

27

Государственное бюджетное нетиповое учреждение детский оздоровительно-образовательный
туристский центр Санкт-Петербурга
«БАЛТИЙСКИЙ БЕРЕГ»

ПРИНЯТО

Управляющим советом Учреждения
Протокол № 14 от 07.06.2018

Малым педагогическим (тренерским) советом
СДЮСШОР
Протокол № 3 от 16.05.2018

УТВЕРЖДЕНО Для
Документов
Приказом № 312 от 19.06.2018



ПОЛОЖЕНИЕ

о критериях спортивного отбора лиц, проходящих спортивную подготовку
в СДЮСШОР ГБОУ «Балтийский берег»

1. Общие положения

1.1. Положение о критериях спортивного отбора, группах спортивной подготовки и внутреннего перевода лиц, проходящих спортивную подготовку в СДЮСШОР Государственного бюджетного нетипового образовательного учреждения детский оздоровительно-образовательном туристском центре Санкт-Петербурга «Балтийский берег» (далее - Положение) разработано в соответствии с Федеральным законом от 4.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27.12.2013 №1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта», Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 30.10.2015 № 999 «Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации», приказом Министерства спорта Российской Федерации от 16.08.2013 № 645 «Об утверждении порядка приема лиц в физкультурно-спортивные организации, созданные Российской Федерацией и осуществляющие спортивную подготовку», а также федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта, которые реализуются в СДЮСШОР.

2. Порядок спортивного отбора лиц, проходящих спортивную подготовку

2.1. В соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки и программами спортивной подготовки, в СДЮСШОР используется система спортивного отбора, представляющая собой целевой поиск на соревнованиях различного уровня, тренировочных мероприятиях и показательных выступлениях перспективных спортсменов.

2.2. Система спортивного отбора включает:

- массовый просмотр и тестирование юношей и девушек с целью ориентирования их на занятия спортом;

- отбор перспективных юных спортсменов для комплектования (формирования) групп спортивной подготовки по видам спорта;

- просмотр и отбор перспективных юных спортсменов на тренировочных мероприятиях (сборах) и соревнованиях;

- критерии спортивного отбора по физической и специальной физической подготовки лиц проходящих спортивную подготовку по спортивному ориентированию (Приложение № 1);

- критерии спортивного отбора по физической и специальной физической подготовки лиц проходящих спортивную подготовку по спортивному скалолазанию (Приложение № 2);

- критерии спортивного отбора по физической и специальной физической подготовки лиц проходящих спортивную подготовку по парусному спорту (Приложение № 3);

- критерии спортивного отбора по физической и специальной физической подготовки лиц проходящих спортивную подготовку по рафтингу (Приложение № 4);

Порядок спортивного отбора лиц, проходящих спортивную подготовку в СДЮСШОР, определяет порядок формирования групп спортивной подготовки.

2.3. Первичными критериями, определяющими степень совпадения потенциальных возможностей поступающего с требованиями, которые предъявляют реализуемые виды спорта СДЮСШОР, является отсутствие патологических отклонений в состоянии здоровья, хорошая координация движений, показатели выносливости, ловкости, быстроты реакции, внимания и памяти. При проведении спортивного отбора необходимо принимать во внимание также психические качества (смелость, решительность, активность, самостоятельность).

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «Спортивное ориентирование»

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
Кросс		
Скоростные качества	Бег 100 м (не более 14 с)	Бег 100 м (не более 15,5 с)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 185 см)	Прыжок в длину с места (не менее 165 см)
Выносливость	Бег 1500 м (не более 5 мин 10 с)	Бег 1000 м (не более 4 мин 10 с)
	Бег 5000 м (не более 18 мин 30 с)	Бег 3000 м (не более 12 мин 50 с)
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа	
Спортивный разряд	Кандидат в мастера спорта	

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе высшего спортивного мастерства по виду спорта «Спортивное ориентирование»

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Мужчины	Женщины
Кросс		
Скоростные качества	Бег 100 м (не более 13 с)	Бег 100 м (не более 14,2 с)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 200 см)	Прыжок в длину с места (не менее 180 см)
Выносливость	Бег 1500 м (не более 4 мин 30 с)	Бег 1000 м (не более 3 мин 35 с)
	Бег 5000 м (не более 17 мин 30 с)	Бег 3000 м (не более 12 мин 10 с)
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа	
Спортивное звание	Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса	

**Нормативы
общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе
совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «Скалолазание»**

