

ПРИНЯТО  
С учетом мнения Совета родителей  
структурного подразделения  
ДО «СШ ГС и С»  
Протокол № 1  
от «23» января 2023 г.

ПРИНЯТО  
С учетом мнения Совета обучающихся  
структурного подразделения  
ДО «СШ ГС и С»  
Протокол № 1  
от «23» января 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор АУ УР «СК «Чекерил»  
М.Н. Гатаулин

«23» января 2023 г.

Приказ АУ УР «СК «Чекерил» от 23.01.2023 № 11/10



Порядок приема на обучение  
по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки  
структурного подразделения дополнительного образования  
АУ УР «Спортивный комплекс «Чекерил»  
«Спортивная школа по горнолыжному спорту и сноуборду»

г. Ижевск, 2023 год

## 1. Общие положения

1.1. Настоящий порядок приема на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки по видам спорта «горнолыжный спорт», «сноуборд» (далее – Порядок) структурного подразделения дополнительного образования АУ УР «Спортивный комплекс «Чекерил» «Спортивная школа по горнолыжному спорту и сноуборду» (далее – учреждение) разработан в соответствии с Уставом АУ УР СК «Чекерил», Федеральным законом от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27.01.2023 г. №57 «Об утверждении порядка приема на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки».

1.2. Настоящий Порядок Учреждения регламентирует приём граждан Российской Федерации, иностранных граждан, а также лиц без гражданства в учреждение для обучения по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки по видам спорта «горнолыжный спорт», «сноуборд» (далее – поступающие).

1.3. При приёме граждан на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки по видам спорта «горнолыжный спорт», «сноуборд» требования к уровню их образования не предъявляются.

1.4. Индивидуальный отбор проводится в целях выявления лиц, имеющих необходимые для освоения дополнительных образовательных программ спортивной подготовки способности в области физической культуры и спорта.

Для проведения индивидуального отбора учреждение проводит тестирование, а также, при необходимости, предварительные просмотры, анкетирование и консультации в порядке, установленном её локальными нормативными актами.

1.5. Для зачисления на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки по видам спорта «горнолыжный спорт», «сноуборд» лицо, желающее пройти обучение, должно достичь установленного возраста в календарный год зачисления на соответствующий этап спортивной подготовки. Минимальный возраст для приема на дополнительную образовательную программу спортивной подготовки по видам спорта «горнолыжный спорт», «сноуборд» с 8 лет.

1.6. В целях организации приема и проведения индивидуального отбора поступающих в учреждение создается приемная (не менее 5 человек) и апелляционная (не менее 3 человек) комиссии.

Состав комиссий утверждается учреждением. В состав комиссий входят председатель комиссии, заместитель председателя комиссии, секретарь комиссии (при необходимости) и иные члены комиссии.

Председателем приемной комиссии является директор учреждения, или лицо, им уполномоченное.

Состав приемной комиссии (не менее 5 человек) формируется из числа работников учреждения, участвующих в реализации дополнительных образовательных программ спортивной подготовки.

Председателем апелляционной комиссии является директор учреждения.

Состав апелляционной комиссии (не менее трех человек) формируется из числа работников учреждения, участвующих в реализации дополнительных образовательных программ спортивной подготовки по видам спорта «горнолыжный спорт», «сноуборд» и не входящих в состав приемной комиссии.

Регламенты работы комиссий определяются локальным нормативным актом учреждения.

## II. Организация приема поступающих

2.1. При организации приема поступающих директор учреждения обеспечивает соблюдение их прав, прав их родителей (законных представителей), установленных законодательством Российской Федерации, гласность и открытость работы приемной и апелляционной комиссий, объективность оценки способностей поступающих.

2.2. Не позднее чем месяц до начала приема документов учреждение на своем информационном стенде и официальном сайте учреждения в информационно – телекоммуникационной сети «Интернет» (chekerilschool18.ru далее – сайт учреждения) в целях ознакомления с ними поступающих и их родителей (законных представителей) размещает следующую информацию и документы:

- а) копию устава учреждения;
- б) копию лицензии на осуществление образовательной деятельности (с приложениями);
- в) документы, регламентирующие организацию и осуществление образовательной деятельности, права и обязанности обучающихся;
- г) условия работы приемной и апелляционной комиссии учреждения;
- д) количество бюджетных мест в соответствующем году по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки, а также количество вакантных мест для приема поступающих (при наличии);
- е) сроки приема документов для обучения по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки в соответствующем году;
- ж) сроки и место проведения индивидуального отбора поступающих в соответствующем году;
- з) формы индивидуального отбора поступающих по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки;
- и) нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки;
- к) систему оценок (отметок, баллов, показателей в единицах измерениях), применяемую при проведении индивидуального отбора поступающих;
- л) условия и особенности проведения индивидуального отбора для поступающих с ограниченными возможностями здоровья;
- м) правила подачи и рассмотрения апелляций по процедуре и (или) результатам индивидуального отбора поступающих;
- н) сроки зачисления поступающих в учреждение;
- о) образец заявления о приеме на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки (далее - заявление) Приложение № 2;
- п) порядок оказания платных образовательных услуг, в том числе информацию о стоимости обучения по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки.

