

**Муниципальное казенное образовательное учреждение
дополнительного образования «Кетовская районная детско-юношеская
спортивная школа имени Охохонина Владимира Федоровича»**

**Принята
Педагогическим Советом
МКОУДО «Кетовская районная
ДЮСШ имени Охохонина В.Ф.»
Протокол №1 от 28.08.2025г.**

**Утверждаю:
Директор МКОУДО «Кетовская
районная ДЮСШ имени Охохонина В.Ф.»
_____ О.М.Сысолов
Приказ №36 от 28.08.2025г.**

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
Муниципального казенного образовательного учреждения дополнительного
образования «Кетовская районная детско-юношеская спортивная школа
имени Охохонина Владимира Федоровича»
на 2025-2026 учебный год**

2025г

СОДЕРЖАНИЕ

I. АНАЛИТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ	3
II. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
2.1. Нормативно-правовые и научно-методические основы Программы	4
2.2. Направленность Программы	4
2.3. Цель и задачи Программы	5
2.4. Планируемые результаты Программы	6
III. ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	7
3.1. Организация образовательной деятельности	7
3.2. Расписание и режим работы Учреждения	8
3.3. Годовой учебно-тренировочный план на 52 недели учебно-тренировочной и соревновательной деятельности по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «Футбол».	11
3.4. Годовой учебно-тренировочный план на 52 недели учебно-тренировочной и соревновательной деятельности по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «Баскетбол».	12
3.5. Годовой учебно-тренировочный план на 52 недели учебно-тренировочной и соревновательной деятельности по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «Полиатлон».	13
3.6. Годовой учебно-тренировочный план на 52 недели учебно-тренировочной и соревновательной деятельности по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «Шахматы».	14
3.7. Годовой учебно-тренировочный план на 52 недели учебно-тренировочной и соревновательной деятельности по дополнительным общеразвивающим программам.	15
3.8. Нормативы максимального объема тренировочной нагрузки, наполняемости учебных групп, минимального возраста для зачисления и требования к уровню спортивной квалификации для зачисления	16
3.9. Календарный учебный график	16
IV. РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	18
4.1. Программное обеспечение образовательной деятельности	18
4.2. Материально-технические условия	19
4.3. Кадровое обеспечение	20
V. УЧЕБНЫЙ ПЛАН	25
5.1. Цель и задачи учебного плана	25
5.2. Формы аттестации	25
5.3. Оценочные и методические материалы	26
Приложение 1. Учебный план.	
Приложение 2-6. Нормативные требования к оценке показателей по общей физической, специальной физической и технической подготовке при проведении промежуточной аттестации обучающихся. Требования к уровню квалификации, объему соревновательной деятельности.	
Приложение 7-14. Вопросы по теоретической подготовке при проведении промежуточной аттестации обучающихся	
Приложение 15-22. Вопросы для оценки уровня освоения Программы по теоретической подготовке и нормативные требования к оценке показателей по выполнению специализированных упражнений при проведении итоговой аттестации обучающихся по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки	

I. АНАЛИТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Полное наименование учреждения в соответствии с учредительными документами: Муниципальное казенное образовательное учреждение дополнительного образования «Кетовская районная детско-юношеская спортивная школа имени Охохонина Владимира Федоровича».

Сокращенное наименование учреждения в соответствии с учредительными документами: МКОУДО «Кетовская районная ДЮСШ имени Охохонина В.Ф.».

Дата создания и (или) регистрации учреждения: 1978 год

Юридический адрес учреждения: 641310 Курганская обл., Кетовский МО, с.Кетово, ул. Космонавтов, д. 43а

Фактический адрес учреждения: 641310 Курганская обл., Кетовский МО, с.Кетово, ул. Космонавтов, д. 43а.

Ф.И.О. директора: Сысолов Олег Михайлович

Телефон/факс учреждения: 8(35231)23041

Адрес электронной почты учреждения: ketov.sporting-school45@inbox.ru

Адрес официального сайта учреждения: <https://sportschoolketovo.profi.edu.ru/>

Учредитель учреждения: Администрация Кетовского муниципального округа

Адрес учредителя: 641310 Кетовский МО, с.Кетово, ул.Космонавтов, 39

Основной вид деятельности: дополнительное образование детей и взрослых.

Деятельность МКОУДО «Кетовская районная ДЮСШ имени Охохонина В.Ф.» проводится в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- Лицензия на право образовательной деятельности учреждения: дата получения 26 января 2016 г, серия 45Л01 № 0000456, регистрационный № 1253, срок действия – бессрочная.

- Санитарно-эпидемиологическое заключение: № 45.01.15.000.М.000003.02.21 от 25.02.2021г.

- Заключения Госпожнадзора: Заключение о соответствии объектов защиты обязательным требованиям пожарной безопасности

- №218 от 20. 09.2013 г. по адресу 641310, Курганская область, Кетовский МО, с.Кетово, ул. Космонавтов, 43а;

- Устав учреждения: Устав утвержден Постановлением администрации Кетовского муниципального округа №3192 от 6 декабря 2023 года.

II. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Образовательная программа (далее - Программа) МКОУДО "Кетовская районная ДЮСШ имени Охохонина В.Ф." (далее - Учреждение) является нормативно-управленческим документом, который определяет цели, задачи, объем, содержание, планируемые результаты, характеризует специфику содержания образования Учреждения, особенности организации учебно-тренировочного процесса и реализуется через учебно-тренировочную деятельность с соблюдением требований государственных санитарно-эпидемиологических правил и нормативов.

В основе ее построения лежат принципы:

- *системности*, предусматривающие тесную взаимосвязь всех звеньев образовательного процесса спортивной школы: участники образовательного процесса, программное и материально-техническое обеспечение, содержание соревновательной деятельности и всех сторон учебно-тренировочного процесса: физической, технической, тактической, психологической, интегральной, теоретической подготовки; воспитательной работы; восстановительных мероприятий; педагогического и медицинского контроля;

- *преемственности*, который определяет обеспечение последовательного изучения учебного материала на протяжении всего обучения, соответствия его требованиям спортивного

мастерства, преемственность задач, средств и методов тренировки, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, рост показателей физической, технико-тактической и интегральной подготовленности на всех уровнях обучения.

- *вариативности*, предполагающего учет индивидуальных особенностей обучающихся (спортсменов), обоснованную смену и разнообразие тренировочных средств и нагрузок на разных уровнях обучения, выбор средств и методов в зависимости от определенной педагогической задачи.

Программа предполагает организацию образовательного и тренировочного процессов в общей системе подготовки спортсменов, а также формирование способов самостоятельного овладения знаниями в избранном виде спорта и их использования для индивидуального совершенствования умений, навыков и технических приемов.

2.1. Нормативно-правовые и научно-методические основы Программы

Программа разработана на основании следующих нормативно-правовых актов:

1. Федеральный закон от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

2. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

3. Федеральный закон от 30.04.2021г. № 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации».

4. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”.

5. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022г №678-р).

6. Конституция Российской Федерации.

7. Конвенция о правах ребенка, одобренная Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989г.

8. Приказ Минспорта России от 03.08.2022 №634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным программам спортивной подготовки».

9. Приказ Минспорта РФ от 27.01.2023 г. №57 «Об утверждении порядка приема на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки».

10. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

11. СП 2.1.3678-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к эксплуатации помещений, зданий, сооружений, оборудования и транспорта, а также условиям деятельности хозяйствующих субъектов, осуществляющих продажу товаров, выполнение работ или оказание услуг".

12. СП 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (раздел VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи).

Также программа учитывает внутренние нормативные правовые акты Учреждения.

2.2. Направленность Программы

Программа направлена на укрепление здоровья, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся, удовлетворение в двигательной активности, получение начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта, дальнейшее

совершенствование спортивного мастерства обучающихся по программам спортивной подготовки, подготовка к поступлению в профессиональные образовательные организации и образовательные организации высшего образования в сфере образования и педагогики в области физической культуры и спорта, отбор одаренных детей, создание условий для их физического воспитания и физического развития, передача наиболее одаренных в Училища олимпийского резерва.

Программа направлена на удовлетворение потребностей:

- обучающихся – в получении дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности, стимулирующих физическое развитие, освоение основ личностного самоопределения;
- родителей – в обеспечении условий для развития и физического совершенствования детей, организации их занятости, активного отдыха и досуга;
- общества – в воспитании здоровой нации, популяризации физической культуры, привлечении большего числа к активным занятиям спортом, реализации дополнительных образовательных программ, обеспечивающих воспитание таких личностных качеств как готовность к ответственности и взаимодействию в коллективе, сотрудничеству, ориентация на нравственную оценку и самооценку.

2.3. Цель и задачи Программы

Цель - создание необходимых условий, обеспечивающих получение дополнительного образования по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта и дополнительным образовательным программам спортивной подготовки, включающих спортивную подготовку в избранном виде спорта и физическое воспитание и развитие детей и взрослых.

Задачи:

- организация обучения по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта и дополнительным образовательным программам спортивной подготовки;
- увеличение охвата детей и молодежи регулярными занятиями физической культуры и спорта;
- удовлетворение потребностей обучающихся в получении дополнительного образования;
- выявление и поддержка детей, проявивших выдающиеся способности в спорте;
- отбор перспективных учащихся для дальнейшего совершенствования по программам спортивной подготовки, передача наиболее одаренных в Училища олимпийского резерва;
- обеспечение участия обучающихся (спортсменов) Учреждения в официальных спортивных мероприятиях;
- организация отдыха и оздоровления обучающихся в каникулярное время;
- выполнение работ по подготовке спортивного резерва для спортивных сборных команд муниципального округа;
- профессиональное самоопределение обучающихся;
- развитие системы воспитательной работы с обучающимися;
- совершенствование методического обеспечения образовательного процесса с целью повышения качества образования;
- повышение квалификации и уровня профессионального мастерства тренеров-преподавателей, активизация их творческого потенциала;
- создание комфортной обстановки, атмосферы доброжелательности и сотрудничества;
- совершенствование системы работы по наполнению сайта учреждения;
- совершенствование нормативно-правовой основы деятельности детско-юношеской спортивной школы, с целью приведения ее в соответствие с современными требованиями;

- развитие материально-технической базы для обеспечения деятельности по подготовке высококвалифицированных спортсменов в избранном виде спорта;
- популяризацию физической культуры и спорта, здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;
- обеспечение спортивных сборных команд Учреждения, в том числе спортивной экипировкой, финансовое, методическое, медицинское и антидопинговое;
- организация и проведение физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий муниципального округа, в том числе организация и осуществление видов испытаний (тестирования) в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне (ГТО)».

Данная цель и задачи достижимы при решении специфических для каждого этапа обучения задач.

На спортивно-оздоровительном этапе – это расширение двигательных возможностей и компенсация дефицита двигательной активности.

На этапе начальной подготовки – базовая подготовка и определение избранного вида спорта для дальнейшей специализации.

На учебно-тренировочном этапе – специализация и углубленная тренировка в избранном виде спорта.

2.4. Планируемые результаты Программы

Планируемые результаты Программы:

1. Повышение уровня физической подготовленности обучающихся, успешное освоение ими системного содержания дополнительного образования в области физической культуры и спорта.
2. Повышение числа обучающихся в Учреждении.
3. Самоопределение, саморегуляция, самосовершенствование, самореализация личности спортсмена. Обретение качеств: ответственности, самостоятельности, инициативности, развитого чувства собственного достоинства, конструктивности поведения.
4. Формирование социально-значимых качеств личности, обладающей гражданской позицией, навыками нравственного поведения.
5. Формирование творческой активности педагогического коллектива, развитие исследовательского подхода к тренерско-преподавательской деятельности, к инновационной деятельности, способность осуществлять ее на практике.
6. Увеличение количества победителей, призёров региональных и Всероссийских соревнований, представительства спортсменов Учреждения в сборных командах Курганской области и Российской Федерации.
7. Повышение конкурентоспособности и профессиональной мобильности выпускников Учреждения.

Результаты прохождения спортивной подготовки по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки, в том числе по отдельным этапам спортивной подготовки:

На этапе начальной подготовки (НП):

- формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом;
- получение общих теоретических знаний о физической культуре и спорте, в том числе, о виде спорта;
- формирование двигательных умений и навыков, в том числе в виде спорта;
- повышение уровня физической подготовленности и всестороннее гармоничное развитие физических качеств;

- обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях, начиная со второго года;
- укрепление здоровья.

На учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) (УТ):

- формирование устойчивого интереса к занятиям, выбранным видом спорта;
- формирование разносторонней общей и специальной физической подготовленности, а также теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности, соответствующей виду спорта;

- обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и формирование навыков соревновательной деятельности;

- укрепление здоровья.

На этапе совершенствования спортивного мастерства (ССМ):

- повышение уровня общей и специальной физической, теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности;

- обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и совершенствование навыков в условиях соревновательной деятельности;

- сохранение здоровья.

III. ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

3.1. Организация образовательной деятельности

Образовательная деятельность и учебно-тренировочный процесс в Учреждении осуществляется в соответствии с Программой. Данная Программа - это комплекс основных характеристик образования (объем, содержание, планируемые результаты) и организационно-педагогических условий, который представлен в виде учебного плана, календарного учебного графика, оценочных и методических материалов, форм аттестации, режима и расписания учебно-тренировочных занятий, определяющих ежедневную продолжительность и количество занятий с учётом требований педагогической целесообразности, возрастных особенностей обучающихся, возможностей материальной базы, санитарных норм.

Обучение и воспитание в Учреждении ведутся на русском языке. Учреждение реализует предоставленное государством право граждан РФ на получение дополнительного образования на родном языке.

Учреждение культивирует десять видов спорта: полиатлон, лыжные гонки, легкая атлетика, футбол, баскетбол, волейбол, хоккей, гиревой спорт, шахматы, самбо.

Учреждение предоставляет бесплатные образовательные услуги по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки и дополнительным общеразвивающим программам физкультурно-спортивной направленности.

Дополнительные общеразвивающие программы в области физической культуры и спорта направлены на вовлечение лиц в систематические занятия физической культурой и спортом, на физическое воспитание, физическое развитие личности, формирование культуры здорового образа жизни, выявление одаренных детей, получение ими начальных знаний о физической культуре и спорте.

Дополнительные образовательные программы спортивной подготовки направлены на всестороннее физическое и нравственное развитие, физическое воспитание, совершенствование спортивного мастерства обучающихся посредством организации их систематического участия в спортивных мероприятиях, включая спортивные соревнования, в том числе в целях включения обучающихся в состав спортивных сборных команд.

Дополнительные общеразвивающие программы по видам спорта предусматривают спортивно-оздоровительный уровень обучения (от 3 до 6 лет).

Дополнительные образовательные программы спортивной подготовки по видам спорта предусматривают несколько этапов спортивной подготовки:

- этап начальной подготовки (НП);
- учебно-тренировочный этап (УТ);
- этап совершенствования спортивного мастерства (ССМ).

Образовательную деятельность МКОУДО "Кетовская районная ДЮСШ имени Охохонина В.Ф." осуществляет по адресу с.Кетово, ул.Космонавтов, д.43а.

Также в соответствии с договорами о сетевой форме реализации дополнительных общеобразовательных программ:

- МКОУ «Кетовская СОШ им. Контр-адмирала Иванова», 641310 Курганская область, Кетовский район, с.Кетово, ул.Космонавтов, д.49а

- МКОУ "Лесниковский лицей им. Героя России Тюнина А.В.", 641300 Курганская область Кетовский район, с. Лесниково мкр-н КГСХА д. 9

- МКОУ «Митинская СОШ имени Немирова А.Д.», 641315 Курганская область Кетовский район, с.Митино, ул.Советская д. 15

- МКОУ "Шмаковская средняя общеобразовательная школа», 641307, Курганская область, Кетовский район, с.Шмаково, ул. Заречная, д. 46

- МКОУ "Новосидоровская СОШ имени 25 героев 12 пограничной заставы», 641320, Курганская область, Кетовский район, с.Новая Сидоровка, ул. Садовая, д. 3

- МКОУ "Иковская средняя общеобразовательная школа», 641300, Курганская область, Кетовский район, с.Иковка, ул. Миронова, д. 45

- МКОУ "Садовская СОШ», 641325, Курганская область, Кетовский район, с.Садовое, ул. Октябрьская, 28

Также в соответствии с договорами безвозмездного пользования на базе сельских поселений:

- Муниципальное казенное учреждение «Садовский территориальный отдел Администрации Кетовского муниципального округа Курганской области, 641325 Курганская область, Кетовский муниципальный округ, с.Садовое, ул.Ленина, д.4 литера Б

Также в соответствии с договором аренды федерального недвижимого имущества, закрепленного за учреждением на праве оперативного управления №2025-17.01/1 от 1 апреля 2025 года с ФГБОУВО «Курганский государственный университет».

Основными формами организации учебно-тренировочного процесса являются: групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия, учебно-тренировочные мероприятия, спортивные соревнования, согласно объему соревновательной деятельности и иные виды (формы) обучения: работа по индивидуальным планам, медико-восстановительные (реабилитационные) мероприятия, тестирование, прохождение углубленного медицинского осмотра, участие в соревнованиях, матчевых встречах, учебно-тренировочных сборах в условиях спортивно-оздоровительного лагеря и перед соревнованиями, инструкторская и судейская практика.

Спортивно-массовая работа организуется в соответствии с утвержденным календарным планом спортивно-массовой работы, в том числе в каникулярное время, выходные и праздничные дни. В день проведения спортивно-массовых мероприятий обучающиеся, участвующие в данных мероприятиях, освобождены от учебных занятий.

3.2. Расписание и режим работы Учреждения

Учреждение организует работу с детьми в течение всего календарного года. Учебный год начинается – 1 сентября. При совпадении 1 сентября и выходного дня (воскресенья), учебный год начинается со следующего после выходного рабочего дня.

Режим работы с обучающимися осуществляется ежедневно с 8⁰⁰ часов до 21⁰⁰ часа, включая выходные дни. Для обучающихся в возрасте до 7 лет допускается окончание занятий в 19³⁰, в возрасте 7-10 лет допускается окончание занятий в 20⁰⁰, в возрасте 10-18 лет окончание занятий допускается в 21⁰⁰ часов.

В Учреждении организуется 60-минутный перерыв между сменами для уборки и проветривания помещения с 13⁰⁰ часов до 14⁰⁰ часов.

