольное упражнение) – добавляется 1 балл (итого 2 балла);

– на 200 % (за одно контрольное упражнение) – добавляется 2 балла (итого 3 балла) и т.д.

Для зачисления на программу спортивной подготовки по виду спорта дзюдо, самбо или «смешанное боевое единоборство (ММА)» минимально необходимо набрать количество баллов, которые будут равны количеству контрольных упражнений (тестов) по ОФП и СФП согласно Приложениям № 2,3,4 настоящего Положения.

2.9. Правила приема в МБУ СШОР № 7 г. Сочи остаются размещёнными на официальном сайте в информационно-телекоммуникативной сети Интернет в течение тренировочного (календарного) года.

2.10. Количество поступающих, принимаемых в МБУ СШОР № 7 г. Сочи на бюджетную основу, определяется учреждением в соответствии с муниципальным заданием на оказание государственных (муниципальных) услуг по спортивной подготовке.

МБУ СШОР № 7 г. Сочи вправе сверх установленного муниципального задания оказывать муниципальные услуги по спортивной подготовке, относящиеся к её основным видам деятельности, предусмотренные Уставом, для граждан и юридических лиц за плату и на одинаковых при оказании одних и тех же услуг условиях. Порядок определения указанной платы устанавливается соответствующим органом, осуществляющим функции и полномочия учредителя.

2.11. Приемная комиссия МБУ СШОР № 7 г. Сочи обеспечивает функционирование телефонной линии, для оперативных ответов на обращения, связанные с приемом лиц для освоения программы спортивной подготовки по виду спорта дзюдо, самбо или «смешанное боевое единоборство (ММА)», а также раздела сайта в информационно-телекоммуникативной сети Интернет.

2.12. Тренировочный год в МБУ СШОР № 7 г. Сочи начинается 1 января и заканчивается 31 декабря текущего года. Годовая тренировочная нагрузка рассчитана на 52 недели.

2.13. МБУ СШОР № 7 г. Сочи вправе отказать в приёме исключительно в следующих случаях:

– возраст поступающего меньше или превышает возраст детей принимаемых в МБУ СШОР № 7 г. Сочи, определяемый Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта дзюдо, самбо или «смешанное боевое единоборство (ММА)» и Уставом учреждения;

– по медицинским показаниям;

Отказ в приеме по иным основаниям не допускается.

2.14. Приём на свободные (в случае освобождения в течение тренировочного года, либо недобора) места осуществляется в течение всего тренировочного года с учетом правил дополнительного набора.

2.15. При отсутствии свободных мест на этапах, родители (законные представители) заполняют заявление и предоставляют необходимый пакет документов для зачисления инструктору-методисту. При появлении вакантных мест и с учётом организации дополнительного набора инструктор-методист обзванивает кандидатов и приглашает на конкурсный отбор.

3. Организация приёма поступающих в МБУ СШОР № 7 г. Сочи для освоения программы спортивной подготовки по виду спорта дзюдо, самбо, «смешанное боевое единоборство (ММА)»

3.1. Организация приема поступающих осуществляется по результатам сдачи нормативов по ОФП и СФП для зачисления на программу спортивной подготовки по виду спорта дзюдо, самбо или «смешанное боевое единоборство (ММА)» и в соответствии с требованиями Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта: дзюдо, самбо, «смешанное боевое единоборство (ММА)». Прием документов и проведение процедуры индивидуального отбора поступающих осуществляется приемной комиссией МБУ СШОР № 7 г. Сочи.

3.2. МБУ СШОР № 7 г. Сочи самостоятельно устанавливает сроки приема документов в соответствующем году, но не позднее, чем за две недели до проведения индивидуального отбора поступающих.

3.3. Прием в МБУ СШОР № 7 г. Сочи осуществляется по письменному заявлению поступающих, а в случае если ребенок несовершеннолетний, то по письменному заявлению родителей (законных представителей) (далее – заявление о приеме). С представлением документов, предусмотренных пунктом 3.4 настоящего положения.

В заявлении о приеме указываются следующие сведения:

– наименование программы спортивной подготовки, на которую планируется поступление;

– фамилия, имя и отчество (при наличии) поступающего;

– дата и место рождения поступающего;

– фамилия, имя и отчество (при наличии) законных представителей несовершеннолетнего поступающего;

- номера телефонов поступающего или законных представителей несовершеннолетнего поступающего (при наличии);
- сведения о гражданстве поступающего (при наличии);
- адрес места жительства поступающего.

Заявления о приеме могут подаваться одновременно в несколько физкультурно-спортивных организаций.

В заявлении о приеме фиксируется факт ознакомления поступающего или родителя (законного представителя) несовершеннолетнего поступающего с уставом и правилами приема в МБУ СШОР № 7 г. Сочи, в том числе программой спортивной подготовки по виду спорта, а также согласие на обработку персональных данных ребенка, связанных со спортивной деятельностью учреждения любым не запрещенным законом способом, а так же согласия на участие в процедуре индивидуального отбора поступающего.

3.4. При подаче заявления о приеме поступающим представляются следующие документы:

- копия свидетельства о рождении или паспорта (при наличии);
- медицинское заключение о допуске к прохождению спортивной подготовки, выданное в порядке, установленном действующим законодательством;
- фотографии поступающего;
- копия документа, подтверждающего присвоение спортивного разряда или спортивного звания поступающего (при наличии).