2.3. Количество поступающих на бюджетной основе для обучения по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки по видам спорта «горнолыжный спорт», «сноуборд» определяется учредителем Учреждения в соответствии с государственным заданием на оказание государственных услуг за счет бюджетных ассигнований соответствующего бюджета бюджетной системы Российской Федерации.

Учреждение вправе осуществлять прием поступающих сверх установленного государственного задания на оказание государственных услуг на обучение на платной основе по договорам об образовании по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки.

2.4. Приемная комиссия Учреждения обеспечивает функционирование специальной телефонной линии, а также раздела сайта учреждения для оперативных ответов на обращения, связанные с приемом поступающих.

2.5. 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.

2.6. Прием в учреждение на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки по видам спорта «горнолыжный спорт», «сноуборд» осуществляется по письменному заявлению поступающих, достигших возраста 14 лет, или родителей (законных представителей) несовершеннолетних поступающих.

Заявления могут быть поданы одновременно в несколько Учреждений.

2.7. В заявлении указываются следующие сведения:

а) наименование дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта;

б) фамилия, имя и отчество (при наличии) поступающего; в) дата и место рождения поступающего;

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

д) номера телефонов поступающего или родителей (законных представителей) несовершеннолетнего поступающего (при наличии);

е) адрес места жительства, места пребывания или места фактического проживания;

ж) согласие поступающего или его родителей (законных представителей) на обработку персональных данных.

2.8. В заявлении фиксируется факт ознакомления поступающего или родителей (законных представителей) несовершеннолетнего поступающего с уставом Учреждения, со сведениями о дате предоставления и регистрационном номере лицензии на осуществление образовательной деятельности, с образовательной программой и другими документами, регламентирующими организацию и осуществление образовательной деятельности, права и обязанности обучающихся, а также согласие на проведение процедуры индивидуального отбора поступающего.

2.9. При подаче заявления представляются следующие документы:

а) копия документа, удостоверяющего личность поступающего, или копия свидетельства о рождении;

б) копия документа, удостоверяющего личность родителя (законного представителя) несовершеннолетнего поступающего, и (или) документа, подтверждающего родство, установление опеки или попечительства;

в) медицинское заключение о допуске к прохождению спортивной подготовки; г) фотографию поступающего (3\*4 в количестве 2 шт).

д) копию страхового номера индивидуального лицевого счёта (СНИЛС);

е) справка с места обучения.

2.11. Заявление и документы, указанные в пунктах 2.6 и 2.9. Порядка, подаются одним из следующих способов:

а) лично в учреждение;

б) через операторов почтовой связи общего пользования заказным письмом с уведомлением о вручении;

в) в электронной форме (документ на бумажном носителе, преобразованный в электронную форму путем сканирования или фотографирования с обеспечением машиночитаемого распознавания его реквизитов) посредством электронной почты Учреждения или электронной информационной системы Учреждения, в том числе с использованием функционала сайта учреждения, или иным способом с использованием информационно-телекоммуникационной сети "Интернет".

2.12. Учреждение осуществляет проверку достоверности сведений, указанных в заявлении, и соответствия действительности поданных электронных образов документов. При проведении указанной проверки Учреждение вправе обращаться к соответствующим государственным информационным системам, в государственные органы и организации.

2.13. Учреждение осуществляет обработку полученных в связи с приемом на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки персональных данных поступающих в соответствии с требованиями законодательства Российской Федерации в области персональных данных.

2.14. На каждого поступающего заводится личное дело, в котором хранятся все сданные документы и материалы результатов индивидуального отбора.

Личные дела поступающих хранятся в Учреждении не менее трех месяцев с начала объявления приема в Организацию.

Индивидуальный отбор поступающих в Учреждение проводит приемная комиссия.

Учреждение самостоятельно устанавливает сроки проведения индивидуального отбора поступающих в соответствующем году.

2.15 Индивидуальный отбор поступающих проводится в форме тестирования, с целью зачисления лиц, обладающих физическими, психологическими способностями и (или) двигательными умениями, необходимыми для освоения соответствующей дополнительным образовательным программам спортивной подготовки по видам спорта «горнолыжный спорт», «сноуборд».

2.15.1 Прием в учреждение на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки по видам спорта «горнолыжный спорт», «сноуборд» осуществляется на основании решения приемной или апелляционной комиссии, которое заключается в успешных результатах индивидуальных испытаний, которые заключаются в оценке общей физической и специальной физической подготовки поступающих в соответствии с нормативами, определенными федеральным стандартом спортивной подготовки по видам спорта «горнолыжный спорт», «сноуборд» и дополнительным образовательным программам спортивной подготовки по видам спорта «горнолыжный спорт», «сноуборд», утвержденные в учреждении:

Нормативы по общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этап начальной подготовки по виду спорта «горнолыжный спорт» представлены в таблице № 1, по виду спорта «сноуборд» представлены в таблице №1.1

Нормативы по общей физической и специальной физической подготовки для

зачисления в группы на тренировочной этап (этапе спортивной специализации) по виду спорта «горнолыжный спорт» представлены в таблице № 2, по виду спорта «сноуборд» представлены в таблице № 2.1.