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
Лазание на скорость		
Скоростные качества	Бег на 30 м (не более 6 с)	Бег на 30 м (не более 6,4 с)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 210 см)	Прыжок в длину с места (не менее 175 см)
	Прыжок в высоту с места (не менее 35 см)	Прыжок в высоту с места (не менее 25 см)
Силовые качества	Подтягивание на перекладине (не менее 20 раз)	Подтягивание на перекладине (не менее 12 раз)
	Лазание без помощи ног по канату 5 м (без учета времени)	Лазание без помощи ног по канату 5 м (без учета времени)
Силовая выносливость	Поднос ног к перекладине (не менее 20 раз)	Поднос ног к перекладине (не менее 15 раз)
Координация	Челночный бег 3x10 м (не более 8 с)	Челночный бег 3x10 м (не более 8,5 с)
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа	Обязательная техническая программа
Спортивный разряд	Кандидат в мастера спорта	
Лазание на трудность		
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 210 см)	Прыжок в длину с места (не менее 175 см)
	Прыжок в высоту с места (не менее 35 см)	Прыжок в высоту с места (не менее 25 см)
Силовые качества	Подтягивание на перекладине (не менее 20 раз)	Подтягивание на перекладине (не менее 12 раз)
	Лазание без помощи ног по канату 5 м (без учета времени)	Лазание без помощи ног по канату 5 м (без учета времени)
Силовая выносливость	Поднос ног к перекладине (не менее 20 раз)	Поднос ног к перекладине (не менее 15 раз)
Координация	Челночный бег 3x10 м (не более 8 с)	Челночный бег 3x10 м (не более 8,5 с)
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя на возвышении (не менее 7 см)	Наклон вперед из положения стоя на возвышении (не менее 10 см)
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа	Обязательная техническая программа
Спортивный разряд	Кандидат в мастера спорта	
Боулдеринг		
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 210 см)	Прыжок в длину с места (не менее 175 см)
	Прыжок в высоту с места (не менее 35 см)	Прыжок в высоту с места (не менее 25 см)
Силовые качества	Подтягивание на перекладине (не менее 20 раз)	Подтягивание на перекладине (не менее 12 раз)
	Лазание без помощи ног по канату	Лазание без помощи ног по канату

	5 м (без учета времени)	5 м (без учета времени)
Силовая выносливость	Поднос ног к перекладине (не менее 20 раз)	Поднос ног к перекладине (не менее 15 раз)
Координация	Челночный бег 3x10 м (не более 8 с)	Челночный бег 3x10 м (не более 8,5 с)
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя на возвышении (не менее 7 см)	Наклон вперед из положения стоя на возвышении (не менее 10 см)
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа	Обязательная техническая программа
Спортивный разряд	Кандидат в мастера спорта	

Нормативы

общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе высшего спортивного мастерства по виду спорта «Скалолазание»

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
Лазание на скорость		
Скоростные качества	Бег на 30 м (не более 5,5 с)	Бег на 30 м (не более 6 с)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 235 см)	Прыжок в длину с места (не менее 200 см)
	Прыжок в высоту с места (не менее 45 см)	Прыжок в высоту с места (не менее 35 см)
Силовые качества	Подтягивание на перекладине (не менее 25 раз)	Подтягивание на перекладине (не менее 20 раз)
	Лазание без помощи ног по канату 5 м (не более 7,8 с)	Лазание без помощи ног по канату 5 м (не более 9 с)
Силовая выносливость	Поднос ног к перекладине (не менее 25 раз)	Поднос ног к перекладине (не менее 20 раз)
Координация	Челночный бег 3x10 м (не более 7,5 с)	Челночный бег 3x10 м (не более 8 с)
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа	Обязательная техническая программа
Спортивное звание	Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса	
Лазание на трудность		
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 235 см)	Прыжок в длину с места (не менее 200 см)
	Прыжок в высоту с места (не менее 45 см)	Прыжок в высоту с места (не менее 35 см)
Силовые качества	Подтягивание на перекладине (не менее 25 раз)	Подтягивание на перекладине (не менее 20 раз)
	Лазание без помощи ног по канату 5 м (не более 7,8 с)	Лазание без помощи ног по канату 5 м (не более 9 с)
Силовая выносливость	Поднос ног к перекладине (не менее 25 раз)	Поднос ног к перекладине (не менее 20 раз)
Координация	Челночный бег 3x10 м (не более 7,5 с)	Челночный бег 3x10 м (не более 8 с)
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя на возвышении (не менее 10 см)	Наклон вперед из положения стоя на возвышении (не менее 10 см)
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа	Обязательная техническая программа
Спортивное звание	Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса	