4. Подача и рассмотрение письменной апелляции по процедуре проведения индивидуального отбора

4.1. Совершеннолетние поступающие в МБУ СШОР № 7 г. Сочи, а также родители (законные представители) несовершеннолетних поступающих в МБУ СШОР № 7 г. Сочи вправе подать письменную апелляцию по процедуре проведения индивидуального отбора (далее – апелляция) в апелляционную комиссию не позднее следующего рабочего дня после объявления результатов индивидуального отбора.

4.2. Апелляция рассматривается не позднее одного рабочего дня со дня её подачи на заседании апелляционной комиссии, на которое приглашаются поступающие, либо родители (законные представители) несовершеннолетних поступающего, подавшие апелляцию.

Для рассмотрения апелляции секретарь приемной комиссии направляет в апелляционную комиссию протоколы заседания приемной комиссии и результаты индивидуального отбора.

4.3. Апелляционная комиссия принимает решение о целесообразности или нецелесообразности повторного проведения индивидуального отбора в отношении поступающего. Данное решение принимается большинством голосов и членов апелляционной комиссии, участвующих в заседании, при

обязательном присутствии председателя апелляционной комиссии и оформляется протоколом. При равном числе голосов председатель апелляционной комиссии обладает правом решающего голоса.

Решение апелляционной комиссии доводится до сведения подавшего апелляцию поступающего или родителей (законных представителей) несовершеннолетнего поступающего, подавших апелляцию, под роспись в течение одного рабочего дня с момента принятия решения.

4.4. Повторное проведение индивидуального отбора проводится в течение трёх рабочих дней со дня принятия решения о целесообразности такого отбора в присутствии не менее чем двух членов апелляционной комиссии.

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

5. Порядок зачисления поступающих в МБУ СШОР № 7 г. Сочи

5.1. Зачисление поступающих в МБУ СШОР № 7 г. Сочи для прохождения спортивной подготовки оформляется распорядительным актом (приказом) директора на основании решения приемной или апелляционной комиссий МБУ СШОР № 7 г. Сочи.

6. Дополнительный прием лиц в МБУ СШОР № 7 г. Сочи

6.1. Дополнительный прием лиц в МБУ СШОР № 7 г. Сочи осуществляется при наличии мест, оставшихся вакантными после зачисления по результатам индивидуального отбора поступающего, а также на вакантные места, появившиеся в течение тренировочного года (далее – вакантные места), соответствующий орган, осуществляющий функции и полномочия учредителя, может предоставить учреждению право проводить дополнительный прием.

6.2. Зачисление на вакантные места проводится по результатам дополнительного отбора поступающих.

6.3. Организация дополнительного приема и зачисления поступающих осуществляется в соответствии с локальными нормативными актами учреждения, при этом сроки дополнительного приема публикуются на информационном стенде и на официальном сайте учреждения в информационно-телекоммуникационной сети Интернет.

6.4. Дополнительный индивидуальный отбор поступающих осуществляется в сроки, установленные учреждением, в соответствии с разделом 2 настоящего Положения.

7. Организация перевода спортсмена из МБУ СШОР № 7 г. Сочи в другую физкультурно-спортивную организацию

7.1. Организация перевода спортсмена для прохождения спортивной подготовки из МБУ СШОР № 7 г. Сочи (далее- передающая организация) в другую физкультурно-спортивную организацию (далее - принимающая организация) осуществляется на основании договорных отношений между:

- учредителями физкультурно-спортивных организаций;
- физкультурно-спортивными организациями, подведомственные одному учредителю.

7.2. Договорные отношения заключаются в отношении перспективного спортсмена:

- соответствующего по своему уровню спортивной подготовки этапу спортивной подготовки;

- выступающего и показывающего стабильные результаты на региональных, межрегиональных, всероссийских и международных соревнованиях;

- вошедшие в составы спортивных сборных команд Краснодарского края и/или Российской Федерации по виду спорта дзюдо, самбо или «смешанное боевое единоборство (ММА)».

7.3. Договорные отношения между учредителями физкультурно-спортивных организаций заключаются в следующем порядке:

- учредитель передающей организации представляет учредителю принимающей организации, письмо о переводе спортсмена, согласованное с аккредитованной региональной федерацией по виду спорта и проект договора-соглашения о переводе;

- при положительном решении вопроса учредители физкультурно-спортивных организаций заключают договор-соглашение о переводе (Приложение № 7).

7.4. Переводящая организация к письму о переводе спортсмена, согласованное с аккредитованной региональной федерацией по виду спорта дзюдо, самбо или «смешанное боевое единоборство (ММА)» представляет следующие документы:

- протоколы лучших спортивных результатов, показанные спортсменом в текущем и предыдущем годах;

- выписку из списка кандидатов в спортивную сборную команду Краснодарского края и/или Российской Федерации по виду спорта дзюдо, самбо или «смешанное боевое единоборство (ММА)» (при наличии);

- выписку из приказа о присвоении спортивного разряда (звания);

- документы, подтверждающие реализацию программы спортивной подготовки по избранному виду спорта, которую осваивал спортсмен:

- фактическое освоение спортсменом объемов программы спортивной подготовки по избранному виду спорта.