Нормативы по общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «горнолыжный спорт» представлены в таблице № 3, по виду спорта «сноуборд» представлены в таблице № 3.1.

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этап высшего спортивного мастерства по виду спорта «горнолыжный спорт» представлены в таблице № 4, по виду спорта «сноуборд» представлены в таблице № 4.1

**НОРМАТИВЫ  
ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ  
ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ И ПЕРЕВОДА НА ЭТАП НАЧАЛЬНОЙ  
ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА "ГОРНОЛЫЖНЫЙ СПОРТ"**

Таблица № 1

N п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальчики	девочки	мальчики	Девочки
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>						
1.1.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			6,9	7,1	6,7	6,8
1.2.	Челночный бег 3 x 10 м	с	не более		не более	
			10,3	10,6	10,0	10,4
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			7	4	10	6
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		не менее	
			+1	+3	+3	+5
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее	
			110	105	120	115
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>						
2.1.	Бег на 800 м	мин, с	не более		не более	
			6.50	7.0	6.0	6.50
2.2.	Прыжок в высоту с места	см	не менее		не менее	
			20	15	25	20

**НОРМАТИВЫ  
ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ  
ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ И ПЕРЕВОДА НА ЭТАП НАЧАЛЬНОЙ  
ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА "СНОУБОРД"**

Таблица № 1.1

N п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>						
1.1.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		не менее	
			+1	+3	+4	+5
1.2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее	
			110	105	130	120
1.3.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			6,9	7,1	6,2	6,4
1.4.	Челночный бег 3 x 10 м	с	не более		не более	
			10,3	10,6	9,6	9,9
1.5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин	количество раз	21	18	27	24
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>						
2.1.	Бег на 800 м	мин, с	не более		не более	
			6.50	7.00	6.30	6.40
2.2.	Прыжок в высоту с места	см	не менее		не менее	
			20	15	25	20

**НОРМАТИВЫ  
ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ  
ПОДГОТОВКИ И УРОВЕНЬ СПОРТИВНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ (СПОРТИВНЫЕ  
РАЗРЯДЫ) ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ И ПЕРЕВОДА НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ  
ЭТАП (ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА  
"ГОРНОЛЫЖНЫЙ СПОРТ"**

Таблица № 2

N п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>				
1.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			11,2	11,8
1.2.	Челночный бег 3 x 10 м	с	не более	
			9,3	9,6
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+5	+7
1.4.	Прыжок в длину с места с толчком двумя ногами	см	не менее	
			160	150
1.5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин	количество раз	не менее	
			-	27
1.6.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			14	-
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>				
2.1.	Бег на 800 м	мин, с	не более	
			4.50	5.00
2.2.	Тройной прыжок в длину с места	м	не менее	
			4,5	5
2.3.	Прыжок в высоту с места	см	не менее	
			35	30
<b>3. Уровень спортивной квалификации</b>				
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	спортивные разряды - "третий юношеский спортивный разряд", "второй юношеский спортивный разряд", "первый юношеский спортивный разряд"		
3.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)	спортивные разряды - "третий спортивный разряд", "второй спортивный разряд", "первый спортивный разряд"		

**НОРМАТИВЫ  
ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ  
ПОДГОТОВКИ И УРОВЕНЬ СПОРТИВНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ (СПОРТИВНЫЕ  
РАЗРЯДЫ) ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ И ПЕРЕВОДА НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ  
ЭТАП (ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА  
"СНОУБОРД"**

Таблица № 2.1

N п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			Юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			6,0	6,2
1.2.	Челночный бег 3 x 10 м	с	не более	
			9,3	9,5
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+4	+5
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			140	130
1.5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин	количество раз	не менее	
			32	27
1.6.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			3	-
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Бег 6 мин	м	не менее	
			1100	900
2.2.	Тройной прыжок в длину с места	м	не менее	
			4,5	4
2.3.	Прыжок в высоту с места	см	не менее	
			35	30
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	спортивные разряды "третий юношеский спортивный разряд", "второй юношеский спортивный разряд", "первый юношеский спортивный разряд"		
3.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)	спортивные разряды "третий спортивный разряд", "второй спортивный разряд", "первый спортивный разряд"		

**НОРМАТИВЫ  
ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ  
ПОДГОТОВКИ И УРОВЕНЬ СПОРТИВНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ (СПОРТИВНЫЕ  
РАЗРЯДЫ) ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ И ПЕРЕВОДА НА ЭТАП СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ  
СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА "ГОРНОЛЫЖНЫЙ СПОРТ"**