Организация обучения строится в соответствии с учебным планом и дополнительными общеобразовательными программами, рассчитанными на 46 недель учебных занятий непосредственно в условиях спортивной школы, и дополнительно 6 недель в условиях спортивно-оздоровительного лагеря и (или) по индивидуальным планам обучающихся на период их активного отдыха.

Учебно-тренировочный процесс в Учреждении по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки ведется в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом (включая период самостоятельной подготовки по индивидуальным планам спортивной подготовки для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса).

При включении в учебно-тренировочный процесс самостоятельной подготовки ее продолжительность составляет не менее 10% и не более 20% от общего количества часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом организации, реализующей дополнительные образовательные программы спортивной подготовки.

Таблица 1- Режим занятий обучающихся

Этапы образовательного процесса	Спортивно-оздоровительный этап	Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап	Этап совершенствования спортивного мастерства
Начало учебного года	1 сентября	1 сентября	1 сентября	1 сентября
Продолжительность учебного года	52 недели (46 недель учебных занятий непосредственно в условиях спортивной школы, и дополнительно 6 недель в условиях спортивно-оздоровительного лагеря и (или) по индивидуальным планам обучающихся на период их активного отдыха)			
Продолжительность учебной недели	Семидневная рабочая неделя (в зависимости от учебной нагрузки по видам спорта и этапам обучения)			
Продолжительность занятия	Не более 2-х академических часов	Не более 2-х академических часов	Не более 3-х академических часов	Не более 4-х академических часов
Вступительные испытания	Не требуется	Сдача вступительных испытаний - август		
Промежуточная аттестация	По дополнительным образовательным программам спортивной подготовки сдача контрольно-переводных нормативов по общей физической и специальной физической подготовке, зачет обучающихся по теоретической подготовке, оценка уровня спортивной квалификации обучающегося, результаты выступления обучающегося на официальных спортивных соревнованиях (июнь). По дополнительным общеразвивающим программам сдача контрольно-переводных нормативов по общей физической и специальной физической подготовке и зачет обучающихся по теоретической подготовке (июнь).			
Итоговая аттестация	Тестирование с целью определения уровня теоретической (правила по виду спорта, антидопинговые правила) и практической подготовленности спортсменов (НП, УТ, ССМ) по разделам подготовки дополнительной образовательной программы спортивной подготовки (июнь)			
Окончание учебного года	31 августа	31 августа	31 августа	31 августа
Каникулы летние, зимние	Учебно-тренировочные занятия проводятся в условиях оздоровительного лагеря и (или) по индивидуальным планам			

Учебные занятия организуются в две смены. Время и последовательность занятий учебных групп в течение дня и недели определяется расписанием занятий. Расписание занятий составляется администрацией Учреждения и утверждается директором по представлению тренера-преподавателя в целях установления более благоприятного режима тренировок обучающихся и утверждается директором. Между занятиями в общеобразовательном учреждении и посещения спортивной школы устанавливается перерыв для отдыха не менее 20 минут.

Продолжительность одного занятия по дополнительным общеразвивающим программам не должна превышать 2 академических часов в одно занятие.

Продолжительность занятий по дополнительным общеразвивающим программам для детей в возрасте от 5 до 6 лет не должна превышать 25 мин, от 6 до 7 лет - 30 минут, 1 класс (сентябрь-декабрь) – 35 минут, 1 класс (январь-май) – 40 минут, 2-11 классы – 45 минут.

По дополнительным образовательным программам спортивной подготовки Учреждение проводит учебно-тренировочный процесс в соответствии с учебно-тренировочным планом круглогодичной подготовки, рассчитанным исходя из астрономического часа (60 минут).

Продолжительность одного занятия на этапе начальной подготовки не более 2-х часов в день. На учебно-тренировочном этапе продолжительность занятий не более 3-х часов в день. В группах спортивного совершенствования продолжительность занятий не более 4-х часов в день, при проведении более одного учебно-тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не должна составлять более восьми часов.

В часовой объем учебно-тренировочного занятия входят теоретические, практические, восстановительные, медико-биологические мероприятия, инструкторская и судейская практика.

В соответствии со спецификой Учреждения, как учреждения физкультурно-спортивной направленности, учебные занятия проводятся сдвоенными. Неустановленные перерывы (10 минут) суммируются и используются для выполнения другой педагогической работы. Другая часть педагогической работы, требующая затрат рабочего времени, которое не конкретизировано по количеству часов, вытекает из должностных обязанностей тренеров-преподавателей, предусмотренных Уставом Учреждения, правилами внутреннего трудового распорядка, тарифно-квалификационными характеристиками, и регулируется графиками и планами работы, в т.ч. личными планами педагогического работника.

Количество учебных часов в неделю на каждую группу, периодичность занятия каждой группы устанавливается с учетом образовательной программы по виду спорта, года обучения, возраста обучающихся, результативности деятельности и утверждается директором.

3.3. Годовой учебно-тренировочный план на 52 недели учебно-тренировочной и соревновательной деятельности по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «Футбол»

№п/ п	Виды подготовки и иные мероприятия	Этапы подготовки							
		Этап начальной подготовки			Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)				
		1-й год	2-й год	3-й год	1-й год	2-й год	3-й год	4-й год	5-й год
		Недельная нагрузка в часах							
		6	6	8	10	10	12	12	12
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах							
		2	2	2	3	3	3	3	3
		Наполняемость групп (человек)							
		14-22	14-22	14-22	12-20	12-20	12-20	12-20	12-20
1.	Общая физическая подготовка	44	44	58	73	73	88	88	88
2.	Специальная физическая подготовка	-	-	-	41	41	49	56	56
3.	Участие в спортивных соревнованиях	-	-	-	36	36	44	44	44
4.	Техническая подготовка	147	147	188	189	189	225	125	125
5.	Тактическая подготовка	2	2	3	17	17	23	40	40
6.	Теоретическая подготовка	2	2	3	13	13	15	20	20
7.	Психологическая подготовка	2	2	2	11	11	12	14	14
8.	Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	7	7	7	7	7	7	7	7
9.	Инструкторская практика				5	5	6	6	6
10.	Судейская практика				5	5	6	6	6
11.	Медицинские, медико-биологические мероприятия	3	3	5	4	4	6	23	23
12.	Восстановительные мероприятия	2	2	4	4	4	5	20	20
13.	Интегральная подготовка	103	103	146	115	115	138	175	175
Общее количество часов в год		312	312	416	520	520	624	624	624

3.4. Годовой учебно-тренировочный план на 52 недели учебно-тренировочной и соревновательной деятельности по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «Баскетбол»

№п/ п	Виды подготовки и иные мероприятия	Этапы подготовки							
		Этап начальной подготовки			Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)				
		1-й год	2-й год	3-й год	1-й год	2-й год	3-й год	4-й год	5-й год
		Недельная нагрузка в часах							
		6	6	8	10	10	12	12	12
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах							
		2	2	2	3	3	3	3	3
		Наполняемость групп (человек)							
		14-22	14-22	14-22	12-20	12-20	12-20	12-20	12-20
1.	Общая физическая подготовка	66	66	80	79	79	94	81	81
2.	Специальная физическая подготовка	46	46	70	88	88	107	107	107
3.	Участие в спортивных соревнованиях				31	31	37	50	50
4.	Техническая подготовка	102	102	129	131	131	156	131	131
5.	Тактическая подготовка	22	22	30	35	35	42	52	52
6.	Теоретическая подготовка	22	22	30	35	35	42	52	52
7.	Психологическая подготовка	12	12	15	18	18	22	27	27
8.	Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	7	7	7	7	7	7	7	7
9.	Инструкторская практика	-	-	-	3	3	3	3	3
10.	Судейская практика	-	-	-	2	2	3	3	3
11.	Медицинские, медико-биологические мероприятия	2	2	2	2	2	2	2	2
12.	Восстановительные мероприятия	2	2	3	2	2	3	3	3
13.	Интегральная подготовка	31	31	50	87	87	106	106	106
Общее количество часов в год		312	312	416	520	520	624	624	624

3.5. Годовой учебно-тренировочный план на 52 недели учебно-тренировочной и соревновательной деятельности по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «Полиатлон»

№	Виды подготовки и иные мероприятия	Этапы подготовки						
		Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)				Этап спортивного совершенствования
		1-й год	2-й год	1-й год	2-й год	3-й год	4-й год	Не ограничивается
		Недельная нагрузка в часах						
		6	6	10	10	12	12	18
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах						
		2	2	3	3	3	3	4
		Наполняемость групп (человек)						
		14-22	14-22	12-20	12-20	12-20	12-20	2-4
1.	Общая физическая подготовка	210	212	216	216	260	187	121
2.	Специальная физическая подготовка	56	110	152	152	185	260	374
3.	Участие в спортивных соревнованиях	-	4	10	10	12	29	65
4.	Техническая подготовка	21	46	74	74	88	116	187
5.	Тактическая подготовка	3	6	10	10	12	49	95
6.	Теоретическая подготовка	10	17	32	32	38	40	31
7.	Психологическая подготовка	3	6	10	10	12	20	27
8.	Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	7	7	7	7	7	7	7
9.	Инструкторская практика	-	2	3	3	3	7	9
10.	Судейская практика	-	2	2	2	3	7	9
11.	Медицинские, медико-биологические мероприятия	1	2	2	2	2	3	5
12.	Восстановительные мероприятия	1	2	2	2	2	3	6
Общее количество часов в год		312	416	520	520	624	728	936

3.6. Годовой учебно-тренировочный план на 52 недели учебно-тренировочной и соревновательной деятельности по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «Шахматы»

№	Виды подготовки и иные мероприятия	Этапы подготовки					
		Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)			
		1-й год	2-й год	1-й год	2-й год	3-й год	4-й год
		Недельная нагрузка в часах					
		6	6	10	10	12	12
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах					
		2	2	3	3	3	3
		Наполняемость групп (человек)					
		14-22	14-22	12-20	12-20	12-20	12-20
1.	Общая физическая подготовка	50	32	32	32	37	37
2.	Специальная физическая подготовка	-	-	27	27	31	31
3.	Участие в спортивных соревнованиях	-	12	20	20	25	25
4.	Техническая подготовка	108	110	166	166	200	200
5.	Тактическая подготовка	59	59	94	94	113	113
6.	Теоретическая подготовка	59	59	94	94	113	113
7.	Психологическая подготовка	27	27	47	47	55	55
8.	Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	7	7	7	7	7	7
9.	Инструкторская практика	-	2	10	10	13	13
10.	Судейская практика	-	2	10	10	12	12
11.	Медицинские, медико-биологические мероприятия	1	1	7	7	9	9
12.	Восстановительные мероприятия	1	1	6	6	9	9
Общее количество часов в год		312	312	520	520	624	624

3.7. Годовой учебно-тренировочный план на 52 недели учебно-тренировочной и соревновательной деятельности по дополнительным общеразвивающим программам.

Таблица 2- Годовой учебно-тренировочный план на спортивно-оздоровительном этапе.

№	Наименование предметных областей/формы учебной нагрузки	Общий объем учебной нагрузки	Соотношение объемов В%	Учебные занятия (в часах)		Распределение по годам обучения						Самостоятельная работа (ч)
				Теоретические	Практические	1-й год	2-й год	3-й год	4-й год	5-й год	6-й год	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
	Общий объем часов	1872	100 %	246	1626	312	312	312	312	312	312	207
1.	Обязательные предметные области:	1215	-	227	988	203	203	203	203	203	200	152
1.1.	Теоретические основы физической культуры и спорта	227	12 %	227	-	38	38	38	38	38	37	28
1.2.	Общая физическая подготовка	605	32%	-	605	101	101	101	101	101	100	76
1.4.	Вид спорта	383	21%	-	383	64	64	64	64	64	63	48
2.	Вариативные предметные области:	444	-	-	444	74	74	74	74	74	74	55
2.1.	Различные виды спорта и подвижные игры	192	10%	-	192	32	32	32	32	32	32	24
2.3.	Развитие творческого мышления	72	4%	-	72	12	12	12	12	12	12	9
2.4.	Специальные навыки	90	5%	-	90	15	15	15	15	15	15	11
2.5.	Спортивное и специальное оборудование	90	5%	-	90	15	15	15	15	15	15	11
3.	Практические занятия:	168	9%	-	168	28	28	28	28	28	28	
3.1.	Физкультурные и спортивные мероприятия	168	9%	-	168	28	28	28	28	28	28	
4.	Аттестация:											
4.1.	Текущий контроль	24	1%	12	12	4	4	4	4	4	4	
4.2.	Промежуточная аттестация	18	1%	6	12	3	3	3	3	3	3	
4.3.	Итоговая аттестация	3		1	2						3	

3.8. Нормативы максимального объема тренировочной нагрузки, наполняемости учебных групп, минимального возраста для зачисления и требования к уровню спортивной квалификации для зачисления

Таблица 4 - Нормативы максимального объема тренировочной нагрузки, наполняемости учебных групп, минимального возраста для зачисления и требования к уровню спортивной квалификации для зачисления

№	Вид спорта	Этапы спортивной подготовки	Год обучения	Кол-во часов в неделю	Кол-во тренировок в неделю	Общее кол-во часов	Мин. возраст для зачисления	Наполняемость групп	Максимальная наполняемость групп	Уровень спортивной квалификации
2	Футбол (спортивная подготовка)	НП	1	6	3-4	312	7	14	28	Не устанавливается
			2	6	3-4	312		14	28	
			3	8	3-4	416		14	28	
		УТ	1	10	4	520	10	12	24	3юн 2юн 1юн III
			2	10	4	520		12	24	
			3	12	4	624		12	24	
			4	12	4-6	624		12	24	
			5	12	4-6	624		12	24	
4	Баскетбол (спортивная подготовка)	НП	1	6	3	312	8	15	28	Не устанавливается
			2	6	3-4	312		15	28	
			3	8	3-4	416		15	28	
		УТ	1	10	4-5	520	11	12	24	3юн 2юн 1юн III II
			2	10	4-5	520		12	24	
			3	12	4-6	624		12	24	
			4	12	4-6	624		12	24	
			5	12	4-6	624		12	24	
6	Шахматы (спортивная подготовка)	НП	1	6	3	312	6	10	20	3юн 2юн 1юн
			2	6	3-4	312		10	20	
		УТ	1	10	4-5	520	8	6	12	III II I
			2	10	4-5	520		6	12	
			3	12	4-5	624		6	12	
			4	12	4-5	624		6	12	
8	Полиатлон (спортивная подготовка)	НП	1	6	3	312	10	10	20	3юн 2юн 1юн
			2	8	4-5	416		10	20	
		УТ	1	10	4-5	520	12	8	16	III II I
			2	10	4-5	520		8	16	
			3	12	4-5	624		8	16	
			4	14	5-6	728		8	16	
		ССМ	Не ограничено	18	6	936	16	2	4	КМС
11	Все виды	СО	1	3-6	3	156-312	5	15	30	Не устанавливается

3.9. Календарный учебный график

Календарный учебный график является составной частью образовательной программы организации, осуществляющей образовательную деятельность.

Календарный учебный график определяет чередование учебной деятельности (теоретических, практических и самостоятельных занятий), плановых перерывов при получении

дополнительного образования для отдыха и иных социальных целей (каникул) по календарным периодам учебного года, итоговой и промежуточной аттестаций.

МКОУДО "Кетовская районная ДЮСШ имени Охохонина В.Ф." на 2025-2026 уч. год

[illegible]

Условные обозначения: З - занятия по учебно-тренировочному плану, С- самостоятельная работа, Э - промежуточная аттестация, И - итоговая аттестация

IV. РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

4.1. Программное обеспечение образовательной деятельности

В Учреждении реализуются дополнительные образовательные программы спортивной подготовки и дополнительные общеразвивающие программы физкультурно-спортивной направленности. Дополнительные образовательные программы спортивной подготовки составлены в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта и примерными дополнительными образовательными программами спортивной подготовки по видам спорта.

Дополнительные образовательные программы спортивной подготовки направлены на всестороннее физическое и нравственное развитие, физическое воспитание, совершенствование спортивного мастерства обучающихся посредством организации их систематического участия в спортивных мероприятиях, включая спортивные соревнования, в том числе в целях включения обучающихся в состав спортивных сборных команд.

Дополнительные общеразвивающие программы в области физической культуры и спорта направлены на вовлечение лиц в систематические занятия физической культурой и спортом, на физическое воспитание, физическое развитие личности, формирование культуры здорового образа жизни, выявление одаренных детей, получение ими начальных знаний о физической культуре и спорте.

Таблица 5 - Программы, реализуемые в 2025-2026 учебном году

№	Программа	Автор-составитель
Дополнительные образовательные программы спортивной подготовки		
1	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта "Футбол"	Нелипович Е.В.
2	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта "Баскетбол"	Нелипович Е.В.
3	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта "Полиатлон"	Нелипович Е.В.
4	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта "Шахматы"	Нелипович Е.В.
Дополнительные общеразвивающие программы физкультурно-спортивной направленности		
1	Дополнительная общеразвивающая программа "Хоккей"	Нелипович Е.В.
2	Дополнительная общеразвивающая программа "Футбол"	Нелипович Е.В.
3	Дополнительная общеразвивающая программа "Баскетбол"	Нелипович Е.В.
4	Дополнительная общеразвивающая программа "Полиатлон"	Нелипович Е.В.
5	Дополнительная общеразвивающая программа "Гиревой спорт"	Нелипович Е.В.
6	Дополнительная общеразвивающая программа "Шахматы"	Нелипович Е.В.
7	Дополнительная общеразвивающая программа "Лыжные гонки"	Нелипович Е.В.
8	Дополнительная общеразвивающая программа "Самбо"	Нелипович Е.В.
9	Дополнительная общеразвивающая программа "Легкая атлетика"	Нелипович Е.В.
10	Дополнительная общеразвивающая программа "Волейбол"	Нелипович Е.В.