7.5. Организация перевода спортсмена осуществляется в течение тренировочного года при условии:

- образования вакантного места у принимающей организации на любом этапе спортивной подготовки (при этом перевод спортсмена осуществляется только на вакантное место, образовавшееся у принимающей организации на данном этапе спортивной подготовки);

- увеличение объема муниципального задания у принимающей организации, показателем которого является количество спортсменов (в случае увеличения объема муниципального задания учредитель вносит изменения в муниципальное задание на оказание государственных услуг (работ) принимающей организации).

7.6. Перевод осуществляется только после письменного согласия (заявления) совершеннолетнего спортсмена либо родителей (законных представителей) несовершеннолетнего передающей организации на перевод.

7.7. После заключения договора-соглашения о переводе принимающая организация осуществляет зачисление спортсмена в порядке перевода при наличии копии приказа об отчислении спортсмена из передающей организации.

Сроки приёма и перечень необходимых документов для зачисления на программу спортивной подготовки, количество бюджетных мест по каждой реализуемой программе спортивной подготовки, а также количество вакантных мест для приема поступающих

Наименование программы	Этапы подготовки	Сроки приема документов		Сроки проведения индивидуального отбора поступающих		Сроки зачисления
		начало	окончание	начало	окончание	
1	2	3	4	5	6	7

Количество бюджетных мест	На этапе начальной подготовки	На тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)	На этапе совершенствования спортивного мастерства	На этапе высшего спортивного мастерства
	всего	всего	всего	всего
8	9	10	11	12

Количество вакантных бюджетных мест для зачисления	На этапе начальной подготовки	На тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)	На этапе совершенствования спортивного мастерства	На этапе высшего спортивного мастерства
	всего	всего	всего	всего
13	14	15	16	17

Перечень необходимых документов для зачисления:

- копия свидетельства о рождении или паспорта (при наличии);
- медицинское заключение о допуске к прохождению спортивной подготовки, выданное в порядке, установленном действующим законодательством;
- фотографии поступающего;
- копия документа, подтверждающего присвоение спортивного разряда или спортивного звания поступающего (при наличии).

Требования, предъявляемые к уровню общей физической и специальной физической подготовки для зачисления на программу спортивной подготовки в соответствии с Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «Дзюдо»

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Мальчики	Девочки
Координация	Стоя ровно, на одной ноге, руки на поясе. Фиксация положения (не менее 10 с)	Стоя ровно, на одной ноге, руки на поясе. Фиксация положения (не менее 8 с)
Сила	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 4 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 3 раз)
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места (не менее 90 см)	Прыжок в длину с места (не менее 70 см)
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу (пальцами рук коснуться пола)	

Нормативы общей физической, специальной физической подготовки, иные спортивные нормативы для зачисления в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)

Нормативы общей физической, специальной физической подготовки		
Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
	Для спортивных дисциплин:	
	весовая категория 26 кг, весовая категория 30 кг, весовая категория 34 кг, весовая категория 38 кг, весовая категория 42 кг, весовая категория 46 кг, весовая категория 50 кг	весовая категория 24 кг, весовая категория 28 кг, весовая категория 32 кг, весовая категория 36 кг, весовая категория 40 кг
Координация	Челночный бег 3x10 м (не более 10 с)	Челночный бег 3x10м (не более 10,5 с)
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу (касание пола ладонями)	
Сила	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 20 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 15 раз)

	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 7 раз)	Подтягивание из виса на низкой перекладине (не менее 11 раз)
	Подъем выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке в положении «угол» (не менее 6 раз)	Подъем выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке в положении «угол» (не менее 4 раз)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 160 см)	Прыжок в длину с места (не менее 145 см)
	Для спортивных дисциплин:	
	весовая категория 55 кг, весовая категория 55+ кг, весовая категория 60 кг, весовая категория 66 кг, весовая категория 73 кг	весовая категория 44 кг, весовая категория 48 кг, весовая категория 52 кг, весовая категория 52+ кг, весовая категория 57 кг
Координация	Челночный бег 3x10 м (не более 10,2 с)	Челночный бег 3x10 м (не более 10,6 с)
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу (касание пола ладонями)	
Сила	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 7 раз)	Подтягивание из виса на низкой перекладине (не менее 11 раз)
	Подъем выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке в положении «угол» (не менее 14 раз)	Подъем выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке в положении «угол» (не менее 3 раз)
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 20 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 15 раз)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 160 см)	Прыжок в длину с места (не менее 145 см)
	Для спортивных дисциплин:	
	весовая категория 73+ кг, весовая категория 81 кг, весовая категория 90 кг, весовая категория 90+ кг, весовая категория 100 кг, весовая категория 100+ кг	весовая категория 63 кг, весовая категория 63+ кг, весовая категория 70 кг, весовая категория 70+ кг, весовая категория 78 кг, весовая категория 78+ кг
Координация	Челночный бег 3x10 м (не более 10,4 с)	Челночный бег 3x10 м (не более 10,8 с)
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу (касание пола ладонями)	
Сила	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 16 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 12 раз)
	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 4 раз)	Подтягивание из виса на низкой перекладине (не менее 11 раз)
	Подъем выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке в положении «угол»	Подъем выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке в положении «угол»

	(не менее 2 раз)	(не менее 2 раз)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 150 см)	Прыжок в длину с места (не менее 140 см)
Иные спортивные нормативы		
Техническое мастерство	Обязательная требования к технической подготовленности	
Спортивный разряд	Второй юношеский спортивный разряд	