Таблица № 3

N п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	Девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 100 м	с	не более	
			14	15,5
1.2.	Челночный бег 3 x 10 м	с	не более	
			8	8,5
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+7	+10
1.4.	Прыжок в длину с места с толчком двумя ногами	см	не менее	
			225	210
1.5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			30	27
1.6.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			10	20
1.7.	Бег 6 мин	м	не менее	
			1400	1250
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Тройной прыжок в длину с места	м	не менее	
			7	6,5
2.2.	Прыжок в высоту с места	см	не менее	
			45	38
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Спортивный разряд "кандидат в мастера спорта"			

**НОРМАТИВЫ  
ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ  
ПОДГОТОВКИ И УРОВЕНЬ СПОРТИВНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ (СПОРТИВНЫЕ  
РАЗРЯДЫ) ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ И ПЕРЕВОДА НА ЭТАП СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ  
СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА "СНОУБОРД"**

Таблица № 3.1

N п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>				
1.1.	Бег на 100 м	с	не более	
			14,0	14,5
1.2.	Челночный бег 3 x 10 м	с	не более	
			8,0	8,5
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+7	+10
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			225	200
1.5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин	раз	не менее	
			30	27
1.6.	Подтягивание из виса на перекладине	раз	не менее	
			10	-
1.7.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	раз	не менее	
			-	20
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>				
2.1.	Бег 6 мин	м	не менее	
			1400	1250
2.2.	Тройной прыжок в длину с места	м	не менее	
			7,0	6,5
2.3.	Прыжок в высоту с места	см	не менее	
			45	38
<b>3. Уровень спортивной квалификации</b>				
3.1.	Спортивный разряд "кандидат в мастера спорта"			

**НОРМАТИВЫ  
ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ  
И УРОВЕНЬ СПОРТИВНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ (СПОРТИВНЫЕ ЗВАНИЯ)  
ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ И ПЕРЕВОДА НА ЭТАП ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО  
МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА "ГОРНОЛЫЖНЫЙ СПОРТ"**

Таблица № 4

N п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>				
1.1.	Бег на 100 м	с	не более	
			13,5	14,5
1.2.	Челночный бег 3 x 10 м	с	не более	
			7,5	8,5
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+8	+10
1.4.	Прыжок в длину с места с толчком двумя ногами	см	не менее	
			235	215
1.5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			45	40
1.6.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			15	30
1.7.	Бег 6 мин	м	не менее	
			1600	1400
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>				
2.1.	Тройной прыжок в длину с места	м	не менее	
			7,5	7
2.2.	Прыжок в высоту с места	см	не менее	
			55	45
<b>3. Уровень спортивной квалификации</b>				
3.1.	Спортивное звание "мастер спорта России"			

**НОРМАТИВЫ  
ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ  
И УРОВЕНЬ СПОРТИВНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ (СПОРТИВНЫЕ ЗВАНИЯ)  
ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ И ПЕРЕВОДА НА ЭТАП ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО  
МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА "СНОУБОРД"**

Таблица № 4.1

N п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>				
1.1.	Бег на 100 м	с	не более	
			14,0	14,5
1.2.	Челночный бег 3 x 10 м	с	не более	
			8,0	8,5
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+7	+10
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			225	200
1.5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин	раз	не менее	
			30	27
1.6.	Подтягивание из виса на перекладине	раз	не менее	
			10	-
1.7.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	раз	не менее	
			-	20
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>				
2.1.	Бег 6 мин	м	не менее	
			1400	1250
2.2.	Тройной прыжок в длину с места	м	не менее	
			7,0	6,5
2.3.	Прыжок в высоту с места	см	не менее	
			45	38
<b>3. Уровень спортивной квалификации</b>				
3.1.	Спортивный разряд "кандидат в мастера спорта"			

Во время проведения индивидуального отбора присутствие сопровождающих лиц поступающих допускается только с письменного разрешения директора учреждения.

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

Объявление указанных результатов осуществляется путем размещения пофамильного списка-рейтинга показателей в единицах измерения, полученных каждым поступающим по итогам индивидуального отбора.

Данные результаты размещаются на информационном стенде и на сайте Учреждения с учетом соблюдения законодательства Российской Федерации в области персональных данных.

Учреждением предусматривается проведение дополнительного отбора для лиц, не участвовавших в первоначальном индивидуальном отборе в установленные Учреждением сроки по уважительной причине (болезнь или иные обстоятельства, подтвержденные документально), в пределах общего срока проведения индивидуального отбора поступающих.

### **III. Подача и рассмотрение апелляции**

Поступающие, а также родители (законные представители) несовершеннолетних 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 поступающие или родители (законные представители) несовершеннолетних поступающих, подавшие апелляцию.

Для рассмотрения апелляции секретарь приемной комиссии направляет в апелляционную комиссию протокол заседания приемной комиссии, результаты индивидуального отбора.

Апелляционная комиссия принимает решение о целесообразности или нецелесообразности повторного проведения индивидуального отбора для поступающего, в отношении которого была подана апелляция.

Решение принимается большинством голосов членов апелляционной комиссии, участвующих в заседании, при обязательном присутствии председателя апелляционной комиссии. При равном числе голосов председатель апелляционной комиссии обладает правом решающего голоса.

Индивидуальный отбор поступающего проводится повторно в случае невозможности определения достоверности результатов индивидуального отбора поступающего без его повторного проведения, а также в случае выявления технических неисправностей оборудования или спортивного инвентаря, использовавшегося при проведении индивидуального отбора поступающего.

Решение апелляционной комиссии оформляется протоколом, подписывается председателем апелляционной комиссии и доводится до сведения поступающего или родителей (законных представителей) несовершеннолетнего поступающего, подавших апелляцию, под подпись в течение одного рабочего дня со дня принятия решения, после чего передается в приемную комиссию.

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.

Подача апелляции по процедуре и (или) результатам проведения повторного индивидуального отбора поступающих не допускается.

Зачисление поступающих в учреждение на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки оформляется приказом директора учреждения на основании решения приемной комиссии или апелляционной комиссии в срок не позднее 7 рабочих дней.

При наличии мест, оставшихся вакантными после зачисления по результатам индивидуального отбора поступающих, учреждение вправе проводить дополнительный прием

поступающих в установленные ею сроки.

\*При невозможности сдачи некоторых тестов в осенне – зимний период ( бег, индивидуальная гонка на время и других СФП) допускается зачисление поступающих при предъявлении справки о сдаче тестов в летний период или наличия протокола соревнований с данными тестов.

### **Инструкция по выполнению тестов по индивидуальному отбору поступающих Бег 30 м, 60 м, 100 м с ходу.**

**Выполнение:** испытуемый в высокой стойке становится в начале коридора разгона (5-10 метров). По команде начинает движение, набирая скорость. На максимальной скорости пересекает линию старта, пробегает заданную дистанцию и финиширует. Результат определяется временем преодоления дистанции.

Бег на 60 м - Бег выполняется с высокого старта. Секундомер запускается посвистку судьи.

### **Бег 800 метров, 1000 метров, 3000 метров**

**Выполнение:** по команде «На старт!» испытуемый становится к линии старта, ставит толчковую ногу носком к линии, не переступая ее, другую отставляет назад, упираясь носком в грунт. Плечо и рука, разноименные выставленной вперед ноге, выносятся вперед, другая рука отведена назад. По команде «Внимание!» испытуемый сгибает обе ноги таким образом, чтобы вес тела распределялся в направлении впереди стоящей ноги. Руки сгибаются в локтевых суставах и одну, разноименную ноге, выставляют вперед. По команде «Марш!» бегун отталкивается от грунта впереди стоящей ногой маховая нога (сзади стоящая) активно выносятся вперед от бедра, руки работают перекрестно, бежит вперед, пробегает всю дистанцию и пересекает линию финиша. Результат определяется временем преодоления дистанции.

### **Прыжок в длину с места**

**Выполнение:** спортсмен встаёт на стартовую линию, не наступая на неё, поставив ноги на ширину 15-20 см, несколько раз сгибая ноги, делает махи руками вперёд-назад, затем, выполняя мах руками вперёд-вверх, совершает прыжок вперёд как можно дальше, приземляясь на обе ноги. Результат определяется расстоянием от стартовой линии до ближайшей точки касания любой частью тела участника. Фиксируется лучший результат из трёх попыток.

### **Прыжок в высоту с места**

**Выполнение:** На пол кладется резиновый коврик размером 50х50 см, закрепляется зажим (протягивающее устройство) с сантиметровой лентой и фиксируется начальная цифра на ленте. Верхний конец сантиметровой ленты прикрепляется к поясу испытуемого. По команде испытуемый из исходного положения основная стойка выполняет максимальный подскок вверх со взмахом рук с обязательным приземлением в обозначенном квадрате. Лента при выполнении прыжка, естественно, протягивается, и разница между начальной цифрой на ленте и цифрой на ленте после прыжка и будет высотой выпрыгивания. Спортсмену дается две попытки, лучшая из которых фиксируется. Нельзя во время прыжка прогибаться в поясничном отделе позвоночника. Определяется высота выпрыгивания вверх в сантиметрах

### **Тройной прыжок в длину с места**

**Выполнение:** спортсмен подходит к линии отталкивания, стопы ставятся на ширину плеч или чуть уже ширины плеч. Отталкивание с двух ног выполняется, как и в прыжке, в длину с места. После отталкивания прыгун выносит одну ногу вперед, сгибая ее в коленном суставе, голень направлена вниз или чуть вперед, другая нога задерживается сзади, чуть согнутая в коленном суставе (полет в шаге). Далее прыгун, «загребающей»

постановкой ставит впереди находящуюся ногу на грунт, одновременно расположенная сзади нога активным маховым движением выводится вперед, помогая выполнить отталкивание одной ногой. После второго отталкивания выполняется полет в шаге, но уже с другой ноги. Так же совершается и третье отталкивание, за счет «загребающего» движения ноги. В третьем полете прыгун к маховой ноге присоединяет толчковую ногу, сгибая в коленном суставе, и, приближая колени к груди, выполняет приземление на две ноги

### **Сгибание и разгибание рук в упоре лежа**

**Выполнение:** Исходное положение – упор лежа, голова-туловище-ноги составляют прямую линию. Сгибание рук выполняется до касания грудью

мягкого кубика, не нарушая прямой линии тела, а разгибание до полного выпрямления рук, при сохранении прямой линии голова-туловище-ноги. Дается одна попытка. Фиксируется количество отжиманий от пола при условии правильного выполнения за 30 секунд.

