

УТВЕРЖДЕНЫ
приказом ГБУ ДО
«СШОР № 3 им. Б.В. Пилкина»
от «05» июля 2023 года № 72

ПРАВИЛА
приема на обучение по дополнительной образовательной программе
спортивной подготовки по виду спорта «спортивная гимнастика»
в ГБУ ДО «СШОР № 3 им. Б.В. Пилкина»

1. Общие положения

1.1. Настоящие Правила приема на обучение по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «спортивная гимнастика» в Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования «Спортивная школа олимпийского резерва № 3 имени заслуженного тренера России Бориса Васильевича Пилкина» (далее – Правила) регламентируют прием детей на обучение по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «спортивная гимнастика» (далее – образовательная программа) в Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования «Спортивная школа олимпийского резерва № 3 имени заслуженного тренера России Бориса Васильевича Пилкина» (далее – ГБУ ДО «СШОР № 3 им. Б.В. Пилкина», Учреждение), на основании результатов индивидуального отбора лиц, имеющих необходимые для освоения соответствующей образовательной программы способности в области физической культуры и спорта (далее – поступающих), за счет средств регионального бюджета.

1.2. Настоящие Правила разработаны в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в редакции Федерального закона №127-ФЗ), Федеральным законом от 04.12.2007 года № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (в редакции Федерального закона № 127-ФЗ), приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27.01.2023 года № 57 «Об утверждении порядка приема на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки», федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «спортивная гимнастика», Уставом Учреждения.

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

1.4. Для проведения индивидуального отбора поступающих Учреждение проводит тестирование общей физической подготовки (далее – ОФП), а также Учреждение вправе проводить предварительные просмотры.

1.5. При приеме лиц на обучение требование к уровню их образования не предъявляются.

1.6. В целях организации приема и проведения индивидуального отбора поступающих создаются приемная и апелляционная комиссии из числа работников Учреждения. Составы комиссий утверждаются приказом директора.

1.7. Регламенты работы комиссий определяется локальным нормативным актом Учреждения.

1.8. Количество поступающих для обучения по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки определяется учредителем Учреждения в соответствии с государственным заданием на оказание государственных услуг.

1.9. При организации приема поступающих директор Учреждения обеспечивает соблюдение их прав, прав родителей (законных представителей) поступающих, гласность и открытость работы приемной и апелляционной комиссий, объективность оценки способностей и склонностей поступающих.

2. Организация приема поступающих на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки

2.1. Организация приема и зачисления поступающих, а также индивидуальный отбор осуществляется приемной комиссией Учреждения.

2.2. Не позднее одного месяца до начала приема документов Учреждение на своем информационном стенде и официальном сайте Учреждения в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее – сайт Учреждения) в целях ознакомления с ними поступающих и их родителей (законных представителей) размещает следующие документы:

- копию Устава Учреждения;
- копию лицензии на осуществление образовательной деятельности (с приложениями);
- локальные нормативные акты, регламентирующие организацию образовательного процесса по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки, права и обязанности обучающихся;
- условия работы приемной и апелляционной комиссии Учреждения (адреса, кабинета, телефона размещения комиссий);
- количество бюджетных мест в соответствующем году по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки, а также вакантных мест для приема поступающих (при наличии);
- сроки приема документов для обучения по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки;

- сроки и место проведения индивидуального отбора поступающих в соответствующем году;
- формы индивидуального отбора поступающих по каждой дополнительной образовательной программе спортивной подготовки;
- нормативы общей физической подготовки для зачисления на обучения по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки;
- систему оценок, применяемую при проведении индивидуального отбора поступающих;
- правила подачи и рассмотрения апелляций по процедуре и (или) результатам индивидуального отбора поступающих;
- сроки зачисления поступающих в Учреждение;
- образец заявления о приеме на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки (далее – Заявление) (Приложение № 1).

2.3. Прием в Учреждение на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки осуществляется по письменному заявлению поступающих, достигших возраста 14 лет, или родителей (законных представителей) несовершеннолетних поступающих, в котором указываются:

- наименование дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, на которую планируется поступление;
- фамилия, имя, отчество (при наличии) поступающего;
- дата и место рождения поступающего;
- фамилия, имя, отчество (при наличии) родителей (законных представителей) несовершеннолетнего поступающего;
- номера телефона поступающего или родителей (законных представителей) несовершеннолетнего поступающего;
- адрес места регистрации и (или) фактического места жительства поступающего;
- согласие поступающего или его родителей (законных представителей) на обработку персональных данных.