Нормативы общей физической, специальной физической подготовки, иные спортивные нормативы для зачисления в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства

Нормативы общей физической, специальной физической подготовки		
Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
	Для спортивных дисциплин	
	весовая категория 46 кг, весовая категория 50 кг, весовая категория 55 кг, весовая категория 60 кг	весовая категория 40 кг, весовая категория 44 кг, весовая категория 48 кг
Координация	Челночный бег 3x10 м (не более 9,8 с)	Челночный бег 3x10 м (не более 10,3 с)
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу (касание пола ладонями)	
Сила	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 30 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 20 раз)
	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 15 раз)	Подтягивание из виса на низкой перекладине (не менее 20 раз)
	Подъем выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке в положении «угол» (не менее 15 раз)	Подъем выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке в положении «угол» (не менее 8 раз)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 200 см)	Прыжок в длину с места (не менее 175 см)
	Для спортивных дисциплин:	
	весовая категория 66 кг, весовая категория 73 кг, весовая категория 81 кг	весовая категория 52 кг, весовая категория 57 кг, весовая категория 63 кг
Координация	Челночный бег 3x10 м (не более 10 с)	Челночный бег 3x10 м (не более 10,4 с)
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу (касание пола ладонями)	
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 30 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 20 раз)

	Подтягивание из вися на перекладине (не менее 15 раз)	Подтягивание из вися на низкой перекладине (не менее 20 раз)
	Подъем выпрямленных ног из вися на гимнастической стенке в положении «угол» (не менее 13 раз)	Подъем выпрямленных ног из вися на гимнастической стенке в положении «угол» (не менее 6 раз)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 200 см)	Прыжок в длину с места (не менее 175 см)
	Для спортивных дисциплин:	
	весовая категория 90 кг, весовая категория 100 кг, весовая категория 100+кг	весовая категория 70 кг, весовая категория 78 кг, весовая категория 78+ кг
Координация	Челночный бег 3x10 м (не более 10,2 с)	Челночный бег 3x10 м (не более 10,6 с)
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу (касание пола ладонями)	
Сила	Подтягивание из вися на перекладине (не менее 10 раз)	Подтягивание из вися на низкой перекладине (не менее 18 раз)
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 25 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 20 раз)
	Подъем выпрямленных ног из вися на гимнастической стенке в положении «угол» (не менее 10 раз)	Подъем выпрямленных ног из вися на гимнастической стенке в положении «угол» (не менее 6 раз)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 185 см)	Прыжок в длину с места (не менее 155 см)
Иные спортивные нормативы		
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа	
Спортивный разряд	Кандидат в мастера спорта	

Нормативы общей физической, специальной физической подготовки, иные спортивные нормативы для зачисления в группы на этапе высшего спортивного мастерства

Нормативы общей физической, специальной физической подготовки		
Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Мужчины	Женщины
	весовая категория 50 кг, весовая категория 55 кг, весовая категория 60 кг	весовая категория 44 кг, весовая категория 48 кг
Координация	Челночный бег 3x10 м (не более 9,6 с)	Челночный бег 3x10 м (не более 10,1 с)
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу (касание пола ладонями)	

Сила	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 20 раз)	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 25 раз)
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 35 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 25 раз)
	Подъем выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке в положении «угол» (не менее 20 раз)	Подъем выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке в положении «угол» (не менее 10 раз)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 230 см)	Прыжок в длину с места (не менее 185 см)
	Для спортивных дисциплин:	
	весовая категория 66 кг, весовая категория 73 кг, весовая категория 81 кг	весовая категория 52 кг, весовая категория 57 кг, весовая категория 63 кг
Координация	Челночный бег 3x10 м (не более 9,8 с)	Челночный бег 3x10 м (не более 10,2 с)
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу (касание пола ладонями)	
Сила	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 20 раз)	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 25 раз)
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 35 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 25 раз)
	Подъем выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке в положении «угол» (не менее 20 раз)	Подъем выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке в положении «угол» (не менее 10 раз)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 230 см)	Прыжок в длину с места (не менее 185 см)
	Для спортивных дисциплин:	
	весовая категория 90 кг, весовая категория 100 кг, весовая категория 100+ кг	весовая категория 70 кг, весовая категория 78 кг, весовая категория 78+ кг
Координация	Челночный бег 3x10 м (не более 10,2 с)	Челночный бег 3x10 м (не более 10,4 с)
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу (касание пола ладонями)	
Сила	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 13 раз)	Подтягивание из виса на низкой перекладине (не менее 19 раз)
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 30 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 20 раз)
	Подъем выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке в положении «угол» (не менее 10 раз)	Подъем выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке в положении «угол» (не менее 8 раз)
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места (не менее 210 см)	Прыжок в длину с места (не менее 170 см)
Спортивное звание	Мастера спорта России	

Требования, предъявляемые к уровню общей физической и специальной физической подготовки для зачисления на программу спортивной подготовки в соответствии с Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «САМБО»