Боулдеринг		
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 235 см)	Прыжок в длину с места (не менее 200 см)
	Прыжок в высоту с места (не менее 45 см)	Прыжок в высоту с места (не менее 35 см)
Силовые качества	Подтягивание на перекладине (не менее 25 раз)	Подтягивание на перекладине (не менее 20 раз)
	Лазание без помощи ног по канату 5 м (не более 7,8 с)	Лазание без помощи ног по канату 5 м (не более 9 с)
Силовая выносливость	Поднос ног к перекладине (не менее 25 раз)	Поднос ног к перекладине (не менее 20 раз)
Координация	Челночный бег 3x10 м (не более 7,5 с)	Челночный бег 3x10 м (не более 8 с)
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя на возвышении (не менее 10 см)	Наклон вперед из положения стоя на возвышении (не менее 10 см)
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа	Обязательная техническая программа
Спортивное звание	Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса	

Приложение № 3

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для зачисления в группы на этапе совершенствования
спортивного мастерства по виду спорта «Парусный спорт»**

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
Быстрота	Плавание 400 м (не более 8 мин 15 с)	Плавание 400 м (не более 9 мин 00 с)
Скоростно-силовые качества	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа за 30 с (не менее 12 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа за 30 с (не менее 10 раз)
Выносливость	Бег 3000 м (не более 12 мин 30 с)	Бег 3000 м (не более 13 мин 30 с)
Сила	Подтягивание на перекладине (не менее 14 раз)	Подтягивание на перекладине (не менее 7 раз)
	Подъем туловища, лежа на спине (не менее 25 раз)	Подъем туловища, лежа на спине (не менее 20 раз)
Силовая выносливость	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 35 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 30 раз)
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа	Обязательная техническая программа
Спортивный разряд	Кандидат в мастера спорта	

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе высшего спортивного мастерства по виду спорта «Парусный спорт»

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Мужчины	Женщины
Быстрота	Плавание 400 м (не более 7 мин 30 с)	Плавание 400 м (не более 8 мин 00 с)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 240 см)	Прыжок в длину с места (не менее 220 см)
Выносливость	Бег 3000 м (не более 12 мин 00 с)	Бег 3000 м (не более 13 мин 00 с)
Сила	Подтягивание на перекладине (не менее 16 раз)	Подтягивание на перекладине (не менее 8 раз)
	Подъем туловища, лежа на спине (не менее 50 раз)	Подъем туловища, лежа на спине (не менее 45 раз)
Силовая выносливость	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 35 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 30 раз)
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа	Обязательная техническая программа
Спортивное звание	Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса	

Приложение № 4

Нормативы общей и специальной физической подготовки для зачисления спортсменов в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «Рафтинг»

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
Скоростные качества	Бег 100 м (не более 14 с.)	Бег 100 м (не более 16 с.)
Скоростно-силовые качества	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа за 30 с. (не менее 15 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа за 30 с. (не менее 12 раз)
Выносливость	Бег 3000 м (не более 15 мин)	Бег 3000 м (не более 16 мин.)
Сила	Жим штанги лежа (весом не менее 85% от собственного веса)	Жим штанги лежа (весом не менее 75% от собственного веса)
Силовая выносливость	Жим штанги лежа весом не менее 50% от собственного веса за 2 мин (не менее 40 раз)	Жим штанги лежа весом не менее 50% от собственного веса за 2 мин (не менее 30 раз)
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа	
Спортивный разряд	Кандидат в мастера спорта	

**Нормативы общей и специальной физической подготовки для зачисления спортсменов
в группы на этапе высшего спортивного мастерства по виду спорта
«Рафтинг»**

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Мужчины	Женщины
Скоростные качества	Бег 100 м (не более 15 с)	Бег 100 м (не более 16,5 с)
Выносливость	Бег 3000 м (не более 14 мин 30 с)	Бег 3000 м (не более 15 мин)
Сила	Жим штанги лежа (весом не менее 90% от собственного веса)	Жим штанги лежа (весом не менее 80% от собственного веса)
Силовая выносливость	Жим штанги лежа весом не менее 50% от собственного веса за 3 мин (не менее 70 раз)	Жим штанги лежа весом не менее 50% от собственного веса за 3 мин (не менее 60 раз)
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа	
Спортивное звание	Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса	