

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа им. Б.В. Непомнящего»
Гурьевского муниципального района
(МБУ ДО «ДЮСШ им. Б.В. Непомнящего» ГМР)

ПРИКАЗ

от 31.05.2018

№ 94

Гурьевск

Об утверждении Положения о порядке приема,
зачисления, перевода, отчисления обучающихся
Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа им. Б.В. Непомнящего»
Гурьевского муниципального района

На основании Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», приказа Минспорта России от 12.09.2013 г. № 731 «Об утверждении Порядка приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта»,

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить Положение о порядке приема, зачисления, перевода, отчисления обучающихся Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа им. Б.В. Непомнящего» Гурьевского муниципального района.

2. Отменить действие Положения о порядке приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта, утвержденного Приказом МБУ ДО «ДЮСШ им. Б.В. Непомнящего» ГМР от 05.07.2017 г. № 85/1.

3. Настоящий приказ вступает в силу 01.06.2018 г.

4. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой.

Директор ДЮСШ

А.Е. Тропин

Приложение №1
к приказу директора МБУ ДО
«ДЮСШ им. Б.В. Непомнящего» ГМР
от 31.05.2018 г. № 94

ПОЛОЖЕНИЕ
о порядке приема,
зачисления, перевода, отчисления обучающихся
Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа им. Б.В. Непомнящего»
Гурьевского муниципального района

Принято на педагогическом совете
МБУ ДО «ДЮСШ им. Б.В. Непомнящего» ГМР

Протокол № 2 от 29.05.2018 г.

1. Общие положения

1.1 Положение о порядке приема, зачисления, перевода, отчисления, обучающихся в МБУ ДО ДЮСШ им. Б.В. Непомнящего» ГМР разработано в соответствии с Конвенцией о правах ребенка, Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, приказом Минспорта России от 12.09.2013 г. № 731 «Об утверждении Порядка приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта».

1.2 Данное Положение регулирует порядок приема, зачисления, перевода, отчисления обучающихся Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа им. Б.В. Непомнящего» Гурьевского муниципального района.

1.3. Настоящий Порядок приема на обучение по образовательным программам в области физической культуры и спорта (далее - Порядок) регламентирует прием граждан на обучение в Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа им. Б.В. Непомнящего» Гурьевского муниципального района (далее – Учреждение) по дополнительным предпрофессиональным и общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта (далее - образовательные программы) на основании результатов индивидуального отбора лиц, имеющих необходимые для освоения соответствующей образовательной программы способности в области физической культуры и спорта (далее - поступающих).

1.4. Учреждение объявляет прием граждан на обучение по образовательным программам при наличии лицензии на осуществление образовательной деятельности.

1.5. Индивидуальный отбор проводится в целях выявления у поступающих физических, психологических способностей и (или) двигательных умений, необходимых для освоения соответствующих образовательных программ. Для проведения индивидуального отбора поступающих, Учреждение проводит тестирование, а также вправе проводить предварительные просмотры, анкетирование, консультации.

1.6. В целях организации приема и проведения индивидуального отбора поступающих в Учреждении создается приемная и апелляционная комиссии. Регламенты работы комиссий определяются локальным нормативным актом Учреждения. Составы комиссий утверждаются распорядительным актом. В состав комиссий входят: председатель комиссии, заместитель председателя комиссии, члены комиссии. Секретарь комиссии может не входить в состав комиссий.

1.7. Председателем приемной комиссии является руководитель учреждения или лицо им уполномоченное. Состав приемной комиссии (не менее пяти человек) формируются из числа тренерско-преподавательского состава, других

педагогических и медицинских работников образовательного Учреждения, участвующих в реализации образовательных программ.

1.8. Председателем апелляционной комиссии является руководитель Учреждения (в случае, если он не является председателем приемной комиссии) или лицо, им уполномоченное. Состав апелляционной комиссии (не менее трех человек) формируются из числа тренерско-преподавательского состава, других педагогических и медицинских работников Учреждения, участвующих в реализации образовательных программ, и не входящих в состав приемной комиссии.