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
весовая категория 26 кг, весовая категория 29 кг, весовая категория 31 кг, весовая категория 34 кг, весовая категория 38 кг		
Скоростные качества	Бег 60 м (не более 11,8 с)	Бег 60 м (не более 12,2 с)
Выносливость	Бег на 500 м (не более 2 мин 5 с)	Бег 500 м (не более 2 мин 25 с)
Силовые качества	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 2 раз)	Подтягивание из виса на низкой перекладине (не менее 7 раз)
Сила	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 10 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 5 раз)
Скоростно-силовые качества	Подъем туловища, лежа на спине за 11 с (не менее 10 раз)	Подъем туловища, лежа на спине за 11 с (не менее 8 раз)
	Прыжок в длину с места (не менее 130 см)	Прыжок в длину с места (не менее 125 см)
весовая категория 37 кг, весовая категория 40 кг, весовая категория 42 кг, весовая категория 43 кг, весовая категория 46 кг, весовая категория 50 кг		
Скоростные качества	Бег 60 м (не более 11,6 с)	Бег 60 м (не более 12 с)
Выносливость	Бег 500 м (не более 2 мин 15 с)	Бег 500 м (не более 2 мин 35 с)
Силовые качества	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 2 раз)	Подтягивание из виса на низкой перекладине (не менее 7 раз)
Сила	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 9 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 5 раз)
Скоростно-силовые качества	Подъем туловища, лежа на спине за 12 с (не менее 10 раз)	Подъем туловища, лежа на спине за 12 с (не менее 8 раз)
	Прыжок в длину с места (не менее 130 см)	Прыжок в длину с места (не менее 125 см)
весовая категория 47 кг, весовая категория 51 кг, весовая категория 55 кг, весовая категория 55+ кг, весовая категория 60 кг, весовая категория 65 кг, весовая категория 65+кг		
Скоростные качества	Бег 60 м (не более 12 с)	Бег 60 м (не более 12,4 с)
Выносливость	Бег на 500 м (не более 2 мин 25 с)	Бег на 500 м (не более 2 мин 45 с)
Силовые качества	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 1 раз)	Подтягивание из виса на низкой перекладине (не менее 2 раз)

Сила	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 4 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 1 раз)
Скоростно-силовые качества	Подъем туловища, лежа на спине за 13 с (не менее 10 раз)	Подъем туловища, лежа на спине за 13 с (не менее 8 раз)
	Прыжок в длину с места (не менее 130 см)	Прыжок в длину с места (не менее 125 см)

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на тренировочном этапе (этап спортивной специализации)

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
весовая категория 34 кг, весовая категория 35 кг, весовая категория 37 кг, весовая категория 38 кг, весовая категория 40 кг, весовая категория 42 кг		
Скоростные качества	Бег 60 м (не более 10,1 с)	Бег 60 м (не более 10,5 с)
Выносливость	Бег 800 м (не более 3 мин)	Бег 800 м (не более 3 мин 25 с)
Силовые качества	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 7 раз)	Подтягивание из виса на низкой перекладине (не менее 11 раз)
Сила	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 14 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 8 раз)
	Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке (не менее 8 раз)	Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке (не менее 3 раз)
	Приседание со штангой весом не менее 100 % собственного веса (не менее 6 раз)	Приседание со штангой весом не менее 100% собственного веса (не менее 3 раз)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 160 см)	Прыжок в длину с места (не менее 145 см)
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа	
весовая категория 43 кг, весовая категория 46 кг, весовая категория 47 кг, весовая категория 50 кг, весовая категория 51 кг, весовая категория 54 кг		
Скоростные качества	Бег 60 м (не более 9,9 с)	Бег 60 м (не более 10,3 с)
Выносливость	Бег 800 м (не более 3 мин 10 с)	Бег 800 м (не более 3 мин 35 с)
Силовые качества	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 7 раз)	Подтягивание из виса на низкой перекладине (не менее 11 раз)
Сила	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 14 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 8 раз)
	Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке (не менее 8 раз)	Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке (не менее 3 раз)
	Приседание со штангой весом не менее 100% собственного веса (не менее 6 раз)	Приседание со штангой весом не менее 100% собственного веса (не менее 3 раз)

Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 160 см)	Прыжок в длину с места (не менее 145 см)
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа	
весовая категория 55 кг, весовая категория 59 кг, весовая категория 65 кг, весовая категория 65+ кг, весовая категория 71 кг, весовая категория 71+ кг		
Скоростные качества	Бег 60 м (не более 10,3 с)	Бег 60 м (не более 10,7 с)
Выносливость	Бег 800 м (не более 3 мин 20 с)	Бег 800 м (не более 3 мин 45 с)
Силовые качества	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 7 раз)	Подтягивание из виса на низкой перекладине (не менее 11 раз)
Сила	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 14 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 8 раз)
	Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке (не менее 8 раз)	Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке (не менее 3 раз)
	Приседание со штангой весом не менее 100% собственного веса (не менее 6 раз)	Приседание со штангой весом не менее 100% собственного веса (не менее 3 раз)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 160 см)	Прыжок в длину с места (не менее 145 см)
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа	

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
весовая категория 38 кг, весовая категория 41 кг, весовая категория 42 кг, весовая категория 44 кг, весовая категория 46 кг, весовая категория 50 кг		
Скоростные качества	Бег 60 м (не более 8,7 с)	Бег 60 м (не более 9,6 с)
Выносливость	Бег 800 м (не более 2 мин 50 с)	Бег 800 м (не более 3 мин 15 с)
Силовые качества	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 10 раз)	Подтягивание из виса на низкой перекладине (не менее 18 раз)
Сила	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 30 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 20 раз)
	Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке (не менее 9 раз)	Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке (не менее 4 раз)
	Приседание со штангой весом не менее 100% собственного веса (не менее 16 раз)	Приседание со штангой весом не менее 100% собственного веса (не менее 11 раз)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 200 см)	Прыжок в длину с места (не менее 175 см)