### **Подтягивание на перекладине**

**Выполнение:** высота перекладины должна быть такой, чтобы спортсмен не касался ногами пола (или земли). Подтягивания выполняются прямым хватом на ширине плеч за счет силы мышц, без инерции и раскачивания тела. Подбородок поднимаем выше перекладины. Необходимо сделать максимальное количество раз за 30 сек.

### **Подъем туловища лёжа на спине (пресс)**

**Выполнение:** исходное положение – лёжа, ноги зафиксированы, руки за головой. Спортсмен поднимается до положения сидя (вертикально), касается локтями коленей и возвращается в исходное положение. Учитывается количество правильных повторений.

### **Челночный бег 3x10 м**

**Выполнение:** В зале или на беговой дорожке отмечается отрезок 10 м. В начале и конце отрезка чертят линии старта и финиша. На линии старта лежат два кубика. По команде «На старт!» спортсмен подходит к линии старта и ставит вперёд толчковую ногу. По команде «Внимание!» наклоняется вперёд и берёт один кубик. По команде «Марш!» бежит с кубиком до конца отрезка и кладёт его за линию финиша, затем возвращается за вторым кубиком и также бежит и кладет его за линию финиша. Секундомер включают по команде «Марш!» и выключают в тот момент, когда второй кубик коснётся пола. Бросать кубик и класть его перед линией финиша запрещается.

### **Наклон вперед из положения стоя на возвышении**

**Выполнение:** из исходного положения стоя на гимнастической скамье (тумбе), ноги выпрямлены в коленях, ступни ног расположены параллельно на ширине 10-15 см. По команде спортсмен выполняет два предварительных наклона, скользя пальцами двух рук по линейке измерения. При третьем наклоне участник максимально сгибается и фиксирует результат в течение двух секунд. Величина гибкости измеряется в сантиметрах. Результат выше уровня гимнастической скамьи определяется знаком «-», ниже – знаком «+».

### **Наклон вперед из положения сидя**

**Выполнение:** На полу обозначают разметку: центральную линию плечевой оси и перпендикулярную к ней линию, на которую наносят сантиметровые деления по обе стороны от центральной линии. Сидя на полу, ступнями ног (пятками) следует касаться центральной линии, ноги выпрямлены в коленях. Ступни вертикальны, расстояние между ними составляет 20-30 см. Выполняется три пружинящих наклона, результат фиксируется на перпендикулярной мерной линии по кончикам пальцев, с удержанием согнутого положения в течение 3-х секунд. Касание пальцами разметки до центральной линии (на

которой размещены пятки) записывается в протокол со знаком «-» (недостаточная гибкость касания); касание на центральной линии – «0»; результат за центральной линией записывается знаком «+» (повышенная гибкость касания). Тест позволяет оценить гибкость, подвижность суставов позвоночника и тазобедренного сустава.

## Приложение № 2

к Порядку приема на обучение по  
дополнительным образовательным  
программам спортивной подготовки в  
структурном подразделении  
ДО «СШ ГС и С»

### Форма заявления о приеме

Директору АУ УР СК "Чекерил"

от \_\_\_\_\_

(Ф.И.О. родителя, законного представителя несовершеннолетнего  
поступающего)

проживающего (-ей) по адресу :

контактный телефон \_\_\_\_\_

### ЗАЯВЛЕНИЕ

Прошу зачислить моего сына (дочь) \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ (ФИО (при наличии) полностью)  
в структурное подразделение ДО "СШ ГС и С" на дополнительную образовательную программу спортивной  
подготовки по виду спорта \_\_\_\_\_  
(«горнолыжный спорт», «сноуборд»)

дата рождения поступающего \_\_\_\_\_

место рождения поступающего \_\_\_\_\_

фамилия, имя и отчество (при наличии) законных представителей поступающего \_\_\_\_\_

номер телефона поступающего или законных представителей поступающих \_\_\_\_\_

адрес места жительства, места пребывания или места фактического проживания поступающего \_\_\_\_\_

учени (к/ца) \_\_\_\_\_ класса, школы № \_\_\_\_\_

СНИЛС \_\_\_\_\_ /ИНН \_\_\_\_\_

Спортивный разряд (звание) (при наличии) \_\_\_\_\_

(когда присвоен, № приказа)

С нормативно – правовыми документами учреждения (Устав АУ УР СК «Чекерил» со сведениями о дате предоставления и регистрационном номере лицензии на осуществление образовательной деятельности, дополнительными образовательными программами спортивной подготовки по видам спорта «горнолыжный спорт», «сноуборд», антидопинговыми правилами и другими локальными нормативными актами учреждения, регламентирующими организацию и осуществление образовательной деятельности, права и обязанности обучающихся ) ознакомлен(а)