1.9. При организации приема поступающих руководитель Учреждения обеспечивает соблюдение их прав, и прав законных представителей, установленных законодательством Российской Федерации, гласность и открытость работы приемной и апелляционной комиссий, объективность оценки способностей и склонностей поступающих.

1.10. Не позднее, чем за месяц до начала приема документов, Учреждение на своем информационном стенде и официальном сайте в информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" размещает следующую информацию и документы с целью ознакомления с ними поступающих и их законных представителей:

- копию устава Учреждения;
- копию лицензии на осуществление образовательной деятельности (с приложениями);
- локальные нормативные акты, регламентирующие организацию образовательного и тренировочного процессов по образовательным программам и программам спортивной подготовки (при их наличии);
- условия работы приемной и апелляционной комиссий Учреждения;
- количество бюджетных мест в соответствующем году по образовательным программам (этапам, периодам обучения) и программам спортивной подготовки (при наличии), а также количество вакантных мест для приема поступающих (при наличии);
- сроки приема документов для обучения по образовательным программам в соответствующем году;
- сроки проведения индивидуального отбора поступающих в соответствующем году;
- формы отбора поступающих и его содержание по каждой образовательной программе;
- требования, предъявляемые к физическим (двигательным) способностям и к психологическим особенностям поступающих;
- правила подачи и рассмотрения апелляций по процедуре и (или) результатам индивидуального отбора поступающих;
- сроки зачисления поступающих в Учреждение.

В Учреждении разработана система зачисления при проведении индивидуального отбора поступающих – сдал, не сдал. Поступающий является зачисленным, если сдано количество нормативов больше половины, например: из 4

нормативов сдал 3 норматива, поступающий является зачисленным. Из 10 нормативов поступающему необходимо для зачисления сдать 6 нормативов.

1.11. Количество поступающих на бюджетной основе для обучения по образовательным программам определяется учредителем Учреждения в соответствии с государственным (муниципальным) заданием на оказание государственных (муниципальных) услуг. Учреждение вправе осуществлять прием поступающих сверх установленного государственного (муниципального) задания на оказание государственных (муниципальных) услуг на обучение на платной основе. Сведения о порядке оказания платных образовательных услуг, в том числе информация о стоимости обучения по каждой образовательной программе, размещается Учреждением на своем информационном стенде и официальном сайте в информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" в целях ознакомления с ними поступающих и их законных представителей.

1.12. Приемная комиссия Учреждения обеспечивает функционирование специальных телефонных линий, а также раздела сайта учреждения в информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" для оперативных ответов на обращения, связанные с приемом поступающих.

2. Порядок приема

2.1. Организация приема и зачисления поступающих, а также их индивидуальный отбор, осуществляются приемной комиссией Учреждения. Учреждение самостоятельно устанавливает сроки приема документов в соответствующем году, но не позднее, чем за месяц до проведения индивидуального отбора поступающих. Приказ о назначении сроков размещается на информационном стенде и официальном сайте Учреждения.

2.2. При приеме граждан для освоения образовательных программ, требования к уровню их образования не предъявляются.

2.3. Поступающие, родители (законные представители) имеют право выбора отделения в ДЮСШ с учетом индивидуальных особенностей детей, состояния их здоровья, уровня их физического развития.

Порядок приема на обучение по дополнительным общеразвивающим программам:

2.3. При приеме на обучение по дополнительным общеразвивающим программам требований к уровню физической подготовленности поступающих не предъявляются.

2.4. Основанием для зачисления в учебные группы по дополнительным общеразвивающим программам являются:

- Заполнение личной карточки спортсмена (Приложение 1) которая состоит из:

1. Письменного заявления родителя (законного представителя) поступающего о приеме в ДЮСШ;

2. Письменного заявления о согласии родителя (законного представителя) на обработку персональных данных (Приложение 1);

- Медицинская справка о состоянии здоровья, содержащая сведения об отсутствии медицинских противопоказаний для занятий в ДЮСШ по избранному виду спорта.

- Фотографий Поступающего (в количестве 1 шт., формат 3*4 см).

2.5. Прием документов поступающих осуществляется с 1 августа по 15 сентября. При наличии вакантных мест прием документов осуществляется в течение учебного года.

Порядок приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам:

2.6. Прием детей на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам осуществляется на основании проведения порядка индивидуального отбора и зачисления детей для обучения по дополнительным предпрофессиональным программам в МБУ ДО «ДЮСШ им. Б.В. Непомнящего» ГМР.

2.7. Прием на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам проводится на основании индивидуального отбора лиц, имеющих необходимые для освоения соответствующей программы способности в области физической культуры и спорта.

2.8. Индивидуальный отбор проводится с целью выявления у поступающих физических, психологических и двигательных умений, необходимых для освоения соответствующей предпрофессиональной программы.

2.9. Прием в ДЮСШ для освоения предпрофессиональных программ осуществляется на основании следующих документов:

- Заполнение личной карточки спортсмена (Приложение 1) которая состоит из:

1. Письменного заявления Поступающих, а в случае, если они несовершеннолетние, то письменного заявления родителей или их законных представителей (Приложение 1).

В заявлении о приеме в Учреждение указываются следующие сведения:

1. Наименование образовательной программы, на которую планируется поступление (общеразвивающая, предпрофессиональная);

2. фамилия, имя и отчество поступающего;

3. дата рождения поступающего;

4. фамилия, имя и отчество законных представителей поступающего;

5. номера телефонов законных представителей поступающего;

6. адрес места регистрации и (или) фактического места жительства поступающего.

2. Письменного заявления о согласии родителя (законного представителя) на обработку персональных данных. (Приложение 1).

- Справки об отсутствии у Поступающего медицинских противопоказаний к освоению образовательной программы в области физической культуры и спорта.

- Фотографий Поступающего (в количестве 1 шт., формат 3*4 см).

2.10. На каждого Поступающего заводится личное дело, в котором хранятся все сданные документы и материалы результатов индивидуального отбора. Личные

дела поступающих хранятся в Учреждение не менее трех месяцев с начала объявления приема в Учреждение.

3. Организация проведения индивидуального отбора Поступающих

3.1. Индивидуальный отбор поступающих в Учреждение проводит приемная комиссия. Учреждение самостоятельно устанавливает сроки проведения индивидуального отбора поступающих в соответствующем году, утверждаемые распорядительным актом учреждения.

3.2. Индивидуальный отбор поступающих проводится в формах, предусмотренных Учреждением, с целью зачисления лиц, обладающих способностями в области физической культуры и спорта, необходимыми для освоения соответствующей образовательной программы с учетом федеральных стандартов спортивной подготовки:

- Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки, по виду спорта баскетбол (Приложение 2);

- Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки, по виду спорта горнолыжный спорт (Приложение 3);

- Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки, по виду спорта киокусинкай карате (Приложение 4);

- Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки, по виду спорта лыжные гонки (Приложение 5);

- Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки, по виду спорта спортивный туризм (Приложение 6);

3.3. Во время проведения индивидуального отбора Поступающих присутствие посторонних лиц допускается только с разрешения руководителя Учреждения.

3.4. Результаты индивидуального отбора объявляются не позднее, чем через три рабочих дня после его проведения. Объявление указанных результатов осуществляется путем размещения пофамильного списка-рейтинга с указанием выполненных нормативов, применяемых в Учреждении, полученных каждым поступающим по итогам индивидуального отбора. Данные результаты размещаются на информационном стенде и на официальном сайте Учреждения в информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" с учетом соблюдения законодательства Российской Федерации в области персональных данных.

3.5. Учреждением предусматривается проведение дополнительного отбора для лиц, не участвовавших в первоначальном индивидуальном отборе в установленные Учреждением сроки по уважительной причине, в пределах общего срока проведения индивидуального отбора поступающих.