Техническое мастерство	Обязательная техническая программа	
Спортивный разряд	Кандидат в мастера спорта	
весовая категория 48 кг, весовая категория 52 кг, весовая категория 55 кг, весовая категория 56 кг, весовая категория 60 кг, весовая категория 66 кг		
Скоростные качества	Бег 60 м (не более 8,7 с)	Бег 60 м (не более 9,6 с)
Выносливость	Бег 800 м (не более 3 мин)	Бег 800 м (не более 3 мин 25 с)
Силовые качества	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 10 раз)	Подтягивание из виса на низкой перекладине (не менее 18 раз)
Сила	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 27 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 17 раз)
	Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке (не менее 7 раз)	Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке (не менее 3 раз)
	Приседание со штангой весом не менее 100% собственного веса (не менее 13 раз)	Приседание со штангой весом не менее 100% собственного веса (не менее 9 раз)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 200 см)	Прыжок в длину с места (не менее 175 см)
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа	
Спортивный разряд	Кандидат в мастера спорта	
весовая категория 60 кг, весовая категория 65 кг, весовая категория 70 кг, весовая категория 70+кг, весовая категория 72 кг, весовая категория 78 кг, весовая категория 84 кг, весовая категория 84+ кг		
Скоростные качества	Бег 60 м (не более 8,7 с)	Бег 60 м (не более 9,6 с)
Выносливость	Бег 800 м (не более 3 мин 10 с)	Бег 800 м (не более 3 мин 35 с)
Силовые качества	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 10 раз)	Подтягивание из виса на низкой перекладине (не менее 18 раз)
Сила	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 25 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 15 раз)
	Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке (не менее 5 раз)	Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке (не менее 2 раз)
	Приседание со штангой весом не менее 100% собственного веса (не менее 10 раз)	Приседание со штангой весом не менее 100% собственного веса (не менее 6 раз)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 200 см)	Прыжок в длину с места (не менее 175 см)
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа	
Спортивный разряд	Кандидат в мастера спорта	

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для зачисления в группы на этап высшего спортивного мастерства**

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Мужчины	Женщины
весовая категория 40 кг, весовая категория 44 кг, весовая категория 48 кг, весовая категория 52 кг, весовая категория 56 кг, весовая категория 57 кг, весовая категория 60 кг, весовая категория 62 кг		
Скоростные качества	Бег 100 м (не более 13,8 с)	Бег 100 м (не более 15,4 с)
Выносливость	Бег 1000 м (не более 3 мин 15 с)	Бег 1000 м (не более 3 мин 30 с)
	Бег 1500 м (не более 5 мин 10 с)	Бег 1500 м (не более 5 мин 30 с)
Силовые качества	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 17 раз)	Подтягивание из виса на низкой перекладине (не менее 20 раз)
Сила	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 40 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 25 раз)
	Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке (не менее 11 раз)	Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке (не менее 6 раз)
	Приседание со штангой весом не менее 100% собственного веса (не менее 20 раз)	Приседание со штангой весом не менее 100% собственного веса (не менее 15 раз)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 230 см)	Прыжок в длину с места (не менее 185 см)
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа	
Спортивное звание	Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса	
весовая категория 56 кг, весовая категория 60 кг, весовая категория 64 кг, весовая категория 65 кг, весовая категория 68 кг, весовая категория 70 кг, весовая категория 74 кг, весовая категория 75 кг, весовая категория 82 кг		
Скоростные качества	Бег 100 м (не более 13,8 с)	Бег 100 м (не более 15,2 с)
Выносливость	Бег 1000 м (не более 3 мин 25 с)	Бег 1000 м (не более 3 мин 40 с)
	Бег 1500 м (не более 5 мин 20 с)	Бег 1500 м (не более 5 мин 40 с)
Силовые качества	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 14 раз)	Подтягивание из виса на низкой перекладине (не менее 19 раз)
Сила	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 35 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 20 раз)
	Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке (не менее 9 раз)	Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке (не менее 5 раз)
	Приседание со штангой весом не менее 100% собственного веса (не менее 17 раз)	Приседание со штангой весом не менее 100% собственного веса (не менее 12 раз)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 230 см)	Прыжок в длину с места (не менее 185 см)
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа	

Спортивное звание	Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса	
весовая категория 70 кг, весовая категория 72 кг, весовая категория 75 кг, весовая категория 75+ кг, весовая категория 80 кг, весовая категория 80+ кг, весовая категория 81 кг, весовая категория 87 кг, весовая категория 87+ кг, весовая категория 90 кг, весовая категория 100 кг, весовая категория 100+ кг		
Скоростные качества	Бег 100 м (не более 13,8 с)	Бег 100 м (не более 15,6 с)
Выносливость	Бег 1000 м (не более 3 мин 35 с)	Бег 1000 м (не более 3 мин 50 с)
	Бег 1500 м (не более 5 мин 30 с)	Бег 1500 м (не более 5 мин 50 с)
Силовые качества	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 13 раз)	Подтягивание из виса на низкой перекладине (не менее 19 раз)
Сила	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 30 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 15 раз)
	Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке (не менее 7 раз)	Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке (не менее 4 раз)
	Приседание со штангой весом не менее 100% собственного веса (не менее 14 раз)	Приседание со штангой весом не менее 100% собственного веса (не менее 9 раз)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 230 см)	Прыжок в длину с места (не менее 185 см)
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа	
Спортивное звание	Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса	