В заявлении фиксируется факт ознакомления поступающего или родителей (законных представителей) несовершеннолетнего поступающего:

- с Уставом учреждения;
- с лицензией на осуществление образовательной деятельности;
- с дополнительными образовательными программами спортивной подготовки;
- о согласии на проведение процедуры индивидуального отбора;
- права и обязанности обучающегося;
- о согласии на обработку персональных данных;
- и другими документами, регламентирующими организацию и осуществление образовательной деятельности.

2.4. При подаче заявления предоставляются следующие документы:

- копия документа, удостоверяющего личность поступающего, или копия свидетельства о рождении поступающего;
- копия документа, удостоверяющего личность родителя (законного представителя) несовершеннолетнего и документа, подтверждающего родство, установление опеки или попечительства;
- медицинское заключение о допуске к прохождению спортивной подготовки (форма 514н);
- фотографии поступающего (2 шт.).

2.5. Заявление и документы, указанные в пунктах 2.1 и 2.2 настоящих Правил, подаются одним из способов:

- лично в Учреждение;
- через операторов почтовой связи общего пользования заказным письмом с уведомлением о вручении;
- в электронной форме.

2.6. Приемная комиссия обеспечивает функционирование телефонных линий.

2.7. При возникновении конфликтных ситуаций обращения родителей (законных представителей) направляются в письменном виде в апелляционную комиссию.

2.8. Организация осуществляет обработку полученных в связи с приемом на обучение на дополнительные образовательные программы спортивной подготовки персональных данных поступающих в соответствии с требованиями законодательства Российской Федерации в области персональных данных.

3. Организация проведения индивидуального отбора поступающих

3.1. Индивидуальный отбор поступающих проводится приемной комиссией в период, указанный в приказе по Учреждению соответствующего года.

3.2. Индивидуальный отбор поступающих в Учреждение проводится в форме тестирования общей физической подготовки поступающих на основании нормативов, утвержденных в дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта (Приложение № 2).

3.3. Во время проведения индивидуального отбора поступающих присутствие посторонних лиц допускается только с разрешения председателя приемной комиссии (директора Учреждения).

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

Объявление результатов индивидуального отбора осуществляется путем размещения списка-рейтинга с указанием системы оценок, применяемой в Учреждении (выстраивание рейтинга по местовому зачету) и самих оценок (отметок, баллов) полученных каждым поступающим по итогам индивидуального отбора.

Данные результаты размещаются на информационном стенде и на официальном сайте Учреждения.

3.5. Учреждением предусматривается проведение дополнительного набора лиц до 20 декабря, не участвовавших в первоначальном индивидуальном отборе в установленные Учреждением сроки по уважительной причине, в пределах общего срока проведения индивидуального отбора поступающих, при наличии вакантных бюджетных мест.

4. Подача рассмотрения апелляции. Повторное проведение отбора поступающих, после рассмотрения апелляции

4.1. Родители (законные представители) поступающих вправе подать апелляцию по процедуре и (или) результатам индивидуального отбора в апелляционную комиссию не позднее следующего рабочего дня после объявления результатов индивидуального отбора (Приложение № 3).

Апелляция рассматривается не позднее одного рабочего дня со дня ее подачи на заседании комиссии по урегулированию споров, на которое приглашаются родители (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, родители (законные представители) которого подали апелляцию.

Решение принимается большинством голосов членов апелляционной комиссии, участвующих в заседании, при обязательном присутствии председателя приемной 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 родителей (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 дней со дня принятия решения о целесообразности такого отбора в присутствии не менее двух членов комиссии по урегулированию споров.

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

5. Порядок зачисления и дополнительный прием поступающих

5.1. Зачисление поступающих в Учреждение на обучение по образовательным программам оформляется приказом директора Учреждения на основании решения приемной комиссии в срок до 30 декабря.

5.2. При наличии мест, оставшихся вакантными после зачисления по результатам индивидуального отбора поступающих возможно проведение дополнительного приема поступающих.

Зачисление на вакантные места проводится по результатам дополнительного индивидуального отбора.

5.3. Организация дополнительного приема и зачисления осуществляется на основании приказа директора Учреждения, при этом сроки дополнительного приема поступающих публикуются на информационном стенде и официальном сайте Учреждения.

5.4. Дополнительный индивидуальный отбор поступающих осуществляется в срок до 20 декабря, в порядке, установленном в разделе 3 настоящих Правил.

5.5. На каждого зачисленного заводится личное дело, в котором хранятся все предоставленные документы. Личные дела обучающихся хранятся в методическом отделе Учреждения.

6. Заключительные положения

6.1. Настоящие Правила являются локальным нормативным актом Учреждения, приняты в порядке, предусмотренном Уставом Учреждения, вступают в силу с даты его утверждения приказом директора Учреждения и действует бессрочно.

6.2. Все изменения и (или) дополнения, вносимые в настоящие Правила, оформляются в письменной форме, принимаются коллегиальными органами Учреждения в порядке, предусмотренном Уставом Учреждения, и вступают в силу с даты утверждения директором Учреждения.

6.3. После принятия Правил в новой редакции (или изменений и дополнений в Правила) предыдущая редакция утрачивает силу.

6.4. Правила подлежат актуализации при изменении действующего законодательства.

6.5. Настоящие Правила подлежат размещению на официальном сайте Учреждения по адресу: <http://gymnschool3.ru/>.

Приложение № 1
к Правилам приема на обучение
по дополнительной образовательной
программе спортивной подготовки
по виду спорта
«спортивная гимнастика»
в ГБУ ДО «СШОР № 3 им. Б.В. Пилкина»

Директору ГБУ ДО «СШОР № 3 им. Б.В. Пилкина»

(Ф.И.О. директора)

от _____
(Ф.И.О. родителя (законного представителя)
поступающего)
проживающего(ей) по адресу: _____

паспорт серия _____ № _____
выдан _____

тел.: _____

З А Я В Л Е Н И Е

Прошу зачислить моего ребенка _____
(Ф.И.О. ребёнка полностью) в ГБУ ДО «СШОР № 3 им. Б.В. Пилкина» на обучение по дополнительной образовательной программе (программе спортивной подготовки, общеразвивающей программе – нужное подчеркнуть) по виду спорта «спортивная гимнастика» с _____ года.

С лицензией на право осуществления образовательной деятельности, Уставом, правилами внутреннего распорядка, образовательной программой Учреждения, общеобразовательной программой по виду спорта и иными документами, регламентирующими образовательную деятельность ознакомлен(а).

« _____ » _____ г. _____ / _____
(подпись родителей, законных представителей/расшифровка)

К заявлению прилагаю медицинское заключение, фотографию ребенка 3x4, копию свидетельства о рождении (паспорта), анкетные данные.

АНКЕТНЫЕ ДАННЫЕ**Сведения о ребенке:**

Место для фотографии

Ф.И.О. ребенка: _____

дата рождения: _____

адрес проживания/регистрации: _____

место учебы, класс (группа) _____

Сведения о родителях

Ф.И.О. матери: _____

Ф.И.О. отца: _____

Место работы, должность: _____

Место работы, должность: _____

Телефон: _____

Телефон: _____

Дополнительные сведения _____
(малообеспеченная, многодетная, опекунов и т.д.)

Даю свое согласие на проведение процедуры индивидуального отбора (тестирование физических качеств), при поступлении моего несовершеннолетнего ребенка в ГБУ ДО «СШОР № 3 им. Б.В. Пилкина» по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «спортивная гимнастика».

« ____ » _____ г. _____ / _____
(подпись родителей, законных представителей/расшифровка)

СОГЛАСИЕ НА ОБРАБОТКУ ПЕРСОНАЛЬНЫХ ДАННЫХ

Даю свое согласие оператору персональных данных ГБУ ДО «СШОР № 3 им. Б.В. Пилкина» (место нахождения: город Белгород, улица Королёва, 2к; проспект Богдана Хмельницкого, дом 3) на обработку вышеуказанных персональных данных моих, моего несовершеннолетнего ребенка с целью обработки информации для уставных видов деятельности оператора персональных данных. Я извещен(а), что будет применяться смешанная (неавтоматизированная и автоматизированная) обработка персональных данных, с передачей полученной информации по телекоммуникационным сетям.

Я предоставляю ГБУ ДО «СШОР № 3 им. Б.В. Пилкина» право осуществлять следующие действия (операции) с персональными данными: сбор, систематизацию, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение), использование, обезличивание, блокирование, уничтожение. Даю согласие на размещение информации (фото, видео, Ф.И.О., дата рождения) о моем ребенке на школьном сайте и офиц. аккаунтах учреждения в социальных сетях «ВКонтакте» и «Одноклассники». Настоящее согласие на обработку персональных данных действует с момента представления бессрочно или прекращается по моему письменному заявлению.

Подпись _____

Дата _____

Приложение № 2
к Правилам приема на обучение
по дополнительной образовательной
программе спортивной подготовки
по виду спорта
«спортивная гимнастика»
в ГБУ ДО «СШОР № 3 им. Б.В. Пилкина»

**Требования, предъявляемые к уровню физических (двигательных)
способностей, для проведения индивидуального отбора
для зачисления на обучение по дополнительной образовательной
программе спортивной подготовки по виду спорта
«спортивная гимнастика»**

В группы на этапе начальной подготовки

Норматив до года обучения

№ п/п	Упражнения	Норматив		Баллы
		мальчики	девочки	
1	2	3	4	5
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Челночный бег 3x10 м	Более 10,3 с	Более 10,6 с	-100
		10,3 с	10,6 с	50
		10,1 с	10,4 с	60
		9,9 с	10,2 с	70
		9,7 с	10,0 с	80
		9,5 с	9,8 с	90
		9,3 с и менее	9,6 с и менее	100
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	менее 8 раз	менее 5 раз	-100
		8 раз	5 раз	50
		9 раз	6 раз	60
		10 раз	7 раз	70
		12 раз	8 раз	80
		13 раз	9 раз	90
		14 раз и более	10 раз и более	100
1.3.	Подтягивания из виса хватом сверху на высокой перекладине	менее 2 раз	-	-100
		2 раз	-	50
		3 раз	-	60
		4 раз	-	70
		5 раз	-	80
		6 раз	-	90
		7 раз и более	-	100
1.4.	Подтягивания из виса лёжа хватом сверху на низкой перекладине 90 см	-	менее 5 раз	-100
		-	5 раз	50
		-	6 раз	60
		-	7 раз	70
		-	8 раз	80
		-	9 раз	90
		-	10 раз и более	100

№ п/п	Упражнения	Норматив		Баллы
		мальчики	девочки	
1	2	3	4	5
1.5.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) Фиксация положения 3 с	менее +1 см	менее +3 см	-100
		+1 см	+3 см	50
		+2 см	+4 см	60
		+3 см	+5 см	70
		+4 см	+6 см	80
		+5 см	+7 см	90
		+6 см и более	+8 см и более	100
1.6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	менее 110 см	менее 105 см	-100
		110 см	105 см	50
		115 см	110 см	60
		120 см	115 см	70
		125 см	120 см	80
		130 см	125 см	90
		135 см и более	130 см и более	100
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Исходное положение – вис на гимнастической стенке хватом сверху. Подъем выпрямленных ног в положение «угол»	менее 5 раз	менее 5 раз	-100
		5 раз	5 раз	50
		6 раз	6 раз	60
		7 раз	7 раз	70
		8 раз	8 раз	80
		9 раз	9 раз	90
		10 раз и более	10 раз и более	100
2.2.	Вис «углом» на гимнастической стенке. Фиксация положения	менее 5 с	менее 5 с	-100
		5 с	5 с	50
		6 с	6 с	60
		7 с	7 с	70
		8 с	8 с	80
		9 с	9 с	90
		10 с и более	10 с и более	100
2.3.	Упражнение «мост» из положения лёжа на спине. Отклонение плеч от вертикали не более 45°. Фиксация положения	менее 5 с	менее 5 с	-100
		5 с	5 с	50
		6 с	6 с	60
		7 с	7 с	70
		8 с	8 с	80
		9 с	9 с	90
		10 с и более	10 с и более	100

Норматив свыше года обучения

№ п/п	Упражнения	Норматив		Баллы
		мальчики	девочки	
1	2	3	4	5
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Челночный бег 3x10 м	Более 10,0 с	Более 10,4 с	-100
		10,0 с	10,4 с	50
		9,8 с	10,2 с	60
		9,6 с	10,0 с	70
		9,4 с	9,8 с	80

№ п/п	Упражнения	Норматив		Баллы
		мальчики	девочки	
1	2	3	4	5
		9,2 с	9,6 с	90
		9,0 с и менее	9,4 с и менее	100
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	менее 10 раз	менее 6 раз	-100
		10 раз	6 раз	50
		11 раз	7 раз	60
		12 раз	8 раз	70
		13 раз	9 раз	80
		14 раз	10 раз	90
		15 раз и более	10 раз и более	100
		1.3.	Подтягивания из виса хватом сверху на высокой перекладине	менее 3 раз
3 раз	-			50
4 раз	-			60
5 раз	-			70
6 раз	-			80
7 раз	-			90
8 раз и более	-			100
1.4.	Подтягивания из виса лёжа хватом сверху на низкой перекладине 90 см	-	менее 6 раз	-100
		-	6 раз	50
		-	7 раз	60
		-	8 раз	70
		-	9 раз	80
		-	10 раз	90
		-	11 раз и более	100
1.5.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) Фиксация положения 3 с	менее +3 см	менее +5 см	-100
		+3 см	+5 см	50
		+4 см	+6 см	60
		+5 см	+7 см	70
		+6 см	+8 см	80
		+7 см	+9 см	90
		+8 см и более	+10 см и более	100
1.6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	менее 120 см	менее 115 см	-100
		120 см	115 см	50
		125 см	120 см	60
		130 см	125 см	70
		135 см	130 см	80
		140 см	135 см	90
		145 см и более	140 см и более	100
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Исходное положение – вис на гимнастической стенке хватом сверху. Подъем выпрямленных ног в положение «угол»	менее 6 раз	менее 6 раз	-100
		6 раз	6 раз	50
		7 раз	7 раз	60
		8 раз	8 раз	70
		9 раз	9 раз	80
		10 раз	10 раз	90
		11 раз и более	11 раз и более	100
2.2.	Вис «углом» на гимнастической стенке. Фиксация положения	менее 6 раз	менее 6 раз	-100
		6 раз	6 раз	50

№ п/п	Упражнения	Норматив		Баллы
		мальчики	девочки	
1	2	3	4	5
		7 раз	7 раз	60
		8 раз	8 раз	70
		9 раз	9 раз	80
		10 раз	10 раз	90
		11 раз и более	11 раз и более	100
2.3.	Упражнение «мост» из положения лёжа на спине. Отклонение плеч от вертикали не более 45°. Фиксация положения	менее 6 раз	менее 6 раз	-100
		6 раз	6 раз	50
		7 раз	7 раз	60
		8 раз	8 раз	70
		9 раз	9 раз	80
		10 раз	10 раз	90
		11 раз и более	11 раз и более	100

В группы на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)

№ п/п	Упражнения	Норматив		Баллы
		мальчики/ юноши/	девочки / девушки	
1	2	3	4	5
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Челночный бег 3x10 м	более 9,6 с	более 10,4 с	-100
		9,6 с	10,4 с	50
		9,4 с	10,2 с	60
		9,2 с	10,0 с	70
		9,0 с	9,8 с	80
		8,8 с	9,6 с	90
		8,6 с и менее	9,4 с и менее	100
1.2.	Бег 20 м с высокого старта	более 4,5 с	более 4,8 с	-100
		4,5 с	4,8 с	50
		4,3 с	4,6 с	60
		4,1 с	4,4 с	70
		3,9 с	3,2 с	80
		3,8 с	3,1 с	90
		3,7 с и менее	3,0 с и менее	100
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	менее 10 раз	менее 7 раз	-100
		10 раз	7 раз	50
		11 раз	8 раз	60
		12 раз	9 раз	70
		13 раз	10 раз	80
		14 раз	11 раз	90
		15 раз и более	12 раз и более	100
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) Фиксация положения 3 с	менее +4 см	менее +5 см	-100
		+4 см	+5 см	50
		+5 см	+6 см	60
		+6 см	+7 см	70
		+7 см	+8 см	80
		+8 см	+9 см	90
		+9 см и более	+10 см и более	100

№ п/п	Упражнения	Норматив		Баллы
		мальчики/ юноши/	девочки / девушки	
1	2	3	4	5
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	менее 140 см	менее 120 см	-100
		140 см	120 см	50
		142 см	122 см	60
		144 см	124 см	70
		146 см	126 см	80
		148 см	128 см	90
		150 см и более	130 см и более	100
1.6.	Поднимание туловища из положения лёжа на спине за 1 мин	менее 27 раз	менее 21 раз	-100
		27 раз	21 раз	50
		28 раз	22 раз	60
		29 раз	23 раз	70
		30 раз	24 раз	80
		31 раз	25 раз	90
		32 раз и более	26 раз и более	100
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Лазание по канату с помощью ног 4 м	без учета времени	-	100 / - 100
2.2.	Лазание по канату с помощью ног 3 м	-	без учета времени	100 / - 100
2.3.	Подъем переворотом в упор из виса на перекладине	менее 5 раз	-	-100
		5 раз	-	50
		6 раз	-	60
		7 раз	-	70
		8 раз	-	80
		9 раз	-	90
		10 раз и более	-	100
2.4.	Подъем переворотом в упор из виса на гимнастической жерди	-	менее 3 раз	-100
		-	3 раз	50
		-	4 раз	60
		-	5 раз	70
		-	6 раз	80
		-	7 раз	90
		-	8 раз и более	100
2.5.	Сгибание и разгибание рук в упоре на параллельных брусьях	менее 5 раз	-	-100
		5 раз	-	50
		6 раз	-	60
		7 раз	-	70
		8 раз	-	80
		9 раз	-	90
		10 раз и более	-	100
2.6.	Исходное положение – вис на гимнастической стенке хватом сверху. Подъем выпрямленных ног до касания гимнастической стенки в положении «высокий угол»	-	менее 10 раз	-100
		-	10 раз	50
		-	11 раз	60
		-	12 раз	70
		-	13 раз	80
		-	14 раз	90

№ п/п	Упражнения	Норматив		Баллы
		мальчики/ юноши/	девочки / девушки	
1	2	3	4	5
		-	15 раз и более	100
2.7.	Исходное положение – упор стоя согнувшись, ноги врозь на гимнастическом ковре. Силой, подъем в стойку на руках	менее 5 раз	менее 5 раз	-100
		5 раз	5 раз	50
		6 раз	6 раз	60
		7 раз	7 раз	70
		8 раз	8 раз	80
		9 раз	9 раз	90
		10 раз и более	10 раз и более	100
2.8.	Упор «углом» на гимнастических стоялках. Фиксация положения	менее 10 с	менее 10 с	-100
		10 с	10 с	50
		11 с	11 с	60
		12 с	12 с	70
		13 с	13 с	80
		14 с	14 с	90
		15 с и более	15 с и более	100
2.9.	Горизонтальный упор с согнутыми ногами, колени прижаты к груди. Фиксация положения	менее 10 с	менее 10 с	-100
		10 с	10 с	50
		11 с	11 с	60
		12 с	12 с	70
		13 с	13 с	80
		14 с	14 с	90
		15 с и более	15 с и более	100
2.10.	Стойка на руках на полу, лицом к стене, с опорой ногами на нее. Фиксация положения	менее 40 с	менее 40 с	-100
		40 с	40 с	50
		42 с	42 с	60
		44 с	44 с	70
		46 с	46 с	80
		48 с	48 с	90
		50 с и более	50 с и более	100
2.11.	Стоя на одной ноге, вторая поднята на уровне или выше горизонтали, руки в стороны. Фиксация положения	менее 5 с	менее 5 с	-100
		5 с	5 с	50
		6 с	6 с	60
		7 с	7 с	70
		8 с	8 с	80
		9 с	9 с	90
		10 с и более	10 с и более	100
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»		

В группы на этапе совершенствования спортивного мастерства

№ п/п	Упражнения	Норматив		Баллы
		мальчики/ юноши/ мужчины	девочки/ девушки/ женщины	
1	2	3	4	5
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Челночный бег 3x10 м	более 7,8 с	более 8,2 с	-100
		7,8 с	8,2 с	50
		7,6 с	8,0 с	60
		7,4 с	7,8 с	70
		7,2 с	7,6 с	80
		7,0 с	7,4 с	90
		6,8 с и менее	7,2 с и менее	100
1.2.	Бег 20 м с высокого старта	более 3,8 с	более 4,4 с	-100
		3,8 с	4,2 с	50
		3,6 с	4,0 с	60
		3,4 с	3,8 с	70
		3,2 с	3,6 с	80
		3,0 с	3,4 с	90
		2,8 с и менее	3,2 с и менее	100
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	менее 24 раз	менее 12 раз	-100
		24 раз	12 раз	50
		25 раз	13 раз	60
		26 раз	14 раз	70
		27 раз	15 раз	80
		28 раз	16 раз	90
		29 раз и более	17 раз и более	100
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	менее +8 см	менее +10 см	-100
		+8 см	+10 см	50
		+9 см	+11 см	60
		+10 см	+12 см	70
		+11 см	+13 см	80
		+12 см	+14 см	90
		+13 см и более	+15 см и более	100
1.5.	Поднимание туловища из положения лёжа на спине за 1 мин	менее 40 раз	менее 30 раз	-100
		40 раз	30 раз	50
		42 раз	32 раз	60
		44 раз	34 раз	70
		46 раз	36 раз	80
		48 раз	38 раз	90
		50 раз и более	40 раз и более	100
1.6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	менее 200 см	менее 170 см	-100
		200 см	170 см	50
		202 см	172 см	60
		204 см	174 см	70
		206 см	176 см	80
		208 см	178 см	90
		210 см и более	180 см	100

№ п/п	Упражнения	Норматив		Баллы
		мальчики/ юноши/ мужчины	девочки/ девушки/ женщины	
1	2	3	4	5
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Лазание по канату без помощи ног 4 м	более 12,5 с	-	-100
		12,5 с	-	50
		12,3 с	-	60
		12,1 с	-	70
		11,9 с	-	80
		11,7 с	-	90
		11,5 с и менее	-	100
2.2.	Лазание по канату без помощи ног 3 м	-	более 10,0 с	-100
		-	10,0 с	50
		-	9,8 с	60
		-	9,6 с	70
		-	9,4 с	80
		-	9,2 с	90
		-	9,0 с и менее	100
2.3.	Исходное положение – упор в положении «угол», ноги вместе на параллельных брусьях. Силой согнувшись, подъем в стойку на руках («спичаг»)	менее 5 раз	-	-100
		5 раз	-	50
		6 раз	-	60
		7 раз	-	70
		8 раз	-	80
		9 раз	-	90
		10 раз и более	-	100
2.4.	Исходное положение – упор в положении «угол», ноги врозь на гимнастическом бревне. Силой согнувшись, подъем в стойку на руках («спичаг»)	-	менее 5 раз	-100
		-	5 раз	50
		-	6 раз	60
		-	7 раз	70
		-	8 раз	80
		-	9 раз	90
		-	10 раз и более	100
2.5.	Упор «углом» на гимнастических стоялках. Фиксация положения	менее 20 с	менее 20 с	0
		20 с	20 с	50
		22 с	21 с	60
		24 с	22 с	70
		26 с	23 с	80
		28 с	24 с	90
		30 с и более	25 с и более	100
2.6.	Исходное положение – вис на гимнастической стенке хватом сверху. Подъем выпрямленных ног до касания гимнастической стенки в положение «высокий угол»	-	менее 15 раз	-100
		-	15 раз	50
		-	16 раз	60
		-	17 раз	70
		-	18 раз	80
		-	19 раз	90
		-	20 раз и более	100
2.7.	Сгибание и разгибание рук в упоре на параллельных брусьях	менее 15 раз	-	-100
		15 раз	-	50
		16 раз	-	60

№ п/п	Упражнения	Норматив		Баллы
		мальчики/ юноши/ мужчины	девочки/ девушки/ женщины	
1	2	3	4	5
		17 раз	-	70
		18 раз	-	80
		19 раз	-	90
		20 раз и более	-	100
		менее 10 с	-	-100
		10 с	-	50
		11 с	-	60
		12 с	-	70
		13 с	-	80
		14 с	-	90
		15 с и более	-	100
		-	менее 15 раз	-100
		-	15 раз	50
		-	16 раз	60
		-	17 раз	70
		-	18 раз	80
		-	19 раз	90
		-	20 раз и более	100
		менее 5 раз	-	-100
		5 раз		50
		6 раз		60
		7 раз		70
		8 раз		80
		9 раз		90
		10 раз и более		100
		-	менее 5 раз	-100
		-	5 раз	50
		-	6 раз	60
		-	7 раз	70
		-	8 раз	80
		-	9 раз	90
		-	10 раз и более	100
		менее 30 с	менее 30 с	-100
		30 с	30 с	50
		30 с	30 с	60
		30 с	30 с	70
		30 с	30 с	80
		30 с	30 с	90
		30 с и более	30 с и более	100
		-	менее 30 с	-100
		-	30 с	50
		-	32 с	60
		-	34 с	70
		-	36 с	80
		-	38 с	90
		-	40 с и более	100

№ п/п	Упражнения	Норматив		Баллы
		мальчики/ юноши/ мужчины	девочки/ девушки/ женщины	
1	2	3	4	5
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»			

В группы на этапе высшего спортивного мастерства

№ п/п	Упражнения	Норматив		Баллы
		юниоры/ мужчины	юниорки/ женщины	
1	2	3	4	5
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Челночный бег 3x10 м	более 7,6 с	более 8,0 с	-100
		7,6 с	8,0 с	50
		7,4 с	7,8 с	60
		7,2 с	7,6 с	70
		7,0 с	7,4 с	80
		6,8 с	7,2 с	90
		6,6 с и более	7,0 с и более	100
1.2.	Бег 20 м с высокого старта	более 3,6 с	более 4,2 с	-100
		3,6 с	4,2 с	50
		3,4 с	4,0 с	60
		3,2 с	3,8 с	70
		3,0 с	3,6 с	80
		2,8 с	3,4 с	90
		2,6 с и более	3,2 с и более	100
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	менее 27 раз	менее 14 раз	-100
		27 раз	14 раз	50
		28 раз	15 раз	60
		29 раз	16 раз	70
		30 раз	17 раз	80
		31 раз	18 раз	90
		32 раз и более	19 раз и более	100
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	менее +10 см	менее +12	-100
		+10 см	+12 см	50
		+11 см	+13 см	60
		+12 см	+14 см	70
		+13 см	+15 см	80
		+14 см	+16 см	90
		+15 см и более	+17 см и более	100
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	менее 230 см	менее 180 см	-100
		230 см	180 см	50
		232 см	182 см	60
		234 см	184 см	70
		236 см	186 см	80
		238 см	188 см	90
		240 см и более	190 см и более	100
1.6.	Поднимание туловища из	менее 45 раз	менее 34 раз	-100

№ п/п	Упражнения	Норматив		Баллы
		юниоры/ мужчины	юниорки/ женщины	
1	2	3	4	5
	положения лежа на спине за 1 мин	45 раз	34 раз	50
		46 раз	35 раз	60
		47 раз	36 раз	70
		48 раз	37 раз	80
		49 раз	38 раз	90
		50 раз и более	39 раз и более	100
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Лазание по канату без помощи ног 5 м	более 7,8 с	более 9,0 с	-100
		7,8 с	9,0 с	50
		7,7 с	8,9 с	60
		7,6 с	8,8 с	70
		7,5 с	8,7 с	80
		7,4 с	8,6 с	90
		7,3 с и менее	8,5 с и менее	100
2.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре на параллельных брусьях	менее 15 раз	-	-100
		15 раз	-	50
		16 раз	-	60
		17 раз	-	70
		18 раз	-	80
		19 раз	-	90
		20 раз и более	-	100
2.3.	Исходное положение – упор в положении «угол», ноги врозь на гимнастическом бревне. Силой согнувшись, подъем в стойку на руках	-	менее 8 раз	-100
		-	8 раз	50
		-	9 раз	60
		-	10 раз	70
		-	11 раз	80
		-	12 раз	90
		-	13 раз и более	100
2.4.	Горизонтальный упор на руках ноги врозь на параллельных брусьях или гимнастических стоялках. Фиксация положения	менее 10 с	-	-100
		10 с	-	50
		11 с	-	60
		12 с	-	70
		13 с	-	80
		14 с	-	90
		15 с и более	-	100
2.5.	Упражнение «высокий угол» на гимнастическом бревне, ноги вертикально. Фиксация положения	-	менее 10 с	0
		-	10 с	50
		-	11 с	60
		-	12 с	70
		-	13 с	80
		-	14 с	90
		-	15 с и более	100
2.6.	Подъем силой в упор из вися на гимнастических кольцах	менее 6 раз	-	-100
		6 раз	-	50
		7 раз	-	60
		8 раз	-	70

№ п/п	Упражнения	Норматив		Баллы
		юниоры/ мужчины	юниорки/ женщины	
1	2	3	4	5
		9 раз	-	80
		10 раз	-	90
		11 раз и более	-	100
2.7.	Исходное положение – стойка на руках, на жерди. Оборот назад не касаясь жерди в стойку на руках и спад в вис, с последующим подъемом разгибом в упор и отмахом в стойку на руках	-	менее 6 раз	-100
		-	6 раз	50
		-	7 раз	60
		-	8 раз	70
		-	9 раз	80
		-	10 раз	90
		-	11 раз и более	100
2.8.	Стойка на руках на полу. Фиксация положения	менее 60 с	-	-100
		60 с	-	50
		62 с	-	60
		64 с	-	70
		66 с	-	80
		68 с	-	90
		70 с более	-	100
2.9.	Стойка на руках на гимнастическом бревне. Фиксация положения	-	менее 60 с	-100
		-	60 с	50
		-	62 с	60
		-	64 с	70
		-	66 с	80
		-	68 с	90
		-	70 с и более	100
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Спортивное звание «мастер спорта России»			

Приложение № 3
к Правилам приема на обучение
по дополнительной образовательной
программе спортивной подготовки
по виду спорта
«спортивная гимнастика»
в ГБУ ДО «СШОР № 3 им. Б.В. Пилкина»

Председателю апелляционной комиссии
ГБУ ДО «СШОР № 3 им. Б.В. Пилкина»

от _____

(Ф.И.О. полностью)

проживающего по адресу: _____

ЗАЯВЛЕНИЕ

Прошу пересмотреть результаты индивидуального отбора для поступления на обучение в ГБУ ДО «СШОР № 3 им. Б.В. Пилкина» на отделение спортивной гимнастики, полученные моим сыном/моей дочерью _____

(Ф.И.О. поступающего полностью)

на вступительном испытании по _____

(наименование испытания)

в связи с тем, что _____

(указать причины, по мнению родителей (законных представителей))

« ____ » _____ Г.

_____/_____
(подпись родителей, законных представителей/расшифровка)