Дата \_\_\_\_\_ Подпись \_\_\_\_\_

Даю согласие на участие в процедуре индивидуального отбора поступающего

Дата \_\_\_\_\_ Подпись \_\_\_\_\_

О результатах индивидуального отбора и решении приемной комиссии прошу уведомить по телефону в период с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_ часов или по адресу электронной почты \_\_\_\_\_

#### Приложения:

1. Копия документа, удостоверяющего личность поступающего (или свидетельства о рождении).
2. Копия документа, удостоверяющего личность родителя (законного представителя), и (или) документа, подтверждающего родство, установлении опеки или попечительства.
2. Медицинское заключение об отсутствии у поступающего медицинских противопоказаний для освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта
3. Фото поступающего ( 3\*4 см в количестве 1 шт)
4. Копию страхового номера индивидуального лицевого счёта (СНИЛС);
5. Справка с места обучения.

## Согласие законного представителя на обработку персональных данных несовершеннолетнего поступающего

Я, \_\_\_\_\_  
(Ф. И. О., родителя, законного представителя, )

документ \_\_\_\_\_ серия \_\_\_\_\_ номер \_\_\_\_\_

выдан \_\_\_\_\_

(кем и когда выдан)

являясь законным представителем несовершеннолетнего поступающего

(Ф. И. О. несовершеннолетнего полностью)

Документ \_\_\_\_\_ серия \_\_\_\_\_ номер \_\_\_\_\_

выдан \_\_\_\_\_

(кем и когда)

приходящегося мне \_\_\_\_\_, зарегистрированного(-ой) по адресу

\_\_\_\_\_ даю письменное согласие структурному подразделению дополнительного образования АУ УР «Спортивный комплекс «Чекерил» «Спортивная школа по горнолыжному спорту и сноуборду» место нахождения: Удмуртская Республика, Завьяловский район, д.Шудья на обработку персональных данных несовершеннолетнего, относящихся исключительно к перечисленным категориям персональных данных: фамилия, имя, отчество; год, месяц, дата и место рождения; адрес проживания места жительства; школа, класс, снилс, инн, серия и номер свидетельства о рождении (паспорт), контактный телефон, результаты медицинских обследований, информацию о спортивных достижениях и разрядах, и прочие сведения, предусмотренные действующим законодательством, и локальными нормативно-правовыми актами структурного подразделения ДО «СШ ГС и С», необходимых для получения выбранной услуги.

2. На передачу персональных данных обучающегося третьим лицам в соответствии с действующим законодательством и заключенными договорами.

3. На включение в общедоступные источники персональных данных следующих сведений об обучающемся: Ф. И. О., дата рождения, группа и этап прохождения спортивной подготовки, спортивного разряда.

4. Я, разрешаю на безвозмездной основе публиковать фотографии моего сына / дочери, на которых он (она) изображен (а), на официальном сайте учреждения, на других сайтах, а также в изданиях и в качестве иллюстраций на мероприятиях: семинарах, соревнованиях. Я подтверждаю, что полностью ознакомлен (а) с вышеупомянутым разрешением.

5. Согласен на оказание медицинской помощи моему ребенку в случае необходимости

6. Свое согласие я даю на срок с момента обработки персональных данных до передачи их в архив.

Настоящее согласие предоставляется на осуществление любых действий в отношении моих персональных данных (данных моего ребенка (опекаемого), включая (без ограничения) сбор, систематизацию, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение), использование, распространение (в том числе передачу), обезличивание, блокирование и уничтожение.

Я уведомлен структурным подразделением ДО «СШ ГС и С» о праве на отзыв моего согласия на обработку персональных данных обучающегося, путем подачи личного заявления на имя директора учреждения или уполномоченного им лица. В этом случае АУ УР СК «Чекерил» прекращает обработку персональных данных в срок, не превышающий семи рабочих дней со дня поступления моего отзыва.

Давая это согласие, я действую добровольно и в интересах несовершеннолетнего. Обязуюсь сообщать в структурное подразделение ДО «СШ ГС и С» информацию об изменениях персональных данных.

С действующим законодательством в области защиты персональных данных я ознакомлен(а). Об ответственности за достоверность представленных персональных сведений предупрежден(а). Я проинформирован(а), что структурное подразделение ДО «СШ ГС и С» гарантирует обработку персональных данных несовершеннолетнего в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации как неавтоматизированным, так и автоматизированным способами. Настоящее согласие действует со дня его подписания до дня отзыва в письменной форме.

«\_\_» \_\_\_\_\_ 202\_ г. \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

(подпись)

Ф.И.О.