Требования, предъявляемые к уровню общей физической и специальной физической подготовки для зачисления на программу спортивной подготовки в соответствии с Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «смешанное боевое единоборство (ММА)»

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)
Скоростные качества	Бег 60 м (не более 12 с)
Выносливость	Бег 1000 м (не более 6 мин 30 с)
Координация	Челночный бег 3 x 10 м (не более 10 с)
Сила	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 3 раз)
Силовая выносливость	Подъем туловища лежа на спине (не менее 15 раз)
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 12 раз)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 130 см)
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу за 20 с (не менее 9 раз)
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу (пальцами рук коснуться пола)

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)
Скоростные качества	Бег 60 м (не более 10,8 с)
Выносливость	Бег 2000 м (не более 10 мин)
Координация	Челночный бег 3 x 10 м (не более 9 с)
Сила	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 5 раз)
Силовая выносливость	Подъем туловища лежа на спине (не менее 20 раз)
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 14 раз)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 160 см)
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу за 20 с (не менее 14 раз)
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу, пальцами рук коснуться пола (не менее 2 раз)
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для зачисления в группы на этапе
совершенствования спортивного мастерства**

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)
Скоростные качества	Бег 100 м (не более 13,5 с)
Выносливость	Бег 3000 м (не более 12 мин 30 с)
Координация	Челночный бег 3 x 10 м (не более 7,2 с)
Сила	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 13 раз)
	Подъем ног из виса на гимнастической стенке до уровня хвата руками (не менее 8 раз)
Силовая выносливость	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (не менее 20 раз)
	Лазание по канату без помощи ног – 4 м (не менее 2 раз)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 240 см)
	Подъем туловища лежа на спине за 20 с (не менее 15 раз)
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу за 20 с (не менее 17 раз)
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на гимнастической скамье. Кисти рук тянутся вниз, кончики пальцев рук ниже уровня линии стоп (не менее 13 см)
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа
Спортивный разряд	«Кандидат в мастера спорта»

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для зачисления в группы на этапе высшего спортивного мастерства**

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)
Скоростные качества	Бег 100 м (не более 13,2 с)
Выносливость	Бег 3000 м (не более 12 мин 10 с)
Координация	Челночный бег 3 x 10 м (не более 6,8 с)
Сила	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 16 раз)
	Подъем ног из виса на гимнастической стенке до уровня хвата руками (не менее 9 раз)
Силовая выносливость	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (не менее 25 раз)
	Лазание по канату без помощи ног – 4 м (не менее 3 раз)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 240 см)
	Подъем туловища лежа на спине за 20 с (не менее 20 раз)
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу за 20 с (не менее 20 раз)
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на гимнастической скамье. Кисти рук тянутся вниз, кончики пальцев рук ниже уровня линии стоп (не менее 13 см)
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа
Спортивное звание	«Мастер спорта России»

**Расписание работы приемной и апелляционной комиссий МБУ СШОР
№ 7 г. Сочи и их контактные телефоны**

Расписание работы приемной комиссии, контактные телефоны

№ п/п	Дата работы приемной комиссии	Место работы приемной комиссии	Время работы приемной комиссии	Контактные телефоны

Расписание работы апелляционной комиссии, контактные телефоны

№ п/п	Дата работы апелляционной комиссии	Место работы апелляционной комиссии	Время работы апелляционно й комиссии	Контактные телефоны

**Заявление о приеме в МБУ СШОР № 7 г. Сочи на программу
спортивной подготовки по избранному виду спорта с указанием
необходимых сведений**

Директору МБУ СШОР № 7 г. Сочи

ФИО директора _____

От _____

(ФИО одного из родителей или законного представителя)

зарегистрирован: г. _____

ул. _____, дом № _____, кв. № _____

телефон _____

фактический адрес проживания _____

ЗАЯВЛЕНИЕ О ПРИЁМЕ

Прошу принять в МБУ СШОР № 7 г. Сочи

(наименование физкультурно-спортивной организации)

для освоения ПРОГРАММЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ по виду спорта

_____ моего ребенка _____

(фамилия, имя, отчество ребенка полностью)

родившегося _____

(дата и место рождения)

(сведения о гражданстве ребёнка)

учащегося (учащуюся) _____ класса _____

(наименование образовательной организации)

проживающего по адресу _____

(населенный пункт, улица, дом, квартира)

Копия свидетельства о рождении (паспорта) поступающего, медицинский документ, подтверждающий отсутствие у поступающего противопоказаний для освоения ПРОГРАММЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ по избранному виду спорта, фотография 3x4 в количестве 1 штуки прилагается.

С Уставом, Положением о правилах приема лиц в МБУ СШОР № 7 г. Сочи, программой спортивной подготовки по виду спорта ознакомлен(а) и в соответствии со статьей 9 ФЗ от 26.07.2006г. № 152-ФЗ «О персональных данных» даю согласие на обработку персональных данных моего ребенка, связанных со спортивной деятельностью организации любым не запрещенным законом способом. На участие в процедуре индивидуального отбора согласен (согласна).