4. Подача и рассмотрение апелляции. Повторное проведение отбора Поступающих

4.1. Законные представители поступающих вправе подать апелляцию по процедуре и (или) результатам проведения индивидуального отбора в апелляционную комиссию не позднее следующего рабочего дня после объявления результатов индивидуального отбора. Апелляция рассматривается не позднее одного рабочего дня со дня ее подачи на заседании апелляционной комиссии, на которое приглашаются законные представители поступающих, подавшие апелляцию. Для рассмотрения апелляции секретарь приемной комиссии направляет в апелляционную комиссию протоколы заседания приемной комиссии, результаты индивидуального отбора.

4.2. Апелляционная комиссия принимает решение о целесообразности или нецелесообразности повторного проведения индивидуального отбора в отношении поступающего, законные представители которого подали апелляцию. Решение принимается большинством голосов членов апелляционной комиссии, участвующих в заседании, при обязательном присутствии председателя комиссии. При равном числе голосов председатель апелляционной комиссии обладает правом решающего голоса. Решение апелляционной комиссии оформляется протоколом, подписывается председателем и доводится до сведения подавших апелляцию законных представителей поступающего под роспись в течение одного рабочего дня с момента принятия решения, после чего передается в приемную комиссию.

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

4.4. Подача апелляции по процедуре проведения повторного индивидуального отбора поступающих не допускается.

5. Порядок зачисления и дополнительный прием Поступающих в Учреждение

5.1. Зачисление Поступающих в Учреждение на обучение по образовательным программам оформляется приказом директора Учреждения на основании решения приемной комиссии или апелляционной комиссии в сроки, установленные Учреждением.

5.2. При наличии мест, оставшихся вакантными после зачисления по результатам индивидуального отбора поступающих, учреждение имеет право проводить дополнительный прием поступающих. Зачисление на вакантные места проводится по результатам дополнительного индивидуального отбора.

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

5.4. Дополнительный индивидуальный отбор Поступающих осуществляется в сроки, установленные Учреждением, в порядке, установленном разделом 3 настоящего Положения.

6. Порядок перевода обучающихся

6.1. Перевод обучающихся с одного года обучения на другой осуществляется при условии выполнения ими переводных нормативных требований по общей физической и специальной физической подготовке соответствующих программным требованиям, установленным Федеральными стандартами спортивной подготовки (Приложение 8-12).

6.2. Если на одном из этапов спортивной подготовки результаты не соответствуют программным требованиям, установленным Федеральными стандартами спортивной подготовки, перевод на следующий этап подготовки не допускается.

6.3. Обучающимся, проходившим обучение по дополнительным предпрофессиональным программам и не выполнившим предъявляемые программами требования, может предоставляться возможность продолжить спортивную подготовку на том же этапе спортивной подготовки. Такие лица могут решением тренерского совета продолжить обучение повторно.

6.4. Обучающимся, проходившим обучение по дополнительным предпрофессиональным программам и не выполнившим предъявляемые программами требования более одного раза, предоставляется возможность продолжить обучение по общеразвивающим программам, на основании решения педагогического совета.

6.5. Лица, проходившие обучение по дополнительным общеразвивающим и предпрофессиональным программам, имеют право на восстановление для обучения при наличии свободных бюджетных мест, с сохранением прежних условий обучения при условии выполнения программных требований соответствующих этапу обучения.

6.6. Перевод обучающихся в Учреждении по образовательным программам оформляется приказом директора Учреждения на основании решения приемной или апелляционной комиссии в сроки установленные в Учреждении.

7. Порядок отчисления

Отчисление обучающихся может производиться:

1. В связи с завершение обучения. Обучающийся полностью освоивший дополнительную общеразвивающую или предпрофессиональную программы, считается выпускником. Отчисляется из ДЮСШ приказом директора.

2. Досрочно по следующим основаниям:

- По добровольному желанию, по заявлению родителей (законных представителей), в том числе в связи с изменением места жительства; заболеваний ребенка, препятствующих дальнейшему обучению (при наличии медицинского заключения);

- За грубые и неоднократные нарушения Устава ДЮСШ, правил внутреннего трудового распорядка обучающихся;
- В случае пропусков занятий без уважительной причины в течение 2-х месяцев;

Отчисление обучающегося из ДЮСШ рассматривается на заседании педагогического совета и оформляется приказом директора.