4.2. Материально-технические условия

Спортивная школа осуществляет образовательную деятельность в здании площадью 821 кв.м., из них 318,3 кв.м для осуществления образовательной деятельности (ул.Космонавтов, д.43а), имеющим спортивный зал, тренажерный зал, оснащенный спортивным инвентарем, душевые, раздевалки и другие подсобные помещения, прилегающая территория - 2808 кв.м. И в здании (ул. Космонавтов, 43), имеющим спортивный зал для единоборств (с душевыми и туалетами), помещение для спортивной подготовки полиатлонистов (с туалетами), класс для занятий шахматами (со столами и комплектами шахмат), теннисный класс (с теннисным столом, ракетками и теннисными мячами) общей площадью 1290 кв.м., из них 427,1 кв.м. для осуществления образовательной деятельности.

Полное наименование собственника объекта недвижимого имущества: Администрация Кетовского муниципального округа Курганской области.

Свидетельство о государственной регистрации права на здание школы - 45 АА 945805 от 21.09.2015г. Вид права: оперативное управление.

Свидетельство о государственной регистрации права на земельный участок: 45 АА 945984 от 21.09.2015г - постоянное (бессрочное) пользование.

На балансе Учреждения находится стадион, который имеет современную легкоатлетическую дорожку, новое синтетическое футбольное поле, площадки для уличного баскетбола, волейбола, площадка для городков. Также новый хоккейный корт и площадка с тренажерами.

Материально-техническая база Учреждения позволяет организовать образовательный процесс в соответствии с Уставом, лицензией и реализуемыми дополнительными общеобразовательными программами.

В Учреждении обновлен инвентарь по легкой атлетике, полиатлону, лыжным гонкам, гиревому спорту, волейболу, баскетболу, футболу, хоккею, шахматам. Для учащихся всех игровых видов спорта приобретена спортивная форма. На стадион закуплено легкоатлетическое оборудование (барьеры, стартовые колодки, стартовые пистолеты, ядра, копья и др.). В методический кабинет приобретена компьютерная техника, мебель.

Требованием к материально-техническим условиям реализации этапов спортивной подготовки по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки предусматривают (в том числе на основании договоров, заключенных в соответствии с гражданским законодательством Российской Федерации) является наличие соответствующей материально-технической базы и (или) объектом инфраструктуры (футбольного поля, хоккейного корта, игрового зала, тренировочного спортивного зала, тренажерного зала, раздевалок, душевых) и обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки, а также обеспечение спортивной экипировкой.

Учреждение в своей образовательной деятельности использует следующие спортивные объекты:

Таблица 6 - Спортивные сооружения

Наименование спортивных сооружений	Собственник спортсооружения	2025г
Стадион	МКОУДО «Кетовская районная ДЮСШ имени Охохонина В.Ф.» с.Кетово, ул. Стадионная 1	1
Спортивный зал 30x18	МКОУ «Кетовская СОШ им. Контр-адмирала Иванова» с.Кетово, ул. Космонавтов, д.49А	1
Спортивный зал 24x12	МКОУДО «Кетовская районная ДЮСШ имени Охохонина В.Ф.» с.Кетово, ул. Космонавтов, д.43а	1

	МКОУ «Кетовская СОШ им. Контр-адмирала Иванова» с.Кетово, ул. Космонавтов, д.49А	1
Спортивный зал 26х14	Лесниковский филиал ФГБОУ ВО «КГУ» с.Лесниково микрорайон КГСХА, д. 15	1
Спортивный зал 18х9	МКОУ «Шмаковская СОШ» с.Шмаково, ул.Заречная 46	1
	МКОУ "Новосидоровская СОШ имени 25 героев 12 пограничной заставы" с.Новая Сидоровка, ул. Садовая, 3	1
	МКОУ "Садовская СОШ», 641325, Курганская область, Кетовский район, с.Садовое, ул. Октябрьская, 28	1
	МКОУ «Иковская СОШ» с.Иковка, ул. Миронова, 45	1
	МКОУ «Лесниковский лицей имени Героя России Тюнина А.В.» с. Лесниково мкр-н КГСХА д. 9	1
	МКОУ «Митинская СОШ имени Немирова А.Д.» с. Митино, ул.Советская д.15	1
Корт1800кв.м.	Садовский территориальный отдел С.Садовое, ул.Пожарная д.1В	1
	МКОУДО «Кетовская районная ДЮСШ имени Охохонина В.Ф.» с.Кетово, ул. Космонавтов, д.43	1
Футбольное поле	Стадион МКОУДО «Кетовская районная ДЮСШ имени Охохонина В.Ф.» с.Кетово, ул. Стадионная 1	1
	МКОУ «Кетовская СОШ им. Контр-адмирала Иванова» с.Кетово, ул. Космонавтов, д.49А	1
Площадка с тренажерами "ГТО"	МКОУДО «Кетовская районная ДЮСШ имени Охохонина В.Ф.» с.Кетово, ул. Космонавтов, д.43а	1
Плоскостная спортивная площадка для игры в волейбол	Стадион МКОУДО «Кетовская районная ДЮСШ имени Охохонина В.Ф.» с.Кетово, ул. Стадионная 1	1
Плоскостная спортивная площадка для игры в баскетбол	Стадион МКОУДО «Кетовская районная ДЮСШ имени Охохонина В.Ф.» с.Кетово, ул. Стадионная 1	1
Беговая легкоатлетическая дорожка	Стадион МКОУДО «Кетовская районная ДЮСШ имени Охохонина В.Ф.» с.Кетово, ул. Стадионная 1	1
Кроссовая трасса	Стадион МКОУДО «Кетовская районная ДЮСШ имени Охохонина В.Ф.» с.Кетово, ул. Стадионная 1 (лесной массив)	1
	МКОУДО «Кетовская районная ДЮСШ имени Охохонина В.Ф.» с.Кетово, ул. Космонавтов, д.43	1
Лыжная база и трасса	МКОУ «Митинская СОШ имени Немирова А.Д.» с. Митино, ул.Советская д.15	1
	МКОУДО «Кетовская районная ДЮСШ имени Охохонина В.Ф.» с.Кетово, ул. Космонавтов, д.43а	1
Шахматные классы	МКОУДО «Кетовская районная ДЮСШ имени Охохонина В.Ф.» с.Кетово, ул. Космонавтов, д.43а	1
	МКОУ «Лесниковский лицей имени Героя России Тюнина А.В.» с. Лесниково мкр-н КГСХА д. 9	1

Все спортивные объекты соответствуют требованиям технических регламентов, нормам, правилам и требованиям, установленным органами государственного контроля (надзора), санитарными правилами.

4.3. Кадровое обеспечение

Кадровый потенциал является важнейшим рычагом в реализации поставленных целей и задач. Общая численность педагогических работников Учреждения на 1 сентября 2025 года составляет 13 человек, из них 2 совместителя.

Тренеры-преподаватели имеют необходимую профессионально-педагогическую квалификацию, соответствующую требованиям тарифно-квалификационной характеристики по должности и полученной специальности. Уровень квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку, должен соответствовать требованиям, установленным профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель», утвержденным приказом Минтруда России от 24.12.2020 №952н (зарегистрирован Минюстом России 25.01.2021, регистрационный №62203), профессиональным стандартом «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минтруда России от 21.04.2022 №237н (зарегистрирован Минюстом России 27.05.2022, регистрационный №68615) или Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минздравсоцразвития России от 15.08.2011 №916н (зарегистрирован Минюстом России 14.10.2011, регистрационный №22054).

Тренер-преподаватель Коровин А.В. имеет звание «Отличник физкультуры и спорта». Тренер-преподаватель Ларин В.Л. награжден Почетной грамотой Министерства образования РФ и является «Почетным работником общего образования Российской Федерации». Тренер-преподаватель Попова Мария Сергеевна мастер спорта по полиатлону. Тренер-преподаватель Брагин Владимир Николаевич почетный гражданин Кетовского района, многократный Чемпион Мира по гиревому спорту среди ветеранов, мастер спорта ВФГС по гиревому спорту.

Таблица 7 - Педагогический (научно-педагогический) состав

№	Ф.И.О.	Программа: Место осуществления образовательной деятельности	Должность	Образование	Категория	Курсы повышения квалиф-ции	Общий стаж	Пед. стаж
1	Евченко Валерий Александрович	<u>Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта "Баскетбол":</u> - Курганская область, Кетовский район, с. Шмаково, ул. Заречная, 37, МКОУ «Шмаковская средняя общеобразовательная школа»	Тренер-преподаватель (штатный)	Среднее	Первая №86а л/с от 31.08.2023г. -30.08.2028г	С 07.11.22 по 11.11.2022г	53г 3мес	22л 1мес
2	Малахова Мария Сергеевна	<u>Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта "Зимний полиатлон":</u> - с.Кетово, ул.Космонавтов, д.43а, МКОУДО "Кетовская районная ДЮСШ имени Охохонина В.Ф."	Тренер-преподаватель (штатный)	Высшее профессиональное (физкультурное)	Высшая №187 от 28.02.2025г. бессрочно	С 13.11.23г по 17.11.23г	15л 10мес	12л 11мес
3	Малахов Николай Николаевич	<u>Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта "Зимний полиатлон":</u> - с.Кетово, ул.Космонавтов, д.43а, МКОУДО "Кетовская районная ДЮСШ имени Охохонина В.Ф."	Тренер-преподаватель (штатный)	Высшее профессиональное (среднее физкультурное)	Высшая №38л/с от 29.03.2024г. бессрочная	С 13.11.23г по 17.11.23г	24г 5 мес	24г 9мес
4	Ибраев Игорь Идилбаевич	<u>Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта "Хоккей":</u> - Курганская область, Кетовский мунгипципальный округ, с.Садовое, ул.Ленина, д.4 литера Б	Тренер-преподаватель (штатный)	Высшее (переподготовка)	Первая №152к от 27.12.2019г. -27.12.2024г	С 18.11.24г по 22.11.24г	45г 2мес	14л 3мес
5	Зыков Сергей Владимирович	<u>Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта "Шахматы":</u> - Курганская область, Кетовский район, с.Кетово, ул.Космонавтов, д.43а МКОУДО "Кетовская районная ДЮСШ имени Охохонина В.Ф.", - Курганская область, Кетовский район, микрорайон КГСХА, д. 9 МКОУ «Лесниковский лицей имени Героя России Тюнина А.В.» <u>- Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта «Шахматы»:</u> - Курганская область, Кетовский район, с.Кетово, ул.Космонавтов, д.43а МКОУДО "Кетовская районная ДЮСШ имени Охохонина В.Ф.", - Курганская область, Кетовский район, микрорайон КГСХА, д. 9 МКОУ «Лесниковский лицей имени Героя России Тюнина А.В.»	Тренер-преподаватель (штатный)	Высшее (переподготовка)	Первая №7л/с от 27.01.2020г -26.01.2025г	С 18.11.24г по 22.11.24г	21л 7мес	6г 3мес
6	Менщиков Николай Александрович	<u>Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта "Футбол":</u> - с.Кетово, ул.Космонавтов, д.43а МКОУДО "Кетовская районная ДЮСШ имени Охохонина В.Ф.", - Курганская область, Кетовский район, микрорайон КГСХА,	Тренер-преподаватель (штатный)	Среднее профессиональное (физкультурное)	Первая №14л/с от 01.02.2024г бессрочная	С 05.09.22г по 23.09.22г	7г 3мес	7г 3мес

		д. 9 МКОУ «Лесниковский лицей имени Героя России Тюнина А.В.» - Курганская область, Кетовский район, с.Кетово, ул Космонавтов, д. 49а МКОУ «Кетовская СОШ им. Контр-адмирала Иванова» - Курганская область, Кетовский район, с.Лесниково Лесниковский филиал ФГОУ ВО «КГУ» <u>Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта "Футбол":</u> - с.Кетово, ул.Космонавтов, д.43а МКОУДО "Кетовская районная ДЮСШ имени Охохонина В.Ф.", - Курганская область, Кетовский район, микрорайон КГСХА, д. 9 МКОУ «Лесниковский лицей имени Героя России Тюнина А.В.» - Курганская область, Кетовский район, с.Кетово, ул Космонавтов, д. 49а МКОУ «Кетовская СОШ им. Контр-адмирала Иванова» - Курганская область, Кетовский район, с.Лесниково Лесниковский филиал ФГОУ ВО «КГУ»						
7	Брагин Владимир Николаевич	<u>Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта "Гиревой спорт":</u> -Курганская область, Кетовский район, с. Иковка, ул. Миронова д.45 МКОУ «Иковская средняя общеобразовательная школа»	Тренер-преподаватель (штатный)	Высшее (переподготовка)	Первая №441 от 09.06.2025г бессрочная	С 18.11.24г по 22.11.2024г	46г 11мес	19л 7мес
8	Коровин Александр Васильевич	<u>Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта "Легкая атлетика":</u> - Курганская область, Кетовский район, с.Лесниково Лесниковского филиала ФГБОУ ВО «КГУ»	Тренер-преподаватель (штатный)	Высшее профессиональное (физкультурное)	Первая №12л/с от 03.02.2021г -02.02.2026г	С .11.20г по 18.11.24г По 22.11.24г	48г	48г
9	Трубина Елена Петровна	<u>Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта "Волейбол":</u> - Курганская область, Кетовский район, микрорайон КГСХА, д. 9 МКОУ «Лесниковский лицей имени Героя России Тюнина А.В.» - Курганская область, Кетовский район, с.Лесниково Лесниковский филиал ФГОУ ВО «КГУ»	Тренер-преподаватель (штатный)	Среднее	Первая №160 л/с от 28.12.2021г. -22.12.2026г	С 07.11.22г по 11.11.2022г	47л 3мес	23л 5мес
10	Антонов Михаил Александрович	<u>Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта "Баскетбол":</u> - с.Кетово, ул.Космонавтов, д.43а МКОУДО "Кетовская районная ДЮСШ имени Охохонина В.Ф.", - Курганская область, Кетовский район, микрорайон КГСХА, д. 9 МКОУ «Лесниковский лицей имени Героя России Тюнина А.В.» - Курганская область, Кетовский район, с.Кетово, ул Космонавтов, д. 49а МКОУ «Кетовская СОШ им. Контр-	Тренер-преподаватель (штатный)	Высшее профессиональное (физкультурное)	Первая №160 л/с от 28.12.2021г. -22.12.2026г	С 12.09 по 22.09.2023г	15л 9мес	12л 9мес

		адмирала Иванова» - Курганская область, Кетовский район, с.Лесниково Лесниковский филиал ФГОУ ВО «КГУ» <u>Дополнительная общеразвивающая программа "Баскетбол":</u> - с.Кетово, ул.Космонавтов, д.43а МКОУДО "Кетовская районная ДЮСШ имени Охохонина В.Ф.", - Курганская область, Кетовский район, микрорайон КГСХА, д. 9 МКОУ «Лесниковский лицей имени Героя России Тюнина А.В.» - Курганская область, Кетовский район, с.Кетово, ул Космонавтов, д. 49а МКОУ «Кетовская СОШ им. Контр-адмирала Иванова» - Курганская область, Кетовский район, с.Лесниково Лесниковский филиал ФГОУ ВО «КГУ»						
11	Ларин Вадим Львович	<u>Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта "Волейбол"</u> - Курганская область, Кетовский район, с. Новая Сидоровка, ул. Садовая, д.3 МКОУ «Новосидоровская средняя общеобразовательная школа»	Тренер-преподаватель (штатный)	Высшее профессиональное (физкультурное)	Высшая №17к от 27.04.2024г бессрочная	С 05.06. по 16.05 2023г	39л	39л
12	Плеханов Сергей Борисович	<u>Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта "Лыжные гонки":</u> - Курганская область, Кетовский район, с. Митино, ул. Советская, д. 15 МКОУ «Митинская средняя общеобразовательная школа»	Тренер-преподаватель (совместитель)	Среднее (переподготовка)	Высшая №138к от 19.06.2025г бессрочная.	С 13.11.23г по 17.11.23г	34г	22л
13	Алиев Шамиль Расимович	<u>Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта "Самбо":</u> -с.Кетово, ул.Космонавтов, д.43а МКОУДО "Кетовская районная ДЮСШ имени Охохонина В.Ф."	Тренер-преподаватель (совместитель)	Высшее (переподготовка)		С 18.11.24г по 22.11.24г	4г 1 мес	1г 5 мес

V. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Учебный план Учреждения является локальным нормативным документом, регламентирующим деятельность Учреждения и определяет требования к организации образовательного процесса в Учреждении, способствует повышению эффективности образовательной деятельности по следующим направлениям: легкая атлетика, лыжные гонки, полиатлон, футбол, волейбол, баскетбол, хоккей, гиревой спорт, шахматы, самбо.

5.1. Цель и задачи учебного плана

Основной целью учебного плана является содействие реализации образовательной программы Учреждения и дальнейшее совершенствование образовательного процесса.

Задачи учебного плана:

- повышение результативности обучения детей,
- обеспечение вариативности образовательного процесса,
- сохранения единого образовательного процесса,
- выполнения гигиенических требований к условиям обучения школьников и сохранения их здоровья.

Учебный план отражает специфику Учреждения, стремясь максимально реализовать принцип разноразностной подготовленности.

Дополнительные образовательные программы спортивной подготовки по видам спорта предусматривают несколько этапов спортивной подготовки:

- этап начальной подготовки;
- учебно-тренировочный этап;
- этап совершенствования спортивного мастерства.

Дополнительные общеразвивающие программы физкультурно-спортивной направленности предусматривают спортивно-оздоровительный уровень обучения (от 3 до 6 лет обучения).

В учебном плане прослеживается количество групп, количество обучающихся в группе, возраст обучающихся, недельная нагрузка на обучающихся по годам обучения, количество часов обучения на все группы в учебном году, общее количество групп, формы аттестации (Приложение 1).

5.2. Формы аттестации

В Учреждении проводятся промежуточная и итоговая аттестации.

Промежуточная аттестация проводится с целью определения уровня освоения обучающимися дополнительных общеобразовательных программ по видам спорта после каждого года обучения для перевода на следующий год обучения.

В Учреждении устанавливаются следующие формы промежуточной аттестации по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки:

- зачет обучающихся по теоретической подготовке (собеседование по пройденным темам), который оформляется протоколом по тестированию теоретической подготовки.
- сдача контрольно-переводных нормативов по общей физической и специальной физической подготовке, которая оформляется протоколом результатов выполнения контрольных испытаний по общей физической и специальной физической подготовке обучающихся по видам спорта.

Требования и нормативы промежуточной аттестации разрабатываются с учетом федеральных стандартов спортивной подготовки по виду спорта и включаются в дополнительную образовательную программу спортивной подготовки с учетом местных условий.

Промежуточная аттестация обучающихся оформляется сводной ведомостью, которая включает не только результаты сдачи контрольно-переводных нормативов по общей физической и специальной физической подготовке, зачет обучающихся по теоретической подготовке, а также уровень спортивной квалификации обучающегося и результаты выступления обучающегося на официальных спортивных соревнованиях.

В Учреждении устанавливаются следующие формы промежуточной аттестации по дополнительным общеразвивающим программам:

- зачет обучающихся по теоретической подготовке (собеседование по пройденным темам) оформляется протоколом по тестированию теоретической подготовки.

- сдача контрольно-переводных нормативов по общей физической подготовке, которая оформляется протоколом.

Освоение дополнительной образовательной программы спортивной подготовки завершается обязательной итоговой аттестацией.

Итоговая аттестация проводится с целью оценки степени и уровня освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта выпускником Учреждения.

Итоговая аттестация проводится в форме тестирования с целью определения уровня теоретической (правила по виду спорта, антидопинговые правила) и практической подготовленности спортсменов (НП, ТГ, ГСС) по разделам подготовки дополнительной образовательной программы спортивной подготовки.

5.3. Оценочные и методические материалы.

Комплект оценочных и методических материалов включает теоретические и практические задания:

- Нормативные требования к оценке показателей по общей физической и специальной физической подготовке при проведении промежуточной аттестации и критерии их оценки (Приложение 2-6);

- Вопросы по предметной области «Теоретические основы физической культуры и спорта» (Приложение 7-14);

- Нормативные требования к оценке показателей по выполнению специализированных упражнений при проведении итоговой аттестации по видам спорта, которые разрабатываются с учетом федеральных стандартов спортивной подготовки по виду спорта и включаются в дополнительную образовательную программу спортивной подготовки с учетом местных условий (Приложение 15-22).

Учебный план

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКОУДО "Кетовская районная

ДЮСШ имени Охонина В.Ф."

О.М. Сысолов

Приказ №37 от "28" августа 2025 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Муниципального казенного образовательного учреждения дополнительного образования "Кетовская районная детско-юношеская спортивная школа имени Охонина Владимира Федоровича" на 2025-2026 учебный год

Продолжительность учебного года	Режим работы	Аттестация обучающихся
Начало учебного года: 01.09.2025 года	Режим работы с обучающимися осуществляется ежедневно с 8.00 часов до 21.00 часа, включая выходные дни. Для обучающихся в возрасте до 7 лет допускается окончание занятий в 19.30, в возрасте 7-10 лет допускается окончание занятий в 20.00, в возрасте 10-18 лет окончание занятий допускается в 21.00 часов.	Промежуточная аттестация обучающихся проводится с 15 по 21 июня 2026 года в форме: - зачет обучающихся по теоретической подготовке (собеседование по пройденным темам (зачет/незачет), - сдача контрольно-переводных нормативов по общей физической и специальной физической подготовке, - оценка уровня спортивной квалификации, - результаты выступления на официальных спортивных соревнованиях.
Окончание учебного года: 31.08.2026 года	В соответствии со спецификой Учреждения, как учреждения физкультурно-спортивной направленности, учебные занятия проводятся сдвоенными. Продолжительность занятий по дополнительным общеразвивающим программам определяется в академических часах (продолжительность одного академического часа - 45 мин). По дополнительным образовательным программам спортивной подготовки организация проводит учебно-тренировочный процесс в соответствии с учебно-тренировочным планом круглогодичной подготовки, рассчитанным исходя из астрономического часа (60 минут).	Итоговая аттестация проводится с 22 по 28 июня 2026 года после освоения обучающимися дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта в полном объеме в форме: - зачет обучающихся по теоретической подготовке (собеседование по пройденным темам (зачет/незачет), - выполнение специализированных упражнений по виду спорта.
Продолжительность: 52 недели (46 недель учебных занятий непосредственно в условиях спортивной школы, и дополнительно 6 недель в условиях спортивно-оздоровительного лагеря и (или) по индивидуальным планам обучающихся на период их активного отдыха)	Продолжительность занятия: - на спортивно-оздоровительном этапе (СО)- не более 2 академических часов в день (в возрасте от 5 до 6 лет не должна превышать 25 мин, от 6 до 7 лет - 30 минут, 1 класс (сентябрь-декабрь) – 35 минут, 1 класс (январь-август) – 40 минут, 2-11 классы – 45 минут); - на этапе начальной подготовки (НП 1г.о., НП 2г.о.) - не более 2 часов в день; - на этапе начальной подготовки (НП 3г.о.) не более 3-х часов в день; - на учебно-тренировочном этапе (УТ 1г.о., УТ 2г.о., УТ 3г.о., УТ 4г.о., УТ 5г.о.) не более 3-х часов в день; - на этапе спортивного совершенствования (ССМ) - не более 4-х часов в день. Продолжительность недельной учебной нагрузки на этапах подготовки указана в дополнительных образовательных программах спортивной подготовки по видам спорта, разработанных на основании федеральных стандартов спортивной подготовки и примерных программ по видам спорта.	

№ п/п	Ф.И.О.	Вид спорта	Кол-во групп	Наименовани е групп	Кол-во обуч- ся в группе	Возраст	Общее кол-во обучающихся	Кол-во часов	Всего часов	Недельная нагрузка	ИТОГО часов	
2	Малахова Мария Сергеевна	Полиатлон	3	НП 1г.о.	10	2013-2014	27	6	312	30	1560	
	УТ 3г.о.			9	2011	12		624				
	УТ 4г.о.			8	2009-2010	12		624				
	Малахов Николай Николаевич		3	НП 2г.о.	11	2012-2016	25	8	416	36		1872
				УТ 2г.о.	12	2012-2014		10	520			
				ССМ	2	2006-2009		18	936			
3	Алиев Шамиль Расимович	Самбо	1	СО 3г.о.	15	2014-2016	15	6	312	6	312	
4	Коровин Александр Васильевич	Легкая атлетика	1	СО 3г.о.	15	2001-2012	15	6	312	6	312	
5	Евченко Валерий Александрович	Баскетбол	2	СО 1г.о.	23	2015-2017	63	6	312	18	936	
				СО 2г.о.	18	2013-2014		6	312			
				СО 2г.о.	22	2009-2012		6	312			
6	Антонов Михаил Александрович		5	НП 3г.о.	15	2014-2015	73	8	416	36	1872	
				УТ 2г.о.	13	2009-2010		10	520			
				СО 1г.о.	15	2006-2008		6	312			
				СО 2г.о.	15	2005-2009		6	312			
				СО 3г.о.	15	2000-2004		6	312			
7	Ларин Вадим Львович		Волейбол	2	СО 2г.о.	15	2008-2010	30	6	312	12	624
					СО 2г.о.	15	2011-2013		6	312		
8	Трубина Елена Петровна			3	СО 2г.о.	20	2008-2011	53	6	312	18	936
					СО 2г.о.	15	2006-2010		6	312		
		СО 2г.о.			18	2011-2017	6		312			
10	Брагин Владимир Николаевич	Гири		3	СО 1г.о.	16	2015-2018	48	6	312	18	936
			СО 2г.о.		16	2007-2010	6		312			
			СО 3г.о.		16	2011-2015	6		312			
11	Ибраев Игорь Идильбаевич	Хоккей	3	СО 2г.о.	17	2008-2011	50	6	312	18	936	
				СО 2г.о.	15	2007		6	312			
				СО 3г.о.	18	2012-2015		6	312			
				УТ 2г.о.	6	2013-2015		10	520			

12	Зыков Сергей Владимирович	Шахматы	3	УТ 3г.о.	10	2009-2013	37	12	624	28	1456
				СО 3г.о.	21	2010-2017		6	312		
13	Менщиков Николай Александрович	Футбол	4	НП 3г.о.	19	2014-2016	67	8	416	36	1872
				УТ 3г.о.	14	2010-2012		10	520		
				УТ 5г.о.	16	2008-2009		12	624		
				СО 3г.о.	18	2012-2015		6	312		
				СО 5г.о.	25	2008-2013		6	312		
14	Плеханов Сергей Борисович	Лыжные гонки	2	СО 1г.о.	17	2014-2017	42	3	156	9	468
	Малахова Мария Сергеевна		1	СО 1г.о.	15	2014-2016	15	6	312	6	312
	Итого	10 видов спорта	37		560		560	277	14404	277	14404

14404

Нормативные требования к оценке показателей по общей физической и технической подготовке при проведении промежуточной аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Футбол" (мальчики, юноши) Требования к уровню квалификации, объему соревновательной деятельности														
№	Упражнения	Баллы	Едини ца измере ния	Возрастные группы (мин лет)										
				ГНП 1 г.о. 7	ГНП 2 г.о. 8	ГНП 3 г.о. 9	№	Упражнения	Баллы	УТГ 1 г.о. 10	УТГ 2 г.о. 11	УТГ 3 г.о. 12	УТГ 4 г.о. 13	УТГ 5 г.о. 14
1	Челночный бег 3x10м	5	с	9,6	9,3	9,0	1	Челночный бег 3x10м	5	8,7	8,1	7,8	7,2	6,9
		4		9,7	9,4	9,1			4	8,8	8,2	7,9	7,3	7,0
		3		9,8	9,5	9,2			3	8,9	8,3	8,0	7,4	7,1
		2		9,9	9,6	9,3			2	9,0	8,4	8,1	7,5	7,2
		1		10,0	9,7	9,4			1	9,1	8,5	8,2	7,6	7,3
2	Бег на 10 м с высокого старта	5	с	2,35	2,30	2,25	2	Бег на 10 м с высокого старта	5	2,20	2,10	2,00	1,90	1,80
		4		2,36	2,31	2,26			4	2,22	2,12	2,02	1,92	1,82
		3		2,37	2,32	2,27			3	2,24	2,14	2,04	1,94	1,84
		2		2,38	2,33	2,28			2	2,26	2,16	2,06	1,96	1,86
		1		2,39	2,34	2,29			1	2,28	2,18	2,08	1,98	1,88
3	Бег на 30 м	5	с	6,2	6,0	5,8	3	Бег на 30 м	5	5,4	5,3	5,2	5,1	5,0
		4		6,3	6,1	5,9			4	5,5	5,4	5,3	5,2	5,1
		3		6,4	6,2	6,0			3	5,6	5,5	5,4	5,3	5,2
		2		6,5	6,3	6,1			2	5,7	5,6	5,5	5,4	5,3
		1		6,6	6,4	6,2			1	5,8	5,7	5,6	5,5	5,4
4	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	5	см	100	120	130	4	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	5	160	170	180	190	200
		4		99	119	129			4	159	169	179	189	199
		3		98	118	128			3	158	168	178	188	198
		2		97	117	127			2	157	167	177	187	197
		1		96	116	126			1	156	166	176	186	196
5	Ведение мяча 10м	5	с	3,20	3,00	2,80	5	Ведение мяча 10м	5	2,60	2,50	2,40	2,30	2,20
		4		3,25	3,05	2,85			4	2,65	2,55	2,45	2,35	2,25
		3		3,30	3,10	2,90			3	2,70	2,60	2,50	2,40	2,30
		2		3,35	3,15	2,95			2	2,75	2,65	2,55	2,45	2,35
		1		3,40	3,20	3,00			1	2,80	2,70	2,60	2,50	2,40
6	Ведение мяча с изменением направления 10м	5	с	9,00	8,60	8,40	6	Ведение мяча с изменением направления 10м	5	7,80	7,60	7,40	7,20	7,00
		4		9,05	8,65	8,45			4	7,85	7,65	7,45	7,25	7,05
		3		9,10	8,70	8,50			3	7,90	7,70	7,50	7,30	7,10
		2		9,15	8,75	8,55			2	7,95	7,75	7,55	7,35	7,15
		1		9,20	8,80	8,60			1	8,00	7,80	7,60	7,40	7,20
7	Ведение мяча 3x10м	5	с	12,00	11,60	11,00	7	Ведение мяча 3x10м	5	10,00	9,40	9,30	9,20	9,10
		4		12,10	11,70	11,10			4	10,10	9,50	9,40	9,30	9,20
		3		12,20	11,80	11,20			3	10,20	9,60	9,50	9,40	9,30
		2		12,30	11,90	11,30			2	10,30	9,70	9,60	9,50	9,40
		1		12,40	12,00	11,40			1	10,40	9,80	9,70	9,60	9,50

8	Удар на точность по воротам (10 ударов)	5 4 3 2 1	Кол-во попада ний	3 2 1 0 0	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	8	Удар на точность по воротам (10 ударов)	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	6 5 4 3 2	7 6 5 4 3	8 7 6 5 4	9 8 7 6 3
							9	Передача мяча в коридор (10 попыток)	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	6 5 4 3 2	7 6 5 4 3	8 7 6 5 4	9 8 7 6 5
							10	Вбрасывание мяча на дальность	5 4 3 2 1	8 7 6 5 4	10 9 8 7 6	12 11 10 9 8	14 13 12 10 9	16 15 14 13 12
11	Спортивный разряд			Не устанавливается			11	Спортивный разряд		3юн, 2юн, 1юн, III взр.				
12	Объем соревновательной деятельности	контро льные		3	4	4	12	Объем соревновательной деятельности	контро льные	3	3	3	1	1
		основн ые		-	-	-			основн ые	1	1	1	1	1

На начальной подготовке набрать 24 балл в 8 обязательных видах
32-40 баллов высокий уровень (80-100%), 31-24 баллов - средний уровень (60-79%), 8-23 баллов - низкий уровень (до 59% не сдано)
На учебно-тренировочном этапе набрать 30 баллов из 10 обязательных
40-50 баллов высокий уровень (80-100%), 39-30 баллов - средний уровень (60-79%), 10-29 баллов - низкий уровень (до 59% не сдано)

**Нормативные требования к оценке показателей по общей физической и специальной физической подготовке
при проведении промежуточной аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Футбол" (девочки, девушки)
Требования к уровню квалификации, объему соревновательной деятельности**

№	Упражнения	Баллы	Едини ца изме рения	Возрастные группы (мин лет)										
				ГНП 1 г.о. 7	ГНП 2 г.о. 8	ГНП 3 г.о. 9	№	Упражнения	Баллы	УТГ 1 г.о. 10	УТГ 2 г.о. 11	УТГ 3 г.о. 12	УТГ 4 г.о. 13	УТГ 5 г.о. 14
1	Челночный бег 3х10м	5 4 3 2 1	с	10,6 10,7 10,8 10,9 11,0	10,3 10,4 10,5 10,6 10,7	10,0 10,1 10,2 10,3 10,4	1	Челночный бег 3х10м	5 4 3 2 1	9,0 9,1 9,2 9,3 9,4	8,6 8,7 8,8 8,9 9,0	8,2 7,9 8,0 8,1 8,2	7,8 7,9 8,0 8,1 8,2	7,2 7,3 7,4 7,5 7,6
2	Бег на 10 м с высокого старта	5 4 3 2 1	с	2,50 2,51 2,52 2,53 2,54	2,40 2,41 2,42 2,43 2,44	2,35 2,36 2,37 2,38 2,39	2	Бег на 10 м с высокого старта	5 4 3 2 1	2,30 2,32 2,34 2,36 2,38	2,25 2,27 2,28 3,00 3,02	2,20 2,22 2,24 2,26 2,28	2,15 2,17 2,19 2,21 2,23	2,10 2,12 2,14 2,16 2,18

3	Бег на 30 м	5	с	6,7	6,5	6,0	3	Бег на 30 м	5	5,6	5,5	5,4	5,3	5,2
		4		6,8	6,6	6,1			4	5,7	5,6	5,5	5,4	5,3
		3		6,9	6,7	6,2			3	5,8	5,7	5,6	5,5	5,4
		2		7,0	6,8	6,3			2	5,9	5,8	5,7	5,6	5,5
		1		7,1	6,9	6,4			1	6,0	5,9	5,8	5,7	5,6
4	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	5	см	90	110	120	4	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	5	140	150	160	170	180
		4		89	109	119			4	139	149	159	169	179
		3		88	108	118			3	138	148	158	168	178
		2		87	107	117			2	137	147	157	167	177
		1		86	106	116			1	136	146	156	166	176
5	Ведение мяча 10м	5	с	3,40	3,20	3,00	5	Ведение мяча 10м	5	2,80	2,70	2,60	2,50	2,40
		4		3,45	3,25	3,05			4	2,85	2,75	2,65	2,55	2,45
		3		3,50	3,30	3,10			3	2,90	2,80	2,70	2,60	2,50
		2		3,55	3,35	3,15			2	2,95	2,85	2,75	2,65	2,55
		1		3,60	3,40	3,20			1	3,00	2,90	2,80	2,70	2,60
6	Ведение мяча с изменением направления 10м	5	с	9,20	8,80	8,60	6	Ведение мяча с изменением направления 10м	5	8,00	8,20	8,40	8,20	8,00
		4		9,25	8,85	8,65			4	8,05	8,25	8,45	8,25	8,05
		3		9,30	8,90	8,70			3	8,10	8,30	8,50	8,30	8,10
		2		9,35	8,95	8,75			2	8,15	8,35	8,55	8,35	8,15
		1		9,40	9,00	8,80			1	8,20	8,40	8,60	8,40	8,20
7	Ведение мяча 3x10м	5	с	12,20	11,80	11,20	7	Ведение мяча 3x10м	5	10,30	10,20	10,10	10,00	9,50
		4		12,10	11,70	11,10			4	10,40	10,30	10,20	10,10	10,00
		3		12,20	11,80	11,20			3	10,50	10,40	10,30	10,20	10,10
		2		12,30	11,90	11,30			2	10,60	10,50	10,40	10,30	10,20
		1		12,40	12,00	11,40			1	10,70	10,60	10,50	10,40	10,30
8	Удар на точность по воротам (10 ударов)	5	Кол-во попаданий	3	4	4	8	Удар на точность по воротам (10 ударов)	5	4	5	6	7	8
		4		2	3	3			4	3	4	5	6	7
		3		1	2	2			3	2	3	4	5	6
		2		0	1	1			2	1	2	3	4	5
		1		0	0	0			1	0	1	2	3	4
9							9	Передача мяча в коридор (10 попыток)	5	4	5	6	7	8
									4	3	4	5	6	7
									3	2	3	4	5	6
									2	1	2	3	4	5
									1	0	1	2	3	4
10							10	Вбрасывание мяча на дальность	5	6	8	10	12	14
									4	5	7	9	11	13
									3	4	6	8	10	12
									2	3	5	7	9	11
									1	2	4	6	8	10
11	Спортивный разряд			Не устанавливается			11	Спортивный разряд		3юн, 2юн, 1юн, III взр.				

12	Объем соревновательной деятельности	контрольные		3	4	4	12	Объем соревновательной деятельности	контрольные	3	3	3	1	1
		основные		-	-	-			основные	1	1	1	1	1
На начальной подготовке набрать 24 балл в 8 обязательных видах 32-40 баллов высокий уровень (80-100%), 31-24 баллов - средний уровень (60-79%), 8-23 баллов -низкий уровень (до 59% не сдано) На учебно-тренировочном этапе набрать 30 баллов из 10 обязательных 40-50 баллов высокий уровень (80-100%), 39-30 баллов - средний уровень (60-79%), 10-29 баллов -низкий уровень (до 59% не сдано)														

Нормативные требования к оценке показателей по общей физической и специальной физической подготовке при проведении промежуточной аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Баскетбол" (мальчики, юноши) Требования к уровню квалификации, объему соревновательной деятельности														
№	Упражнения	Баллы	Едини ца измере ния	Возрастные группы (мин лет)										
				ГНП 1 г.о. 8	ГНП 2 г.о. 9	ГНП 3 г.о. 10	№	Упражнения	Баллы	УТГ 1 г.о. 11	УТГ 2 г.о. 12	УТГ 3 г.о. 13	УТГ 4 г.о. 14	УТГ 5 г.о. 15
1	Челночный бег 3х10м	5	с	10,3	9,6	9,3	1	Челночный бег 3х10м	5	9,0	8,7	8,1	7,8	7,2
		4		10,4	9,7	9,4			4	9,1	8,8	8,2	7,9	7,3
		3		10,5	9,8	9,5			3	9,2	8,9	8,3	8,0	7,4
		2		10,6	9,9	9,6			2	9,3	9,0	8,4	8,1	7,5
		1		10,7	10,0	9,7			1	9,4	9,1	8,5	8,2	7,6
2	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	5	см	110	130	140	2	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	5	160	170	180	190	200
		4		109	129	139			4	159	169	179	189	199
		3		108	128	138			3	158	168	178	188	198
		2		107	127	137			2	157	167	177	187	197
		1		106	126	136			1	156	166	176	186	196
3	Прыжок вверх с места со взмахом руками	5	см	20	22	28	3	Прыжок вверх с места со взмахом руками	5	35	37	39	41	43
		4		19	21	27			4	33	35	37	39	41
		3		18	20	26			3	31	33	35	37	39
		2		17	19	25			2	29	31	33	35	37
		1		16	18	24			1	27	29	31	33	35
4	Бег на 14 м	5	с	3,5	3,4	3,2	4	Бег на 14 м	5	3,0	2,9	2,8	2,7	2,6
		4		3,6	3,5	3,3			4	3,1	3,0	2,9	2,8	2,7
		3		3,7	3,6	3,4			3	3,2	3,1	3,0	2,9	2,8
		2		3,8	3,7	3,5			2	3,3	3,2	3,1	3,0	2,9
		1		3,9	3,8	3,6			1	3,4	3,3	3,2	3,1	3,0
5	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	5	Кол-во раз	7	8	10	5	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	5	13	18	20	24	30
		4		8	7	9			4	12	17	19	23	29
		3		7	6	8			3	11	16	18	22	28
		2		6	5	7			2	10	15	17	21	26
		1		5	4	6			1	9	14	16	20	25
6							6	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1мин) (количество раз)	5	32	36	39	42	45
									4	31	35	38	41	44
									3	30	34	37	40	43
									2	29	33	36	39	42
									1	28	32	35	38	41
7							7	Челночный бег 10 площадок по 28 м (с)	5	65	63	60	58	56
									4	66	64	61	59	67
									3	67	65	62	60	68
									2	68	66	63	61	69

									1	69	67	64	62	60
8							8	Скоростное ведение мяча 20мс(с)	5	10,0	9,7	9,5	9,2	9,0
									4	10,1	9,8	9,6	9,3	9,1
									3	10,2	9,9	9,7	9,4	9,2
									2	10,3	10,0	9,8	9,5	9,3
									1	10,4	10,1	9,9	9,6	9,4
9	Спортивный разряд			Не устанавливается			9	Спортивный разряд		3юн, 2юн, 1юн, III взр II взр				
10	Объем соревновательной деятельности	контро льные		1	1	1	10	Объем соревновательной деятельности	контро льные	3	3	3	3	3
		отборо чные		-	-	-			отборо чные	1	1	1	1	1
		основн ые		-	-	-			основн ые	3	3	3	3	3
		игры		10	10	10			игры	30	30	30	40	40

На начальной подготовке набрать 15 баллов в 5 обязательных видах

20-25 баллов высокий уровень (80-100%), 15-19 баллов - средний уровень (60-79%), 5-14 баллов-низкий уровень (до 59 % не сдано)

На учебно-тренировочном этапе набрать 24 балла из 8 обязательных

32-45 баллов высокий уровень (80-100%), 24-31 баллов - средний уровень (60-79%), 8-23 баллов -низкий уровень (до 59% не сдано)

Нормативные требования к оценке показателей по общей физической и специальной физической подготовке при проведении промежуточной аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Баскетбол" (девочки, девушки)

Требования к уровню квалификации, объему соревновательной деятельности

№	Упражнения	Баллы	Единица измерения	Возрастные группы (лет)										
				ГНП 1 г.о. 8	ГНП 2 г.о. 9	ГНП 3 г.о. 10	№	Упражнения	Баллы	УТГ 1 г.о. 11	УТГ 2 г.о. 12	УТГ 3 г.о. 13	УТГ 4 г.о. 14	УТГ 5 г.о. 15
1	Челночный бег 3x10м	5	с	10,6	9,9	9,6	1	Челночный бег 3x10м	5	9,4	9,1	8,8	8,4	8,0
		4		10,7	10,0	9,7			4	9,5	9,2	8,9	8,5	8,1
		3		10,8	10,1	9,8			3	9,6	9,3	9,0	8,6	8,2
		2		10,9	10,2	9,9			2	9,7	9,4	9,1	8,7	8,3
		1		11,0	10,3	10,0			1	9,8	9,5	9,2	8,8	8,4
2	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	5	см	105	120	130	2	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	5	135	150	160	170	180
		4		104	119	129			4	134	149	159	169	179
		3		103	118	128			3	133	148	158	168	178
		2		102	117	127			2	132	147	157	167	177
		1		101	116	126			1	131	146	156	166	176
3	Прыжок вверх с места со взмахом руками	5	см	16	18	24	3	Прыжок вверх с места со взмахом руками	5	30	32	34	36	38
		4		15	17	23			4	29	31	33	35	37
		3		14	16	22			3	28	30	32	34	36
		2		13	15	21			2	27	29	31	33	35
		1		12	14	20			1	26	28	30	32	34

4	Бег на 14 м	5 4 3 2 1	с	4,0 4,1 4,2 4,3 4,4	3,9 4,0 4,1 4,2 4,3	3,6 3,7 3,8 3,9 4,0	4	Бег на 14 м	5 4 3 2 1	3,4 3,5 3,6 3,7 3,8	3,2 3,3 3,4 3,5 3,6	3,0 3,1 3,2 3,3 3,4	2,9 3,0 3,1 3,2 3,3	2,8 2,9 3,0 3,1 3,2
5	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	5 4 3 2 1	Кол-во раз	5 4 3 2 1	6 5 4 3 2	65 4 3 2 1	5	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	5 4 3 2 1	7 8 7 6 5	8 7 6 5 4	10 9 8 7 6	13 12 11 10 9	18 17 16 15 14
6							6	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1мин) (количество раз)	5 4 3 2 1	28 27 26 25 24	32 31 30 29 28	35 34 33 32 31	38 37 36 35 34	40 39 38 37 36
7							7	Челночный бег 10 площадок по 28 м (с)	5 4 3 2 1	70 71 72 73 74	68 69 70 71 72	66 67 68 69 70	64 65 66 67 68	62 63 64 65 66
8							8	Скоростное ведение мяча 20м (с)	5 4 3 2 1	10,7 10,8 10,9 11,0 11,1	10,4 10,5 10,6 10,7 10,8	10,2 10,3 10,4 10,5 10,6	10,0 10,1 10,2 10,3 10,4	9,8 9,9 10,0 10,1 10,2
9	Спортивный разряд			Не устанавливается			9	Спортивный разряд		3юн, 2юн, 1юн, III взр II взр				
10	Объем соревновательной деятельности	контрольные		1	1	1	10	Объем соревновательной деятельности	контрольные	3	3	3	3	3
		отборочные		-	-	-			отборочные	1	1	1	1	1
		основные		-	-	-			основные	3	3	3	3	3
		игры		10	10	10			игры	30	30	30	40	40

На начальной подготовке набрать 15 баллов в 5 обязательных видах

20-25 баллов высокий уровень (80-100%), 15-19 баллов - средний уровень (60-79%), 5-14 баллов-низкий уровень (до 59 % не сдано)

На учебно-тренировочном этапе набрать 24 балла из 8 обязательных

32-45 баллов высокий уровень (80-100%), 24-31 баллов - средний уровень (60-79%), 8-23 баллов -низкий уровень (до 59% не сдано)

Нормативные требования к оценке показателей по общей физической и специальной физической подготовке при проведении промежуточной аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Шахматы" (мальчики, юноши) Требования к уровню квалификации, объему соревновательной деятельности									
№	Упражнения	Баллы	Единица измерения	Возрастные группы (мин лет)					
				ГНП 1 г.о. 6	ГНП 2 г.о. 7	УТГ 1 г.о. 9	УТГ 2 г.о. 10	УТГ 3 г.о. 11	УТГ 4 г.о. 12
1	Бег на 30 м	5	с	6,9	6,7	6,0	5,5	5,0	4,7
		4		7,0	6,8	6,1	5,6	5,1	4,8
		3		7,1	6,9	6,2	5,7	5,2	4,9
		2		7,2	7,0	6,3	5,8	5,3	5,0
		1		7,3	7,1	6,4	5,9	5,4	5,1
2	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	5	Кол-во раз	7	10	17	19	21	23
		4		6	9	16	18	20	22
		3		5	8	15	17	19	21
		2		4	7	14	16	18	20
		1		3	6	13	15	17	19
3	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	5	см	1	3	7	8	9	10
		4		0	2	6	7	8	9
		3		-1	1	5	6	7	8
		2		-2	0	4	5	6	7
		1		-3	-1	3	4	5	6
4	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	5	см	110	120	130	140	150	160
		4		109	119	129	139	149	159
		3		108	118	128	138	148	158
		2		107	117	127	137	147	157
		1		106	116	126	136	146	156
5	Челночный бег 3x10м	5	с	9,8	9,5	9,2	9,0	8,8	8,6
		4		9,9	9,6	9,3	9,1	8,9	8,7
		3		10,0	9,7	9,4	9,2	9,0	8,8
		2		10,1	9,8	9,5	9,3	9,1	8,9
		1		10,2	9,9	9,6	9,4	9,2	9,0
6	Приседание без остановки	5	Кол-во раз	6	8	10	12	14	16
		4		5	7	9	11	13	15
		3		4	6	8	10	12	14
		2		3	5	7	9	11	13
		1		2	4	6	8	10	12
7	Спортивный разряд			3 юн, 2 юн, 1 юн			III II I взрослый		
8	Объем соревновательной деятельности		контрольные	3	4	4	4	4	4
			отборочные	-	2	2	2	2	2
			основные	-	1	1	1	1	2
Набрать 18 баллов в 6 обязательных видах 24-30 баллов высокий уровень (80-100%), 18-23 баллов -средний уровень (60-79%), 6-17 баллов -низкий уровень (до 59% не сдано)									

Нормативные требования к оценке показателей по общей физической и специальной физической подготовке при проведении промежуточной аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Шахматы" (мальчики, юноши)									
Требования к уровню квалификации, объему соревновательной деятельности									
№	Упражнения	Баллы	Единица измерения	Возрастные группы (мин лет)					
				ГНП 1 г.о. 6	ГНП 2 г.о. 7	УТГ 1 г.о. 8	УТГ 2 г.о. 9	УТГ 3 г.о. 10	УТГ 4 г.о. 11
1	Бег на 30 м	5	с	7,1	6,8	6,2	5,7	5,2	4,9
		4		7,2	6,9	6,3	5,8	5,3	5,0
		3		7,3	7,0	6,4	5,9	5,4	5,1
		2		7,4	7,1	6,5	6,0	5,5	5,2
		1		7,5	7,2	6,6	6,1	5,6	5,3
2	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	5	Кол-во раз	4	6	11	13	15	17
		4		3	5	10	12	14	16
		3		2	4	9	11	13	15
		2		1	3	8	10	12	14
		1		0	2	7	9	11	13
3	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	5	см	3	5	9	11	13	15
		4		2	4	8	10	12	14
		3		1	3	7	9	11	13
		2		0	2	6	8	10	12
		1		-1	1	5	7	9	11
4	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	5	см	105	115	120	130	135	140
		4		104	114	119	129	134	139
		3		103	113	118	128	133	138
		2		102	112	117	127	132	137
		1		101	111	116	126	131	136
5	Челночный бег 3x10м	5	с	10,1	9,8	9,5	9,3	9,1	8,9
		4		10,2	9,9	9,6	9,4	9,2	9,0
		3		10,3	10,0	9,7	9,5	9,3	9,1
		2		10,4	10,1	9,8	9,6	9,4	9,2
		1		10,5	10,2	9,9	9,7	9,5	9,3
6	Приседание без остановки	5	Кол-во раз	4	6	8	10	12	14
		4		3	5	7	9	11	13
		3		2	4	6	8	10	12
		2		1	3	5	9	9	11
		1		0	2	4	10	8	10
7	Спортивный разряд			3 юн, 2 юн, 1 юн			III II I взрослый		
8	Объем соревновательной деятельности		контрольные	3	4	4	4	4	4
			отборочные	-	2	2	2	2	2
			основные	-	1	1	1	1	2
Набрать 18 баллов в 6 обязательных видах 24-30 баллов высокий уровень (80-100%), 18-23 баллов -средний уровень (60-79%), 6-17 баллов -низкий уровень (до 59% не сдано)									

Нормативные требования к оценке показателей по общей физической и технической подготовке при проведении промежуточной аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Политатлон" (мальчики, юноши) Требования к уровню квалификации, объему соревновательной деятельности												
№	Упражнения	Баллы	Едини ца изме ре ния	Возрастные группы (мин лет)								
				ГНП 1 г.о. 10	ГНП 2 г.о. 11	№	Упражнения	Баллы	УТГ 1 г.о. 12	УТГ 2 г.о. 13	УТГ 3 г.о. 14	УТГ 4 г.о. 15
1	Бег на 30 м	5	с	6,2	6,0	1	Бег на 60 м	5	10,4	9,8	9,6	9,4
		4		6,3	6,1			4	10,5	9,9	9,7	9,5
		3		6,4	6,2			3	10,6	10,0	9,8	9,6
		2		6,5	6,3			2	10,7	10,1	9,9	9,7
		1		6,6	6,4			1	10,8	10,2	10,0	9,8
2	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	5	Кол-во раз	10	12	2	Подтягивание из виса на высокой перекладине (юноши) Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (девушки)	5	4	8	12	14
		4		9	11			4	3	7	11	13
		3		8	10			3	2	6	10	12
		2		7	9			2	1	5	9	11
		1		6	8			1	0	4	8	10
3	Челночный бег 3x10м	5	с	9,6	9,3	3	Челночный бег 3x10м	5	8,7	8,1	7,8	7,2
		4		9,7	9,4			4	8,8	8,2	7,9	7,3
		3		9,8	9,5			3	8,9	8,3	8,0	7,4
		2		9,9	9,6			2	9,0	8,4	8,1	7,5
		1		10,0	9,7			1	9,1	8,5	8,2	7,6
4	Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 30 с)	5	Кол-во раз	13	15	4	Бег на 1500м	5	8.05	8.00	7.55	7.50
		4		12	14			4	8.06	8.01	7.56	7.51
		3		11	13			3	8.07	8.02	7.57	7.52
		2		10	12			2	8.08	8.03	7.58	7.53
		1		9	10			1	8.09	8.04	7.59	7.54
5	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	5	см	130	140	5	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	5	160	170	180	190
		4		129	139			4	159	169	179	189
		3		128	138			3	158	168	178	188
		2		127	137			2	157	167	177	187
		1		126	136			1	156	166	176	186
6	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	5	см	1	2	6	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	5	5	6	7	8
		4		0	1			4	4	5	6	7
		3		-1	0			3	3	4	5	6
		2		-2	0			2	2	3	4	5
		1		-3	0			1	1	2	3	4
7	Бег 500м	5	Мин,с	2.35	2.33	7	Метание мяча весом 150г (м)	5	26	28	30	32
		4		2.36	2.34			4	25	27	29	31
		3		2.37	2.35			3	24	26	28	30
		2		2.38	2.36			2	23	25	27	29

		1		2.39	2.37			1	22	24	26	28
						8	Лыжная гонка 3км	5 4 3 2 1	16.50 16.51 16.52 16.53 16.54	16.20 16.21 16.22 16.23 16.24	16.00 16.01 16.02 16.03 16.04	15.40 15.41 15.42 15.43 15.44
9	Спортивный разряд			3юн, 2юн, 1юн		9	Спортивный разряд		3юн, 2юн, 1юн	III взр., II взр., I взр		
10	Объем соревновательной деятельности	контрольные		1	1	10	Объем соревновательной деятельности	контрольные	2	2	2	2
		отборочные		-	1			отборочные	2	2	2	2
		основные		-	1			основные	1	1	1	2

На начальной подготовке набрать 21 балл в 7 обязательных видах

28-35 баллов высокий уровень (80-100%), 27-21 баллов - средний уровень (60-79%), 7-20 баллов - низкий уровень (до 59% не сдано)

На учебно-тренировочном этапе набрать 24 балла из 8 обязательных видов

32-40 баллов высокий уровень (80-100%), 31-24 баллов - средний уровень (60-79%), 8-23 баллов - низкий уровень (до 59% не сдано)