Директору АУ УР СК «Чекерил»

от \_\_\_\_\_

(Ф.И.О. поступающего)

проживающего (-ей) по адресу :

\_\_\_\_\_

контактный телефон \_\_\_\_\_

## ЗАЯВЛЕНИЕ

Прошу зачислить меня \_\_\_\_\_

(ФИО полностью)

в структурное подразделение ДО "СШ ГСиС" на дополнительную образовательную программу спортивной подготовки по виду спорта \_\_\_\_\_

(«горнолыжный спорт», «сноуборд»)

дата рождения поступающего \_\_\_\_\_

место рождения поступающего \_\_\_\_\_

адрес места жительства, места пребывания или места фактического проживания поступающего \_\_\_\_\_

учени (к/ца) \_\_\_\_\_ класса, школы, вуз \_\_\_\_\_

СНИЛС \_\_\_\_\_ /ИНН \_\_\_\_\_

Спортивный разряд (звание) (при наличии) \_\_\_\_\_

(когда присвоен, № приказа)

С нормативно – правовыми документами учреждения (Устав, со сведениями о дате предоставления и регистрационном номере лицензии на осуществление образовательной деятельности, дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта «горнолыжный спорт», «сноуборд», антидопинговыми правилами и другими локальными нормативными актами учреждения, регламентирующими организацию и осуществление образовательной деятельности, права и обязанности обучающихся ) ознакомлен(а)

Дата \_\_\_\_\_ Подпись \_\_\_\_\_

Даю согласие на участие в процедуре индивидуального отбора поступающего

Дата \_\_\_\_\_ Подпись \_\_\_\_\_

О результатах индивидуального отбора и решении приемной комиссии прошу уведомить по телефону в период с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_ часов или по адресу электронной почты \_\_\_\_\_

### Приложения к заявлению:

1. Копия документа, удостоверяющего личность поступающего .
3. Медицинское заключение об отсутствии у поступающего медицинских противопоказаний для освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта
3. Фото поступающего ( 3\*4 см в количестве 1 шт)
4. Копию страхового номера индивидуального лицевого счёта (СНИЛС);
5. Справка с места обучения

Согласие на обработку персональных данных совершеннолетнего поступающего

Я, \_\_\_\_\_

(Ф. И. О. полностью)

проживающий по адресу : \_\_\_\_\_

документ \_\_\_\_\_ серия \_\_\_\_\_ номер \_\_\_\_\_ выдан \_\_\_\_\_

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ года

(кем и когда выдан)

телефон \_\_\_\_\_, дата рождения « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ года, место рождения \_\_\_\_\_.

В соответствии со статьёй 9 Федерального закона от 27.07.2006 г. № 152ФЗ «О персональных данных», подтверждаю свое согласие структурному подразделению дополнительного образования АУ УР «Спортивный комплекс «Чекерил» «Спортивная школа по горнолыжному спорту и сноуборду» место нахождения: Удмуртская Республика, Завьяловский район, д.Шудья на обработку моих персональных данных с использованием средств автоматизации или без использования таких средств с целью осуществления индивидуального учета результатов освоения обучающегося дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, а также хранения в архивах данных об этих результатах.

К персональным данным относятся фамилия, имя, отчество; год, месяц, дата и место рождения; адрес проживания и места жительства; школа, класс, место работы, снилс, инн, серия и номер паспорта ,контактный телефон, результаты медицинских обследований, информацию о спортивных достижениях и разрядах, и прочие сведения, предусмотренные действующим законодательством, и локальными нормативно-правовыми актами структурного подразделения ДО «СШ ГС и С» необходимых для получения выбранной услуги.

2. На передачу персональных данных обучающегося третьим лицам в соответствии с действующим законодательством и заключенными договорами.

3. На включение в общедоступные источники персональных данных следующих сведений : Ф. И. О., дата рождения, группа прохождения спортивной подготовки, спортивного разряда.

4. Я, разрешаю на безвозмездной основе публиковать мои фотографии на официальном сайте учреждения, на других сайтах, а также в изданиях и в качестве иллюстраций на мероприятиях: семинарах, соревнованиях. Я подтверждаю, что полностью ознакомлен (а) с вышеупомянутым разрешением.

5. Согласен на оказание первой медицинской (доврачебной ) оказания помощи мне.

6. Свое согласие я даю на срок с момента обработки персональных данных до передачи их в архив.

Настоящие согласие предоставляется на осуществление любых действий в отношении моих персональных данных ,включая (без ограничения) сбор, систематизацию, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение),использование, распространение (в том числе передачу),обезличивание, блокирование и уничтожение.

Я уведомлен структурным подразделением ДО «СШ ГС и С» о праве на отзыв моего согласия на обработку персональных данных обучающегося , путем подачи личного заявления на имя директора школы или уполномоченного им лица. В этом случае структурное подразделение ДО «СШ ГС и С» прекращает обработку персональных данных в срок, не превышающий семи рабочих дней со дня поступления моего отзыва.

Давая это согласие, я действую добровольно. Обязуюсь сообщать в структурное подразделение ДО «СШ ГС и С» информацию об изменениях персональных данных. С действующим законодательством в области защиты персональных данных я ознакомлен(а). Об ответственности за достоверность представленных персональных сведений предупрежден(а). Я проинформирован(а), что структурное подразделение ДО «СШ ГС и С» гарантирует обработку персональных данных в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации как неавтоматизированным, так и автоматизированным способами. Настоящее согласие действует со дня его подписания до дня отзыва в письменной форме.

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г \_\_\_\_\_ /  
(подпись)