Директору МБУ ДО «ДЮСШ
им. Б.В. Непомнящего» ГМР
А.Е. Тропину

от _____
(фамилия)

_____ (имя)

_____ (отчество)

проживающего(ей) по адресу: _____

Телефон (домашний, сотовый): _____

Заявление

Прошу принять в муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа им. Б.В. Непомнящего» Гурьевского муниципального района (МБУ ДО «ДЮСШ им. Б.В. Непомнящего» ГМР) на спортивное отделение

на общеразвивающую / предпрофессиональную программу

(подчеркнуть нужное)

мою дочь (моего сына) _____

(Фамилия Имя Отчество ребенка)

_____, _____ года рождения.

С уставными документами МБУ ДО «ДЮСШ им. Б.В. Непомнящего» ГМР ознакомлен(а)

Подпись родителя(законного представителя) _____

«__» _____ 20__ г.

СОГЛАСИЕ ЗАКОННОГО ПРЕДСТАВИТЕЛЯ НА ОБРАБОТКУ ПЕРСОНАЛЬНЫХ ДАННЫХ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНЕГО РЕБЕНКА

Я,

(ф.и.о. родителя/законного представителя)

являюсь законным представителем несовершеннолетнего ребенка

(ф.и.о. ребенка)

на основании ст. 64 п. 1 Семейного кодекса РФ.

Настоящим даю свое согласие МБУ ДО «ДЮСШ им. Б.В. Непомнящего» ГМР на обработку

персональных данных моего несовершеннолетнего ребенка

(фамилия, инициалы ребенка)

относящихся **исключительно** к перечисленным ниже категориям персональных данных:

данные свидетельства о рождении/паспорта;

данные медицинской карты;

адрес проживания/прописки ребенка;

ИНН, СНИЛС ребенка;

результаты выполнения нормативов (присвоенные разряды);

результаты участия в соревнованиях;

фотографии ребенка;

данные полисов ОМС, ДМС, полиса страхования от несчастного случая.

Я даю согласие на использование персональных данных моего ребенка **исключительно** в следующих целях:

обеспечение организации учебного процесса для ребенка;

ведение статистики в Школе;

подача информации в СМИ;

размещение информации на официальном сайте Школы и информационном портале «Лыжный спорт в Кузбассе».

ЛИЧНАЯ КАРТОЧКА СПОРТСМЕНА

Настоящее согласие предоставляется на осуществление сотрудниками МБУ ДО «ДЮСШ им. Б.В. Непомнящего» ГМР следующих действий в отношении персональных данных ребенка: сбор, систематизация, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение), использование (только в указанных выше целях), обезличивание, блокирование (не включает возможность ограничения моего доступа к персональным данным ребенка), уничтожение. **Я даю согласие** на передачу персональных данных ребенка третьим лицам - учреждениям, в том числе внешним организациям, государственным органам и органам местного самоуправления. **Я даю согласие** на обработку персональных данных ребенка **автоматизированным способом**.

Данное Согласие действует до достижения целей обработки персональных данных в МБУ ДО «ДЮСШ им. Б.В. Непомнящего» ГМР или до отзыва данного Согласия. Данное Согласие может быть отозвано в любой момент по моему письменному заявлению.

Я подтверждаю, что, давая настоящее согласие, я действую по своей воле и в интересах ребенка, законным представителем которого являюсь.

Дата: __.__.____ г.