Нормативные требования к оценке показателей по общей физической и специальной физической подготовке при проведении промежуточной аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Футбол" (девочки, девушки)

Требования к уровню квалификации, объему соревновательной деятельности

№	Упражнения	Баллы	Единица измерения	Возрастные группы (мин лет)								
				ГНП 1 г.о. 10	ГНП 2 г.о. 11	№	Упражнения	Баллы	УТГ 1 г.о. 12	УТГ 2 г.о. 13	УТГ 3 г.о. 14	УТГ 4 г.о. 15
1	Бег на 30 м	5	с	6,4	6,2	1	Бег на 60 м	5	10,9	10,7	10,5	10,3
		4		6,5	6,3			4	11,0	10,8	10,6	10,4
		3		6,6	6,4			3	11,1	10,9	10,7	10,5
		2		6,7	6,5			2	11,2	11,0	10,8	10,6
		1		6,8	6,6			1	11,3	11,1	10,9	10,7
2	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	5	Кол-во раз	5	7	2	Подтягивание из виса на высокой перекладине (юноши) Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (девушки)	5	10	15	20	25
		4		4	6			4	9	14	19	24
		3		3	5			3	8	13	18	23
		2		2	4			2	7	12	17	22
		1		1	3			1	6	11	16	21
3	Челночный бег 3x10м	5	с	9,9	9,6	3	Челночный бег 3x10м	5	9,1	8,5	8,2	7,6
		4		10,0	9,7			4	9,2	8,6	8,3	7,7
		3		10,1	9,8			3	9,3	8,7	8,4	7,8
		2		10,2	9,9			2	9,4	8,8	8,5	7,9
		1		10,3	10,			1	9,5	8,9	8,6	8,0
4	Поднимание туловища из	5	Кол-во	10	12	4	Бег на 1500м	5	8.29	8.25	8.20	8.15

	положения лежа на спине (кол-во раз за 30 с)	4 3 2 1	раз	9 8 7 6	11 10 9 8			4 3 2 1	8.30 8.31 8.32 8.33	8.26 8.27 8.28 8.29	8.21 8.22 8.23 8.24	8.16 8.17 8.18 8.19
5	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	5 4 3 2 1	см	120 119 118 117 116	130 129 128 127 126	5	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	5 4 3 2 1	145 144 143 142 141	155 154 153 152 151	165 164 163 162 161	175 174 173 172 171
6	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	5 4 3 2 1	см	1 0 -1 -2 -3	3 2 1 0 -1	6	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	5 4 3 2 1	6 5 4 3 2	7 6 5 4 3	8 7 6 5 4	9 8 7 6 5
7	Бег 500м	5 4 3 2 1	Мин,с	2.50 2.49 2.48 2.47 2.46	2.45 2.46 2.47 2.48 2.49	7	Метание мяча весом 150г (м)	5 4 3 2 1	18 17 16 15 14	20 19 18 17 16	22 21 20 19 18	24 23 22 21 20
						8	Лыжная гонка 2км	5 4 3 2 1	14.00 14.01 14.02 14.03 14.04	13.50 13.51 13.52 13.53 13.54	13.40 13.41 13.42 13.43 13.44	13.30 13.31 13.32 13.33 13.34
9	Спортивный разряд			3юн, 2юн, 1юн		9	Спортивный разряд		3юн, 2юн, 1юн	III взр., II взр., I взр		
10	Объем соревновательной деятельности	контрольные		1	1	10	Объем соревновательной деятельности	контрольные	2	2	2	2
		отборочные		-	1			отборочные	2	2	2	2
		основные		-	1			основные	1	1	1	2
На начальной подготовке набрать 21 балл в 7 обязательных видах 28-35 баллов высокий уровень (80-100%), 27-21 баллов - средний уровень (60-79%), 7-20 баллов -низкий уровень (до 59% не сдано)												
На учебно-тренировочном этапе набрать 24 балла из 8 обязательных видах 32-40 баллов высокий уровень (80-100%), 31-24 баллов - средний уровень (60-79%), 8-23 баллов -низкий уровень (до 59% не сдано)												

Нормативные требования к оценке показателей по общей физической подготовке <u>по дополнительным общеразвивающим программам</u> (МАЛЬЧИКИ, ЮНОШИ)																	
№	Упражнения	Баллы	Возрастные группы (лет)														
			5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18-24	25-29
1	Бег 30 м.	5	6,3	6,2	6,1	6,0	5,5	5,4	5,2	5,1	4,9	4,8	4,7	4,5	4,4	4,3	4,6
		4	7,0	6,9	6,8	6,7	6,1	6,0	5,6	5,5	5,3	5,2	5,1	4,8	4,7	4,6	5,0
		3	7,2	7,1	7,0	6,9	6,3	6,2	5,8	5,7	5,5	5,4	5,3	5,0	4,9	4,8	5,4
		2	7,5	7,4	7,3	7,2	6,5	6,4	6,0	5,9	5,7	5,6	5,5	5,2	5,1	5,0	5,6
		1	7,7	7,6	7,5	7,4	6,7	6,6	6,2	6,1	5,9	5,8	5,7	5,3	5,2	5,2	5,8
2	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	5	100	120	130	140	150	160	170	180	195	205	215	225	230	240	235
		4	90	100	110	120	130	140	150	160	170	180	190	205	210	225	220
		3	80	90	100	110	120	130	140	150	155	160	170	190	195	210	205
		2	70	80	90	100	110	120	130	140	154	150	155	180	185	195	190
		1	60	70	80	90	100	110	120	130	135	140	145	165	170	180	175
3	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (см)	5	5	7	7	7	8	8	9	9	9	10	11	12	13	13	12
		4	2	3	3	3	4	4	5	5	5	6	6	7	8	8	7
		3	0	1	1	1	2	2	3	3	3	4	4	5	6	6	5
		2	-1	0	0	0	1	1	2	2	2	3	3	4	5	5	4
		1	-2	-1	-1	-1	0	0	1	1	1	2	2	3	4	4	3
4	Челночный бег 3 x 10м.	5	10,0	9,8	9,4	9,2	8,8	8,5	8,2	7,9	7,6	7,4	7,2	7,0	6,9	7,1	7,4
		4	10,8	10,6	10,2	10,0	9,7	9,3	9,0	8,7	8,4	8,2	7,8	7,7	7,6	7,7	7,9
		3	11,2	10,9	10,6	10,3	10,0	9,6	9,3	9,0	8,7	8,4	8,1	8,0	7,9	8,0	8,2
		2	11,5	11,2	10,8	10,6	10,3	9,9	9,6	9,3	9,0	8,7	8,3	8,2	8,1	8,2	8,4
		1	11,7	11,5	11,0	10,9	10,6	10,2	10,0	9,6	9,3	8,8	8,5	8,4	8,3	8,4	8,6
5	Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин)	5	15	25	30	35	38	42	44	46	47	48	49	50	50	48	45
		4	10	15	20	24	28	32	34	36	37	38	39	40	40	37	35
		3	8	12	16	21	23	27	30	32	33	34	35	36	36	33	30
		2	5	8	10	18	22	24	25	27	28	30	31	32	32	30	25
		1	3	5	6	16	18	20	21	23	24	25	26	27	27	25	20
	Выполнение нормативных требований к оценке показателей по общей физической и специальной физической подготовке: Набрать 15 баллов в 5 обязательных видах 20-25 баллов высокий уровень, 15-19 баллов -средний уровень, 5-14 -низкий уровень (возраст с 5 до 29 лет)																

**Нормативные требования к оценке показателей
по общей физической подготовке по дополнительным общеразвивающим программам
(ДЕВОЧКИ, ДЕВУШКИ)**

№	Упражнения	Баллы	Возрастные группы (лет)														
			5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18-24	25-29
1	Бег 30 м.	5	6,5	6,4	6,3	6,2	5,8	5,6	5,4	5,3	5,2	5,1	5,0	5,0	5,0	5,1	5,4
		4	7,1	7,0	6,9	6,8	6,4	6,2	6,0	5,8	5,6	5,5	5,4	5,5	5,5	5,7	6,1
		3	7,4	7,3	7,2	7,1	6,6	6,4	6,2	6,0	5,8	5,7	5,6	5,7	5,7	5,9	6,4
		2	7,6	7,5	7,4	7,3	6,8	6,6	6,4	6,2	6,1	6,0	5,9	5,9	5,9	6,2	6,7
		1	7,7	7,8	7,7	7,6	7,0	6,8	6,6	6,5	6,4	6,3	6,2	6,1	6,1	6,4	7,0
2	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	5	120	125	130	135	145	150	160	165	170	175	180	183	185	195	190
		4	100	105	110	115	125	130	140	145	150	155	160	165	170	180	175
		3	90	95	100	105	115	120	130	135	140	145	150	155	160	170	165
		2	80	85	90	95	105	110	120	125	130	135	140	145	150	160	155
		1	70	75	80	85	95	100	110	115	120	125	130	135	140	150	145
3	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (см)	5	7	7	8	9	10	11	12	13	14	15	15	16	16	16	14
		4	4	4	5	5	5	5	6	6	7	8	8	9	9	11	9
		3	2	2	3	3	3	3	4	4	4	5	5	6	7	8	7
		2	0	0	1	1	1	1	2	2	2	3	3	4	5	6	5
		1	-1	-1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	2	3	4	3
4	Челночный бег 3 x 10м.	5	10,0	9,9	9,7	9,5	8,9	8,7	8,4	8,2	8,1	8,0	8,0	7,9	7,9	8,2	8,7
		4	10,9	10,8	10,6	10,4	9,7	9,5	9,3	9,1	8,9	8,8	8,8	8,7	8,7	8,8	9,0
		3	11,1	11,0	10,8	10,6	10,1	9,9	9,6	9,4	9,2	9,0	9,0	8,9	8,9	9,0	9,3
		2	11,3	11,2	11,0	10,8	10,3	10,1	9,8	9,6	9,4	9,2	9,2	9,1	9,1	9,3	9,6
		1	11,5	11,4	11,2	11,0	10,5	10,3	10,0	9,8	9,6	9,4	9,4	9,3	9,3	9,6	9,9
5	Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин)	5	27	28	29	30	35	36	39	40	41	42	43	44	44	43	37
		4	18	19	20	21	26	27	29	30	32	33	34	35	36	35	29
		3	15	16	17	18	23	24	27	28	31	32	31	32	33	32	24
		2	13	14	15	16	20	22	25	26	28	29	28	29	29	28	20
		1	11	12	13	14	18	20	23	24	26	25	24	25	25	24	16
	Выполнение нормативных требований к оценке показателей по общей физической и специальной физической подготовке: Набрать 15 баллов в 5 обязательных видах 20-25 баллов высокий уровень, 15-19 баллов -средний уровень, 5-14 -низкий уровень (возраст с 5 до 29 лет)																

БАСКЕТБОЛ**Вопросы по теоретической подготовке при проведении промежуточной аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Баскетбол"**

Примерные вопросы:

1. Основные правила соревнований вида спорта «Баскетбол»;
2. Влияние физических упражнений на умственную и физическую работоспособность;
3. Классификация основных форм движения;
4. Особенности питания юных баскетболистов;
5. Система профилактических мероприятий, направленных на повышение сопротивляемости организма неблагоприятным факторам окружающей среды;
6. Костно-мышечная система, ее строение и функции;
7. Характеристика баскетбольных упражнений с мячом: ловля, ведение, остановка, передача, обводка, бросок;
8. Как происходит бросок мяча с места и после подготовительных действий;
9. Охарактеризовать: Заслон. Наведение. Пересечение. Треугольник. Малая восьмерка;
10. Техника обводки соперника с изменением высоты отскока, обводки соперника с изменением направления, обводки соперника с изменением скорости;
11. Охарактеризовать: Подстраховка. Переключение. Проскальзывание. Групповой отбор мяча;
12. Основы тактики игры: Система личной защиты. Система зонной защиты. Система смешанной защиты. Система личного прессинга. Система зонного прессинга;
13. Понимание и исполнение технических приёмов: кроссовер, дриблинг, пивот, наскок, вертушка, степ-бэк.
14. Понимание тактических приёмов: изоляция, перегруз, большая сторона, меньшая сторона, сдвоенный заслон, подстраховка, переключение;
15. Психологическая подготовка баскетболиста. Моральные качества спортсмена. Основные методы развития волевых качеств и совершенствование психологической подготовки баскетболиста в процессе спортивной тренировки. Умение преодолевать трудности, возникающие у баскетболиста в связи с перенесением больших физических нагрузок. Непосредственная психологическая подготовка баскетболиста к предстоящим соревнованиям;
16. Охарактеризовать спорт высших достижений (признаки);
17. Роль деятельности Международной ассоциации баскетбольных федераций, Европейская баскетбольная ассоциация.
18. Как проходят общеподготовительные упражнения для отдельных групп мышц, с партнером на сопротивление, на снарядах;
19. Охарактеризовать уровни соревнований;
20. Охарактеризовать спорт высших достижений (признаки);
21. Роль деятельности Международной ассоциации баскетбольных федераций, Европейская баскетбольная ассоциация;
22. Изложить суть плана-конспекта занятия по баскетболу;
23. Рассказать о законодательстве в сфере образования, Федеральные законы об образовании, о физической культуре и спорте;
24. Характеристика планирования тренировочного процесса;
25. Основы антидопингового поведения, антидопинговая политика государства.

ВОЛЕЙБОЛ**Вопросы по теоретической подготовке при проведении промежуточной аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Волейбол"**

Примерные вопросы:

1. Кто является создателем игры волейбол.
2. Что означает слово «волейбол».
3. Размеры игрового поля в волейбол.
4. Высота сетки у мужчин.
5. Высота сетки у женщин.
6. Сколько игроков может находиться на площадке во время игры в одной команде.
7. В каком случае во время игры команда получает очко.
8. В каком случае партия считается выигранной.
9. Сколько раз можно коснуться мяча на площадке.
10. Какие подачи существуют в волейболе.
11. С чего начинается игра в волейболе.
12. Может ли игрок в 3 зоне принять мяч после подачи.
13. Как осуществляется переход игроков.
14. Как называется действие игрока позволяющее оставить мяч в игре после подачи.
15. Цель игры в три касания.
16. Как называется свободный защитник.
17. Что распространено в последнее время в практике волейбола.
18. Как изучаются групповые и командные тактические действия.
19. В достижении спортивного результата в волейболе условно можно выделить сколько ступеней.
20. На каком расстоянии находится стартовая позиция блокирующего игрока – в середине сетки.
21. Из чего состоит игра в защите.
22. Моделирование в волейболе представляет собой.
23. С чего начинается передача мяча.
24. В чем проявляется быстрота в волейболе.
25. Овладение спортивной техникой волейбола в процессе обучения осуществляется по каким схемам.
26. Как необходимо располагаться при приеме подач игроку.
27. В соревновательном периоде тренировочного процесса наиболее целесообразно применять.
28. Какими могут быть соревнования по волейболу.
29. Впервые волейбол дебютировал как олимпийский вид спорта на олимпиаде в каком городе.
30. Техника безопасности при игре в волейбол.

ГИРЕВОЙ СПОРТ

Вопросы по теоретической подготовке при проведении промежуточной аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Гиревой спорт"

Примерные вопросы:

1. Что такое гиревой спорт
2. Разновидности видов упражнений в гиревом спорте
3. Как выполнять упражнения: рывок, толчок, длинный цикл
4. Как правильно выполнять сгибание и разгибание рук в положении лежа (для девочек) и подтягиваться из виса на высокой перекладине (для мальчиков)
5. Как Вести дневник самоконтроля
6. Как измерять ЧСС
7. Техника безопасности во время занятий гиревым спортом
8. Техника выполнения упражнения подрыв гири, забрасывание на плечо
9. Техника выполнения жима одной и двумя руками
10. Имитационные упражнения изученных движений
11. Правила соревновательной деятельности
12. Подбор спортивной экипировки на тренировку и на соревнования
13. При каких условиях присваивают 3 юношеский разряд.
14. Как выполнять упражнения: рывок, толчок и длинный цикл в заданном ритме по времени
15. Как выполнять технически правильно смену рук при выполнении упражнения «рывок»
16. Как дозировать тренировочную нагрузку
17. Как выполнять несложные задания, связанные с варьированием количества повторения упражнения и количества подходов силовой гимнастике
18. При каких условиях присваивают 2 юношеский разряд.
19. Основные элементы техники упражнений в гиревом спорте, уметь исправлять свои ошибки
20. Отталкивание ногами и вынос рук при выполнении упражнения «толчок»
21. Как контролировать свое самочувствие, наблюдая за реакциями своего организма на определенные нагрузки
22. Техника выполнения силовой гимнастики, работать над исправлением сложившихся ошибок
23. Правильный хват гири, забрасывание гирь на грудь и исходное положение перед выполнением упражнений
24. При каких условиях присваивают 1 юношеский разряд.
25. Что такое микро, мезо, макроциклы в гиревом спорте. Выполнять запланированный объем тренировочной и соревновательной нагрузки с определенной интенсивностью
26. Таблицу перевода спортивного результата в очки (очковая таблица)
27. Как делать акцент на более слабый вид двоеборья, уделяя ему больше времени.
28. Прогнозирование своего спортивного результата во всех видах (толчке, рывке, двоеборье, длинном цикле)

30. Как выполнять тренировочную нагрузку, используя повторный, интервальный и попеременный метод
31. Как подготовить место для участия в соревнованиях по силовой гимнастике
32. Как осуществлять тактическую подготовку во всех видах.
33. Что такое положение о соревнованиях, изучать его перед каждым стартом
34. Требования необходимые, чтобы войти в состав районной сборной по гиревому спорту. Как приготовить себе инвентарь как для тренировочной, так и для соревновательной деятельности.
35. Как самостоятельно оценивать состояние организма.
36. Как выполнить норматив КМС в гиревом спорте. Осуществление индивидуальных спортивных экспериментов
37. Как ориентировать свою будущую деятельность на спортивное долголетие
38. Как входить в состав областной сборной команды
39. Возрастные особенности и их учет при планировании тренировочного процесса.