« _____ » _____ 20 _____ г. Подпись родителя, законного представителя _____

Сведения о родителях

Ф.И.О. отца _____

Место работы _____

Должность _____

Телефон _____

Ф.И.О. матери _____

Место работы _____

Должность _____

Телефон _____

Дата _____

Подпись родителя, законного представителя _____

Договор-соглашение о переводе

г. Сочи

« ____ » _____ 20__ г.

Муниципальное бюджетное учреждение спортивная школа олимпийского резерва № 7 города Сочи,

(наименование учредителя или руководителя (директора) физкультурно-спортивной организации)

в лице _____,

(фамилия, имя, отчество учредителя или руководителя(директора))

действующие на основании Устава с одной стороны, именуемое в

(Положения, Устава и иное)

дальнейшем «Передающая организация» и _____

(наименование учредителя или руководителя директора физкультурно-спортивной организации)

в лице _____,

(фамилия, имя, отчество учредителя или руководителя(директора))

действующее на основании _____ с другой стороны, именуемое в

(Положения, Устава и иное)

дальнейшем «Принимающая организация», заключили настоящий договор-соглашение (далее-Договор) о нижеследующем:

1. Предмет договора

1.1 Настоящий Договор определяет порядок взаимодействия «Передающей организации» и «Принимающей организации», направленный на повышение качества спортивной подготовки, путем перевода перспективного спортсмена из одной физкультурно-спортивной организации в другую физкультурно-спортивную организацию.

1.2 Настоящий Договор заключается в отношении перспективного спортсмена (далее Спортсмен):

- ФИО _____;

- дата рождения _____;

- _____ спортивное звание, _____ разряд

_____;

- кандидата в спортивную сборную команду _____;

2. Права и обязанности

2.1.1 «Передающая организация» имеет право»

2.1.2 Осуществлять перевод «Спортсмена» в течение календарного года:

- соответствующего по своему уровню спортивной подготовки этапу спортивной подготовки, в соответствии с осваиваемой Программой подготовки по виду спорта;

- выступающего и показывающего стабильные результаты на региональных, межрегиональных всероссийских соревнованиях в текущем и предыдущем спортивных сезонах;

- входящего в составы кандидатов спортивных сборных команд Краснодарского края и (или) Российской Федерации по виду спорта.

2.1.2 Предоставлять перешедшему «Спортсмену» спортивную базу для прохождения спортивной подготовки.

2.2 «Передающая организация» обязуется:

2.2.1 Осуществлять перевод только после письменного согласия (заявления) совершеннолетнего спортсмена.

2.2.2 Согласовать письмо о переводе «Спортсмена» с аккредитованной региональной федерацией по виду спорта.

2.2.3 При осуществлении перевода «Спортсмена» обеспечить предоставление следующих документов:

а) технические протоколы лучших спортивных результатов, показанные спортсменом в текущем и предыдущем годах;

б) выписку из списка кандидатов в спортивную сборную команду Краснодарского края и (или) Российской Федерации по виду спорта (при наличии);

в) выписку из приказа о присвоении спортивного разряда (звания);

г) документы, подтверждающие реализацию программы спортивной подготовки по избранному виду спорта, которую осваивал спортсмен:

- фактическое освоение спортсменом объемов программы спортивной подготовки по избранному виду спорта (с приложением копии утвержденного годового плана на год).

2.3 «Принимающая организация» имеет право;

2.3.1 Осуществлять перевод спортсмена в течение календарного года при условии:

- образования вакантного места на любом этапе спортивной подготовки (при этом перевод спортсмена осуществляется только на вакантное место, образовавшееся на данном этапе спортивной подготовки);

- при увеличении объема государственного задания показателем которого является количество спортсменов.

2.3.2 Осуществлять перевод «Спортсмена», выступающего и показывающего стабильные результаты на региональных, межрегиональных, всероссийских соревнованиях в текущем и предыдущем спортивных сезонах и входящего в составы кандидатов спортивных сборных команд Краснодарского края и (или) Российской Федерации по виду спорта.

2.4 «Принимающая организация» обязуется:

2.4.1 Обеспечить прохождение спортивной подготовки «Спортсмена» по реализуемой Программе спортивной подготовки по виду спорта _____, по спортивной (ым) дисциплине (ам) _____, на этапе (ах) спортивной подготовки _____, в соответствии с Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта, утвержденным приказом Министерства спорта России от «__» _____ 201__ г. № _____ (далее – Программа спортивной подготовки).

3. Срок действия Договора

3.1 Договор вступает в силу со дня его подписания.

3.2 Договор действует в течение всего периода взаимодействия, установленного настоящим Договором, до момента зачисления «Спортсмена» в «Принимающую организацию».

4. Основания и порядок изменения и расторжения договора

4.1 Все изменения и дополнения к настоящему Договору должны быть оформлены дополнительными соглашениями, подписанным уполномоченным представителем Передающей и Принимающей организациями.

5. Ответственность Сторон

5.1 За неисполнение и надлежащее исполнение условий настоящего Договора, стороны несут ответственность в соответствии с законодательством Российской Федерации.

6. Реквизиты и подписи

«Передающая организация»

_____/_____

«Принимающая организация»

_____/_____.

Прошнуровано, пронумеровано и
скреплено печатью
30.11.2020
Директор
МБС ЧИОР А.Т. Соци
В.М. Верх
г.Уров
2020 год