Подпись: _____ (_____)

1. Фамилия _____
2. Имя _____
3. Отчество _____
4. Дата рождения _____
5. Домашний адрес, телефон _____
6. Место учебы (школа, класс) _____

Фото
3 x 4 см

7. ФИО, место работы и должность родителей (законных представителей), телефон

Мать _____

Отец _____

8. Страховой полис ОМС: серия _____

№ _____, компания, выдавшая полис _____

9. Зачислен в МБУ ДО «ДЮСШ им. Б.В. Непомнящего» ГМР:

Приказ от «__»__ 20__ г. № _____

на отделение _____

10. Дата и причина отчисления из школы:

**Протокол, нормативы
общей физической подготовки для зачисления в группу начального этапа подготовки,
отделение баскетбол**

Тренер-преподаватель _____

п/п	Фамилия Имя	Бег на 20 метров (ю: не более 4,5 с д: не более 4,7 с)	Скоростное ведение мяча 20м (ю: не более 11,0 с д: не более 11,4 с)	Прыжок в длину с места (ю: не менее 130см д: не менее 115 см)	Прыжок вверх с места со взмахом руками (ю: не менее 24 см д: не менее 20 см)	Зачислен/ не зачислен
1						
...						

**Протокол, нормативы
общей физической подготовки для зачисления в группу начального этапа подготовки лыжников-гонщиков**

Тренер-преподаватель _____

№ п/п	Фамилия Имя	Бег 30 метров (ю: не более 5,8с д: не более 6,0 с)	Бег 60 метров (ю: не более 10.7 с)	Прыжок в длину с места (ю: не менее 160 см д: не менее 155см)	Метание теннисного мяча с места (ю: не менее 18 м д: не менее 14м)	Зачислен/ не зачислен
1						
..						

**Протокол, нормативы
общей физической подготовки для зачисления в группу начальной подготовки
спортивный туризм**

Тренер-преподаватель _____

№ п/п	Фамилия Имя	Бег на 30 метров с ходу (ю: не более 5,8 с д: не более 6,0 с)	Прыжок в длину с места (ю: не менее 150см д: не менее 140см)	Прыжок в высоту с места (ю: не менее 25см д: не менее 20 см)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (ю: не менее 12 раз д: не менее 8 раз)	Подъем туловища, лежа на спине (ю: не менее 10 раз д: не менее 7 раз)	Зачислен/ не зачислен
1							
..							

Протокол, нормативы

общей физической подготовки для перевода в группу тренировочного этапа, киокусинкай (ката)

Тренер-преподаватель _____

№ п/п	Фамилия Имя	Бег на 30 метров (ю: не более 6с д: не более 6,4с)	Челночный бег 3*10 м (ю: не более 13с д: не более 13,2с)	Непрерывный бег в свободном темпе (ю: не менее 10 мин д: не менее 9 мин)	Подтягивание на перекладине (ю: не менее 5 раз д: не менее 1 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (ю: не менее 12 раз д: не менее 7 раз)	Подъем туловища из положения лежа за 30с (ю: не менее 12 раз д: не менее 10 раз)	Прыжок в длину с места (ю: не менее 140 см д: не менее 130 см)	Переведен/ не переведен
1									
...									

Обязательная техническая программа

Протокол, нормативы

общей физической подготовки для перевода в группу тренировочного этапа, киокусинкай (категория)

Тренер-преподаватель _____

№ п/п	Фамилия Имя	Бег на 30 метров (ю: не более 5с д: не более 5,6с)	Челночный бег 3*10 м (ю: не более 10с д: не более 12с)	Непрерывный бег в свободном темпе (ю: не менее 12 мин д: не менее 10 мин)	Подтягивание на перекладине (ю: не менее 8 раз д: не менее 4 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (ю: не менее 15 раз д: не менее 10 раз)	Подъем туловища из положения лежа за 30с (ю: не менее 15 раз д: не менее 15 раз)	Прыжок в длину с места (ю: не менее 160 см д: не менее 145 см)	Зачислен/ не зачислен
1									
...									

Обязательная техническая программа

**Протокол, нормативы
общей физической подготовки для перевода в группу тренировочного этапа лыжников-гонщиков**

Тренер-преподаватель _____

№ п/п	Фамилия Имя	Бег 100 метров (ю: не более 15,3с)	Бег 60 метров (д: не более 10,8 с)	Прыжок в длину с места (ю: не менее 190 см д: не менее 167 см)	Бег 1000 метров (ю: не более 3мин 45сек)	Бег 800 метров (д: не более 3мин 35 сек)	Переведен/не переведен
1							
..							