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА**Вопросы по теоретической подготовке при проведении промежуточной аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Легкая атлетика"**

Примерные вопросы:

1. Основные правила соревнований вида спорта «Легкая атлетика»;
2. Влияние физических упражнений на умственную и физическую работоспособность;
3. История Олимпийского движения в России, выдающиеся спортсмены, ценности спорта, принципы честной спортивной борьбы.
4. Термины: физическое воспитание, физическая культура, спорт и его функции, физические упражнения;
5. Сведения о физическом развитии человека;
6. Классификация основных форм движения;
7. Особенности питания юных легкоатлетов;
8. Система профилактических мероприятий, направленных на повышение сопротивляемости организма неблагоприятным факторам окружающей среды;
9. Костно-мышечная система, ее строение и функции.
10. Характеристика легкоатлетических упражнений: спортивная ходьба, бег, прыжки с разбега и «многоскоки», бросок легкого мяча и толчок ядра;
11. Как происходит метание с места и после подготовительных действий, метание различных снарядов из разных положений;
12. Охарактеризовать барьерный бег, прыжки в длину и высоту, бросок мяча и толкание ядра с места и с разбега.
13. Как происходит метание с места и после подготовительных действий, метание различных снарядов из разных положений;
14. Техника прыжка с шестом через препятствия, прыжок в длину с короткого разбега, тройной прыжок с короткого разбега, прыжок в высоту с приземлением на спину;
15. Техника метания подросткового диска с места, метание детского копья с места, с одного-двух скрестных шагов разбега.
16. Характеристика легкоатлетических упражнений: спортивная ходьба, бег, прыжки с разбега и «многоскоки», бросок легкого мяча и толчок ядра;
17. Как происходит метание с места и после подготовительных действий, метание различных снарядов из разных положений;
18. Охарактеризовать барьерный бег, прыжки в длину и высоту, бросок мяча и толкание ядра с места и с разбега;
19. Техника прыжка с шестом через препятствия, прыжок в длину с короткого разбега, тройной прыжок с короткого разбега, прыжок в высоту с приземлением на спину;
20. Техника спортивной борьбы, низкого старта, спринтерского и эстафетного бега, сочетание ходьбы с бегом;
21. Основы техники прыжков в высоту и длину.
22. Рассказать технику спортивной борьбы, низкого старта, спринтерского и эстафетного бега, сочетание ходьбы с бегом;
23. Основы техники прыжков в высоту и длину;
24. Рассказать технику беговых, прыжковых упражнений на уровне навыка;
25. Как происходит контроль функционального состояния организма во время занятия легкой атлетикой (фиксирование частоты сердечных сокращений, внешних признаков утомления).

ПОЛИАТЛОН**Вопросы по теоретической подготовке при проведении промежуточной аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Полиатлон"**

Примерные вопросы:

1. Что такое лыжная подготовка, лыжный спорт, полиатлон;
2. Какова история возникновения полиатлона;
3. На какие группы делятся лыжные хода;
4. На какие подгруппы делится классический и коньковый стиль;
5. Что такое дневник самоконтроля.
6. В чем заключается упражнение ВП-1 из пневматической винтовки;
7. В чем заключается техническая подготовка спортсмена;
8. Каково отличие классического хода от конькового;
9. Что такое спортивная экипировка;
10. Чем различается соревновательная экипировка от тренировочной.
11. Определение попеременных и одновременных классических и коньковых ходов;
12. Какие хода быстрее, где применить каждый из них;
13. В чем заключается упражнение ВП-2 из пневматической винтовки;
14. Краткое описание имитации лыжных ходов во время летнего (бесснежного) периода.
15. Что такое «тренаж» в пулевой стрельбе;
16. Что такое ЧСС. Показатели ЧСС при разных нагрузках;
17. На какие периоды делится годовой тренировочный процесс;
18. Краткая характеристика каждого периода.
19. Этапы многолетней подготовки. Характеристика;
20. Определение понятий «объем» и «интенсивность» при подготовке спортсмена;
21. Что такое контрольная тренировка.
22. Что такое соревнования, с какой целью они проводятся;
23. Что такое повторный, интервальный и попеременный методы выполнения тренировочной нагрузки;
24. Определение понятия тактической подготовки.
25. Что такое положение о соревнованиях, из каких разделов оно состоит;
26. Что такое лыжная смазка. Виды;
27. Что такое классификационная таблица.
28. Что такое спортивная форма;
29. Показатели, характеризующие готовность спортивной формы;
30. Характеристика стартового состояния;
31. Средства восстановления организма после нагрузки;

- 32. Что такое допинг.
- 33. Что такое спортивный режим;
- 34. Что такое планирование тренировочной деятельности;
- 35. Определение понятия психологическая подготовка. В чем она заключается.
- 36. Что такое спортивная мотивация;
- 37. В чем заключается спортивное долголетие;
- 38. Что такое спортивный эксперимент.

ФУТБОЛ**Вопросы по теоретической подготовке при проведении промежуточной аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Футбол"**

Примерные вопросы

1. Начертите футбольное поле: опишите его разметку и оборудование и укажите все размеры.
2. Каким требованиям должен отвечать мяч? Каковы его вес и размеры?
3. При каком количестве игроков команда может быть допущена к состязаниям и каковы правила замены игроков?
4. Каковы права и обязанности главного судьи и его помощников при проведении игры?
5. Продолжительность игры. В каких случаях судья должен продлить время игры?
6. В каких случаях мяч считается в игре и не в игре?
7. Как правильно начать игру?
8. Общее определение положения «вне игры».
9. В каких случаях будет положение «вне игры»?
10. В каких случаях не может быть положения «вне игры»?
11. Какие взыскания судья может накладывать на игроков и за какие нарушения?
12. В каких случаях назначаются штрафные и свободные удары? В чем их разница?
13. Как правильно проводится 11-метровый удар и в каких случаях он назначается?
14. В каких случаях наказывается игра рукой?
15. Как правильно вбрасывать мяч из-за боковой линии?
16. С какого места производится выбивание мяча от ворот и когда мяч при этом будет считаться в игре?
17. Откуда производится угловой удар и на каком расстоянии от мяча имеют право располагаться игроки?
18. Обувь и форма футболистов. Какие к ним требования предъявляются?
19. Рассказать о сигналах и жестах судьи в поле и судьи на линии.
20. Когда мяч считается забитым в ворота?
21. Что такое техника игры в футбол и чем определяется степень ее совершенства?
22. Какое значение имеет техника игры в футбол?
23. От каких причин зависит дальность и точность полета мяча?
24. Какие основные технические приемы применяются в футбольной игре?
25. Какой из способов удара по мячу ногой обеспечивает наибольшую точность полета мяча и почему? Как выполняется удар?
26. Какой из ударов по мячу головой наиболее совершенен? Как выполняется этот удар?
27. Какой из способов остановки мяча является более надежным? Расскажите о технике остановки мяча этим способом.
28. Какие основные требования предъявляются к современной тактике игры футбольной команды?
29. Расскажите о системах игры и о том, как они менялись.
30. Расскажите о расстановке и нумерации игроков команды.
31. Каковы особенности игры защитников, полузащитников, нападающих и вратаря?
32. Что такое тактическая комбинация? Какие виды комбинаций вы знаете?

33. Назовите основные принципы игры в защите.
34. Назовите основные принципы игры в нападении.
35. Расскажите о персональной опеке и игре в зоне. В чем их отличие?
36. Расскажите о методе комбинированной обороны.
37. В чем суть метода эшелонированного нападения?
38. Как правильно организовать оборону при розыгрыше стандартных положений?
39. Как организовать атаку при розыгрыше стандартных положений?
40. Каким образом физическая и техническая подготовка футболистов влияет на тактику команды

ШАХМАТЫ

Вопросы по теоретической подготовке при проведении промежуточной аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Шахматы"

Примерные вопросы:

1. Ценность шахматных фигур: ладья, слон, ферзь, конь, пешка, король, как ходят;
2. Цель шахматной партии;
3. Как производится запись партии;
4. Как поставить мат одинокому королю: ферзем (за 1 минуту), двумя ладьями (за 1 минуту), ладьей (за 2 минуты);
5. Как провести пешку с помощью короля.
6. Правила «квадрата», «оппозиция»;
7. Основы пешечного эндшпиля;
8. Простейшие дебютные принципы;
9. Понятия «дебют», миттельшпиль», «эндшпиль»;
10. Понятие этика шахматных соперников и, что её необходимо неукоснительно соблюдать;
11. Простейший план игры, дать оценку позиции;
12. Простейшие принципы реализации материального преимущества;
13. Как осуществлять простые шахматные приемы (комбинации на тактику) в пределах 2-3 ходов;
14. Позицию Филидора и Лусены (построение моста).
15. Основы шахматного кодекса;
16. История происхождения шахмат и распространение их на Востоке;
17. Простые шахматные приёмы (комбинации) в пределах двух-трех ходов, составлять простейший план игры, давать оценку позиции;
18. Основы пешечного эндшпиля. Окончание «легкая фигура против пешки».
19. Основные принципы разыгрывания дебюта. Показать знание стратегических идей Шотландской партии и защиты Каро-Канн;
20. «Легкая фигура против пешек», «ладья против пешек»;
21. Как ставить мат конем и слоном;
22. Основные положения личной гигиены шахматиста.
23. Представление о роли детско-юношеских спортивных школ в развитии спорта в нашей стране;
24. Понятие «атака в шахматной партии», знать основные проблемы и виды центра в шахматной партии;
25. Основные приемы борьбы в легкофигурных окончаниях, окончание типа «ладья и пешка против ладьи»;
26. Категории соревнований;
27. Начальный этап борьбы за первенство мира;
28. Системы соревнования по шахматам, таблицей очередности игры, цвет фигур, разновидности контроля времени на обдумывание ходов;
29. Основные принципы разыгрывания дебюта. Стратегические идеи Ферзевого гамбита и Французской защиты;
30. Основные приемы борьбы в многопешечных окончаниях и окончаниях типа «ладья с пешкой против ладьи с пешкой»;
31. Основные этапы подготовки шахматиста; Основные принципы разыгрывания дебюта.

Лыжные гонки

Вопросы по теоретической подготовке при проведении промежуточной аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Лыжные гонки"

Примерные вопросы

1. История Олимпийских игр современности.
2. С какого года начинается история зимних олимпийских игр.
3. Назвать самых известных советских, российских лыжников, олимпийских чемпионов, чемпионов мира.
4. Какие стили передвижения на лыжах используют спортсмены.
5. Как нужно одеваться на занятиях в лыжной секции.
6. История возникновения лыжного спорта.
7. Каких технических ошибок необходимо избегать, чтобы не получить травму на занятиях лыжными гонками.
8. Виды лыжных ходов и стилей передвижения на лыжах.
9. Каково отличие классического стиля от свободного.
10. Виды торможения на лыжах со спуска.
11. Виды поворотов при передвижения на лыжах.
12. Определение попеременных и одновременных классических ходов
13. От чего зависит применение того или иного лыжного хода
14. Виды коньковый ходов.
15. Основные методы летней подготовки лыжников.
16. Правила гигиены, необходимые для спортсмена.
17. Режим дня спортсмена.
18. Что такое ЧСС. Показатели ЧСС при разных нагрузках
19. Основы здорового питания спортсмена.
20. Основы силовой тренировки.
21. Виды тренировок лыжника-гонщика.
22. Определение понятий «объем» и «интенсивность» при подготовке спортсмена.
23. Что такое контрольная тренировка
24. Что такое соревнования, с какой целью они проводятся;
25. Что такое повторный, интервальный и попеременный методы выполнения тренировочной нагрузки;
26. Определение понятия тактической подготовки.
27. Основные пункты Правил проведения соревнований по лыжным гонкам.

28. Что такое лыжная смазка. Виды, классификация.
29. Классификация мышечных волокон.
30. Принципы честной борьбы в спорте. Запрещённые методы.
31. Основные методы тренировок лыжника-гонщика в подготовительный и соревновательный периоды.
32. Факторы, необходимые для достижения наилучшего результата на соревнованиях.
33. Условия, необходимые для роста мышечных волокон.
34. Самые распространённые ошибки в классических лыжных ходах.
35. Самые распространённые ошибки в коньковом лыжном ходе.
36. Качественные показатели мышц, от которых зависит результат спортсмена.
37. Физиологические системы организма. Их значение для достижения спортивных результатов.

БАСКЕТБОЛ

Вопросы для оценки уровня освоения Программы по теоретической подготовке при проведении итоговой аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Баскетбол" по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки «Баскетбол» (проводится собеседование по пройденным темам)

Примерные вопросы:

1. Основные правила соревнований вида спорта «Баскетбол»;
2. Влияние физических упражнений на умственную и физическую работоспособность;
3. Классификация основных форм движения;
4. Особенности питания юных баскетболистов;
5. Система профилактических мероприятий, направленных на повышение сопротивляемости организма неблагоприятным факторам окружающей среды;
6. Костно-мышечная система, ее строение и функции;
7. Характеристика баскетбольных упражнений с мячом: ловля, ведение, остановка, передача, обводка, бросок;
8. Как происходит бросок мяча с места и после подготовительных действий;
9. Охарактеризовать: Заслон. Наведение. Пересечение. Треугольник. Малая восьмерка;
10. Техника обводки соперника с изменением высоты отскока, обводки соперника с изменением направления, обводки соперника с изменением скорости;
11. Охарактеризовать: Подстраховка. Переключение. Проскальзывание. Групповой отбор мяча;
12. Основы тактики игры: Система личной защиты. Система зонной защиты. Система смешанной защиты. Система личного прессинга. Система зонного прессинга;
13. Понимание и исполнение технических приёмов: кроссовер, дриблинг, пивот, наскок, вертушка, степ-бэк.
14. Понимание тактических приёмов: изоляция, перегруз, большая сторона, меньшая сторона, сдвоенный заслон, подстраховка, переключение;
15. Психологическая подготовка баскетболиста. Моральные качества спортсмена. Основные методы развития волевых качеств и совершенствование психологической подготовки баскетболиста в процессе спортивной тренировки. Умение преодолевать трудности, возникающие у баскетболиста в связи с перенесением больших физических нагрузок. Непосредственная психологическая подготовка баскетболиста к предстоящим соревнованиям;
16. Охарактеризовать спорт высших достижений (признаки);
17. Роль деятельности Международной ассоциации баскетбольных федераций, Европейская баскетбольная ассоциации.
18. Как проходят общеподготовительные упражнения для отдельных групп мышц, с партнером на сопротивление, на снарядах;
19. Охарактеризовать уровни соревнований;
20. Охарактеризовать спорт высших достижений (признаки);
21. Роль деятельности Международной ассоциации баскетбольных федераций, Европейская баскетбольная ассоциации;
22. Изложить суть плана-конспекта занятия по баскетболу;
23. Рассказать о законодательстве в сфере образования, Федеральные законы об образовании, о физической культуре и спорте;

24. Характеристика планирования тренировочного процесса;
25. Основы антидопингового поведения, антидопинговая политика государства;
26. Рассказать как проводить практическое занятие.

Нормативные требования к оценке показателей по выполнению специализированных упражнений при проведении итоговой аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Баскетбол" по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки «Баскетбол»

Баллы	3	4	5
Контрольные упражнения			
Юноши			
Скоростное ведение мяча 20м (с)	9,2	9,1	9,0
Прыжок вверх с места со взмахом руками (см)	39	41	43
Челночный бег 10 площадок по 28 м (с)	68	67	56
Бег на 14 м (с)	2,8	2,7	2,6
Девушки			
Скоростное ведение мяча 20м (с)	10,0	9,9	9,8
Прыжок вверх с места со взмахом руками (см)	36	37	38
Челночный бег 10 площадок по 28 м (с)	64	63	62
Бег на 14 м (с)	3,0	2,9	2,8

Набрать не менее 12 баллов в 4 обязательных контрольных упражнениях

ВОЛЕЙБОЛ

Вопросы для оценки уровня освоения Программы по теоретической подготовке при проведении итоговой аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Волейбол" по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки "Волейбол" (проводится собеседование по пройденным темам)

Примерные вопросы:

31. Кто является создателем игры волейбол.
32. Что означает слово «волейбол».
33. Размеры игрового поля в волейбол.
34. Высота сетки у мужчин.
35. Высота сетки у женщин.
36. Сколько игроков может находиться на площадке во время игры в одной команде.
37. В каком случае во время игры команда получает очко.
38. В каком случае партия считается выигранной.
39. Сколько раз можно коснуться мяча на площадке.
40. Какие подачи существуют в волейболе.
41. С чего начинается игра в волейболе.
42. Может ли игрок в 3 зоне принять мяч после подачи.
43. Как осуществляется переход игроков.
44. Как называется действие игрока позволяющее оставить мяч в игре после подачи.
45. Цель игры в три касания.
46. Как называется свободный защитник.
47. Что распространено в последнее время в практике волейбола.
48. Как изучаются групповые и командные тактические действия.
49. В достижении спортивного результата в волейболе условно можно выделить сколько ступеней.
50. На каком расстоянии находится стартовая позиция блокирующего игрока – в середине сетки.
51. Из чего состоит игра в защите.
52. Моделирование в волейболе представляет собой.
53. С чего начинается передача мяча.
54. В чем проявляется быстрота в волейболе.
55. Овладение спортивной техникой волейбола в процессе обучения осуществляется по каким схемам.
56. Как необходимо располагаться при приеме подач игроку.
57. В соревновательном периоде тренировочного процесса наиболее целесообразно применять.
58. Какими могут быть соревнования по волейболу.
59. Впервые волейбол дебютировал как олимпийский вид спорта на олимпиаде в каком городе.

60. Техника безопасности при игре в волейбол.

Нормативные требования к оценке показателей по выполнению специализированных упражнений при проведении итоговой аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Волейбол" по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки «Волейбол»

Баллы	3	4	5
Контрольные упражнения			
Юноши			
Челночный бег 5х6 м (с)	10,9	10,8	10,7
Бросок мяча 1кг из-за головы двумя руками, стоя (м)	12	13	14
Прыжок в высоту с одновременным отталкиванием двумя ногами (см)	44	46	48
девушки			
Челночный бег 5х6 м (с)	11,1	11,0	10,9
Бросок мяча 1кг из-за головы двумя руками, стоя (м)	10	11	12
Прыжок в высоту с одновременным отталкиванием двумя ногами (см)	26	37	39

Набрать не менее 9 баллов (и выше) в 3 обязательных контрольных упражнениях

ГИРЕВОЙ СПОРТ

Вопросы для оценки уровня освоения Программы по теоретической подготовке при проведении итоговой аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Гиревой спорт" по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки "Гиревой спорт" (проводится собеседование по пройденным темам)

Примерные вопросы:

1. Что такое гиревой спорт
2. Разновидности видов упражнений в гиревом спорте
3. Как выполнять упражнения: рывок, толчок, длинный цикл
4. Как правильно выполнять сгибание и разгибание рук в положении лежа (для девочек) и подтягиваться из виса на высокой перекладине (для мальчиков)
5. Как Вести дневник самоконтроля
6. Как измерять ЧСС
7. Техника безопасности во время занятий гиревым спортом
8. Техника выполнения упражнения подрыв гири, забрасывание на плечо
9. Техника выполнения жима одной и двумя руками
10. Имитационные упражнения изученных движений
11. Правила соревновательной деятельности
12. Подбор спортивной экипировки на тренировку и на соревнования
13. При каких условиях присваивают 3 юношеский разряд.
14. Как выполнять упражнения: рывок, толчок и длинный цикл в заданном ритме по времени
15. Как выполнять технически правильно смену рук при выполнении упражнения «рывок»
16. Как дозировать тренировочную нагрузку
17. Как выполнять несложные задания, связанные с варьированием количества повторения упражнения и количества подходов силовой гимнастике
18. При каких условиях присваивают 2 юношеский разряд.
19. Основные элементы техники упражнений в гиревом спорте, уметь исправлять свои ошибки
20. Отталкивание ногами и вынос рук при выполнении упражнения «толчок»
21. Как контролировать свое самочувствие, наблюдая за реакциями своего организма на определенные нагрузки
22. Техника выполнения силовой гимнастики, работать над исправлением сложившихся ошибок
23. Правильный хват гири, забрасывание гири на грудь и исходное положение перед выполнением упражнений
24. При каких условиях присваивают 1 юношеский разряд.
25. Что такое микро, мезо, макроциклы в гиревом спорте. Выполнять запланированный объем тренировочной и соревновательной нагрузки с определенной интенсивностью
26. Таблицу перевода спортивного результата в очки (очковая таблица)
27. Как делать акцент на более слабый вид двоеборья, уделяя ему больше времени.

28. Прогнозирование своего спортивного результата во всех видах (толчке, рывке, двоеборье, длинном цикле)
30. Как выполнять тренировочную нагрузку, используя повторный, интервальный и попеременный метод
31. Как подготовить место для участия в соревнованиях по силовой гимнастике
32. Как осуществлять тактическую подготовку во всех видах.
33. Что такое положение о соревнованиях, изучать его перед каждым стартом
34. Требования необходимые, чтобы войти в состав районной сборной по гиревому спорту. Как приготовить себе инвентарь как для тренировочной, так и для соревновательной деятельности.
35. Как самостоятельно оценивать состояние организма.
36. Как выполнить норматив КМС в гиревом спорте. Осуществление индивидуальных спортивных экспериментов
37. Как ориентировать свою будущую деятельность на спортивное долголетие
38. Как входить в состав областной сборной команды
39. Возрастные особенности и их учет при планировании тренировочного процесса.

Нормативные требования к оценке показателей по выполнению специализированных упражнений при проведении итоговой аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Гиревой спорт" по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки «Гиревой спорт»

Баллы	3	4	5
Контрольные упражнения			
<i>Девушки</i>			
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	158	157	158
Выкрут прямых рук вперед - назад (ширина хвата) (см)	54	56	58
Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	27	29	31
Упражнение «рывок» гиря 8 кг, 12 кг	65	70	75
<i>Юноши</i>			
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	178	179	180
Выкрут прямых рук вперед - назад (ширина хвата) (см)	74	76	78
Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	31	33	35
Упражнение «толчок» гиря 8, 12, 16 кг	70	76	80

Набрать не менее 12 баллов (и более) в 4 обязательных контрольных упражнениях

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

Вопросы для оценки уровня освоения Программы по теоретической подготовке при проведении итоговой аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Легкая атлетика" по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки «Легкая атлетика» (проводится собеседование по пройденным темам)

Примерные вопросы:

1. Основные правила соревнований вида спорта «Легкая атлетика»;
2. Влияние физических упражнений на умственную и физическую работоспособность;
3. История Олимпийского движения в России, выдающиеся спортсмены, ценности спорта, принципы честной спортивной борьбы.
4. Термины: физическое воспитание, физическая культура, спорт и его функции, физические упражнения;
5. Сведения о физическом развитии человека;
6. Классификация основных форм движения;
7. Особенности питания юных легкоатлетов;
8. Система профилактических мероприятий, направленных на повышение сопротивляемости организма неблагоприятным факторам окружающей среды;
9. Костно-мышечная система, ее строение и функции.
10. Характеристика легкоатлетических упражнений: спортивная ходьба, бег, прыжки с разбега и «многоскоки», бросок легкого мяча и толчок ядра;
11. Как происходит метание с места и после подготовительных действий, метание различных снарядов из разных положений;
12. Охарактеризовать барьерный бег, прыжки в длину и высоту, бросок мяча и толкание ядра с места и с разбега.
13. Как происходит метание с места и после подготовительных действий, метание различных снарядов из разных положений;
14. Техника прыжка с шестом через препятствия, прыжок в длину с короткого разбега, тройной прыжок с короткого разбега, прыжок в высоту с приземлением на спину;
15. Техника метания подросткового диска с места, метание детского копья с места, с одного-двух скрестных шагов разбега.
16. Характеристика легкоатлетических упражнений: спортивная ходьба, бег, прыжки с разбега и «многоскоки», бросок легкого мяча и толчок ядра;
17. Как происходит метание с места и после подготовительных действий, метание различных снарядов из разных положений;
18. Охарактеризовать барьерный бег, прыжки в длину и высоту, бросок мяча и толкание ядра с места и с разбега;
19. Техника прыжка с шестом через препятствия, прыжок в длину с короткого разбега, тройной прыжок с короткого разбега, прыжок в высоту с приземлением на спину;
20. Техника спортивной борьбы, низкого старта, спринтерского и эстафетного бега, сочетание ходьбы с бегом;
21. Основы техники прыжков в высоту и длину.
22. Рассказать технику спортивной борьбы, низкого старта, спринтерского и эстафетного бега, сочетание ходьбы с бегом;
23. Основы техники прыжков в высоту и длину;
24. Рассказать технику беговых, прыжковых упражнений на уровне навыка;
25. Как происходит контроль функционального состояния организма во время занятия легкой атлетикой (фиксирование частоты сердечных сокращений, внешних признаков утомления).

Нормативные требования к оценке показателей по выполнению специализированных упражнений при проведении итоговой аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Легкая атлетика" по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки «Легкая атлетика»

Баллы	3	4	5
Контрольные упражнения			
юноши			
Бег 60 м (сек)	8,2	8,1	8,0
Бег 3000 м	13,0	12,50	12,40
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	208	209	210
девушки			
Бег 60 м (сек)	9,5	9,4	9,3
Бег 3000 м	10,0	9,55	9,50
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	178	179	180

Набрать не менее 9 баллов (и более) в 3 обязательных контрольных упражнениях

ПОЛИАТЛОН

Вопросы для оценки уровня освоения Программы по теоретической подготовке при проведении итоговой аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Полиатлон" по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки "Полиатлон" (проводится собеседование по пройденным темам)

Примерные вопросы:

1. Что такое лыжная подготовка, лыжный спорт, полиатлон;
2. Какова история возникновения полиатлона;
3. На какие группы делятся лыжные ходы;
4. На какие подгруппы делится классический и коньковый стиль;
5. Что такое дневник самоконтроля.
6. В чем заключается упражнение ВП-1 из пневматической винтовки;
7. В чем заключается техническая подготовка спортсмена;
8. Каково отличие классического хода от конькового;
9. Что такое спортивная экипировка;
10. Чем различается соревновательная экипировка от тренировочной.
11. Определение попеременных и одновременных классических и коньковых ходов;
12. Какие ходы быстрее, где применить каждый из них;
13. В чем заключается упражнение ВП-2 из пневматической винтовки;
14. Краткое описание имитации лыжных ходов во время летнего (бесснежного) периода.
15. Что такое «тренаж» в пулевой стрельбе;
16. Что такое ЧСС. Показатели ЧСС при разных нагрузках;
17. На какие периоды делится годовой тренировочный процесс;
18. Краткая характеристика каждого периода.
19. Этапы многолетней подготовки. Характеристика;
20. Определение понятий «объем» и «интенсивность» при подготовке спортсмена;
21. Что такое контрольная тренировка.
22. Что такое соревнования, с какой целью они проводятся;
23. Что такое повторный, интервальный и попеременный методы выполнения тренировочной нагрузки;
24. Определение понятия тактической подготовки.
25. Что такое положение о соревнованиях, из каких разделов оно состоит;
26. Что такое лыжная смазка. Виды;
27. Что такое классификационная таблица.
28. Что такое спортивная форма;
29. Показатели, характеризующие готовность спортивной формы;

30. Характеристика стартового состояния;
31. Средства восстановления организма после нагрузки;
32. Что такое допинг.
33. Что такое спортивный режим;
34. Что такое планирование тренировочной деятельности;
35. Определение понятия психологическая подготовка. В чем она заключается.
36. Что такое спортивная мотивация;
37. В чем заключается спортивное долголетие;
38. Что такое спортивный эксперимент.

Нормативные требования к оценке показателей по выполнению специализированных упражнений при проведении итоговой аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Полиатлон" по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки «Полиатлон»

Баллы	3	4	5
Контрольные упражнения			
Юноши			
Подтягивание из виса на перекладине (за 4 мин.)	20	25	35
Лыжероллерная гонка 5 км	26.20	26.10	26.00
Девушки			
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (за 4 мин.)	30	40	50
Лыжероллерная гонка 3 км	18.50	18.40	18.30

Набрать не менее 6 баллов в 2 обязательных контрольных упражнениях

ФУТБОЛ

Вопросы для оценки уровня освоения Программы по теоретической подготовке при проведении итоговой аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Футбол" по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки «Футбол» (проводится собеседование по пройденным темам)

Примерные вопросы:

1. Начертите футбольное поле: опишите его разметку и оборудование и укажите все размеры.
2. Каким требованиям должен отвечать мяч? Каковы его вес и размеры?
3. При каком количестве игроков команда может быть допущена к состязаниям и каковы правила замены игроков?
4. Каковы права и обязанности главного судьи и его помощников при проведении игры?
5. Продолжительность игры. В каких случаях судья должен продлить время игры?
6. В каких случаях мяч считается в игре и не в игре?
7. Как правильно начать игру?
8. Общее определение положения «вне игры».
9. В каких случаях будет положение «вне игры»?
10. В каких случаях не может быть положения «вне игры»?
11. Какие взыскания судья может накладывать на игроков и за какие нарушения?
12. В каких случаях назначаются штрафные и свободные удары? В чем их разница?
13. Как правильно проводится 11-метровый удар и в каких случаях он назначается?
14. В каких случаях наказывается игра рукой?
15. Как правильно вбрасывать мяч из-за боковой линии?
16. С какого места производится выбивание мяча от ворот и когда мяч при этом будет считаться в игре?
17. Откуда производится угловой удар и на каком расстоянии от мяча имеют право располагаться игроки?
18. Обувь и форма футболистов. Какие к ним требования предъявляются?
19. Рассказать о сигналах и жестах судьи в поле и судьи на линии.
20. Когда мяч считается забитым в ворота?
21. Что такое техника игры в футбол и чем определяется степень ее совершенства?
22. Какое значение имеет техника игры в футбол?
23. От каких причин зависит дальность и точность полета мяча?
24. Какие основные технические приемы применяются в футбольной игре?
25. Какой из способов удара по мячу ногой обеспечивает наибольшую точность полета мяча и почему? Как выполняется удар?
26. Какой из ударов по мячу головой наиболее совершенен? Как выполняется этот удар?
27. Какой из способов остановки мяча является более надежным? Расскажите о технике остановки мяча этим способом.
28. Какие основные требования предъявляются к современной тактике игры футбольной команды?
29. Расскажите о системах игры и о том, как они менялись.
30. Расскажите о расстановке и нумерации игроков команды.

31. Каковы особенности игры защитников, полузащитников, нападающих и вратаря?
32. Что такое тактическая комбинация? Какие виды комбинаций вы знаете?
33. Назовите основные принципы игры в защите.
34. Назовите основные принципы игры в нападении.
35. Расскажите о персональной опеке и игре в зоне. В чем их отличие?
36. Расскажите о методе комбинированной обороны.
37. В чем суть метода эшелонированного нападения?
38. Как правильно организовать оборону при розыгрыше стандартных положений?
39. Как организовать атаку при розыгрыше стандартных положений?
40. Каким образом физическая и техническая подготовка футболистов влияет на тактику команды

Нормативные требования к оценке показателей по выполнению специализированных упражнений при проведении итоговой аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Футбол" по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки «Футбол»

Баллы	3	4	5
Контрольные упражнения			
Техническая подготовка (для полевых игроков)			
Юноши			
Ведение мяча 10м	2,30	2,25	2,20
Ведение мяча с изменением направления 10м	7,00	7,05	7,10
Ведение мяча 3х10м	9,30	9,20	9,10
Удар на точность по воротам (10 ударов)	7	8	9
Передача мяча в коридор (10 попыток)	7	8	9
Вбрасывание мяча на дальность	14	15	16
Девушки			
Ведение мяча 10м	2,50	2,45	2,40
Ведение мяча с изменением направления 10м	8,10	8,05	8,00
Ведение мяча 3х10м	10,10	10,00	9,50
Удар на точность по воротам (10 ударов)	6	7	8
Передача мяча в коридор (10 попыток)	6	7	8
Вбрасывание мяча на дальность	12	13	14

Набрать не менее 18 баллов (и более) в 6 обязательных контрольных упражнениях

ШАХМАТЫ

Вопросы для оценки уровня освоения Программы по теоретической подготовке при проведении итоговой аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Шахматы" по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки «Шахматы» (проводится собеседование по пройденным темам)

Примерные вопросы:

1. Ценность шахматных фигур: ладья, слон, ферзь, конь, пешка, король, как ходят;
2. Цель шахматной партии;
3. Как производится запись партии;
4. Как поставить мат одиночному королю: ферзем (за 1 минуту), двумя ладьями (за 1 минуту), ладьей (за 2 минуты);
5. Как провести пешку с помощью короля.
6. Правила «квадрата», «оппозиция»;
7. Основы пешечного эндшпиля;
8. Простейшие дебютные принципы;
9. Понятия «дебют», «миттельшпиль», «эндшпиль»;
10. Понятие этика шахматных соперников и, что её необходимо неукоснительно соблюдать;
11. Простейший план игры, дать оценку позиции;
12. Простейшие принципы реализации материального преимущества;
13. Как осуществлять простые шахматные приемы (комбинации на тактику) в пределах 2-3 ходов;
14. Позицию Филидора и Лусены (построение моста).
15. Основы шахматного кодекса;
16. История происхождения шахмат и распространение их на Востоке;
17. Простые шахматные приёмы (комбинации) в пределах двух-трех ходов, составлять простейший план игры, давать оценку позиции;
18. Основы пешечного эндшпиля. Окончание «легкая фигура против пешки».
19. Основные принципы разыгрывания дебюта. Показать знание стратегических идей Шотландской партии и защиты Каро-Канн;
20. «Легкая фигура против пешек», «ладья против пешек»;
21. Как ставить мат конем и слоном;
22. Основные положения личной гигиены шахматиста.
23. Представление о роли детско-юношеских спортивных школ в развитии спорта в нашей стране;
24. Понятие «атака в шахматной партии», знать основные проблемы и виды центра в шахматной партии;
25. Основные приемы борьбы в легкофигурных окончаниях, окончание типа «ладья и пешка против ладьи»;
26. Категории соревнований;
27. Начальный этап борьбы за первенство мира;
28. Системы соревнования по шахматам, таблицей очередности игры, цвет фигур, разновидности контроля времени на обдумывание ходов;
29. Основные принципы разыгрывания дебюта. Стратегические идеи Ферзевого гамбита и Французской защиты;
30. Основные приемы борьбы в многопешечных окончаниях и окончаниях типа «ладья с пешкой против ладьи с пешкой»;

31.Основные этапы подготовки шахматиста;

32.Основные принципы разыгрывания дебюта. Стратегические идеи Испанской партии и Скандинавской защиты.

Нормативные требования к оценке показателей по выполнению специализированных упражнений при проведении итоговой аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Шахматы" по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки «Шахматы»

Баллы	зачет	незачет
Контрольные упражнения		
Продemonстрировать постановку мата «ладьёй одинокому королю» и «двумя слонами одинокому королю».		
Показать знания и умения составления плана игры в миттельшпиле.		
Решить тактические задачи (на базе сайта Chess.com «Тактический штурм», 30 штук за 10 минут).		
Показать позицию Филидора и Лусены (построение моста).		
Показать владение основными принципами разыгрывания дебюта на выбор: Шотландская партия, Защита Каро-Канн, Итальянская партия, Защита двух коней, Ферзевый гамбит, Французская защита, Славянская защита, Сицилианская защита, Испанская партия, Скандинавская защита.		

Получить зачет по пяти обязательным контрольным упражнениям

ХОККЕЙ С ШАЙБОЙ

Вопросы для оценки уровня освоения Программы по предметной области «Теоретические основы физической культуры и спорта» при проведении итоговой аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Хоккей с шайбой" (проводится собеседование по пройденным темам)

Примерные вопросы:

1. Назовите Родину хоккея? (Канада)
2. Где состоялся Первый хоккейный матч? (Монреаль)
3. Какой шайбой играли в хоккей в 1875 году? (деревянной)
4. Кто такой ровер? (сильнейший хоккеист, лучше всех забрасывающий шайбы)
5. Кто такой лайнсмен? (помощник судьи)
6. В каком году впервые поставили хоккейные ворота? (1875)
7. Кто в 1900г. изобрёл сетку для хоккейных ворот? (Ф. Нильсон)
8. В 1929 г. хоккейный вратарь Клинт Бенедикт из Монреаля впервые надел? (маску)
9. В каком году состоялся первый чемпионат мира по хоккею? (1920г.)
10. В Северной Америке переходящий приз для лучшей хоккейной команды называется? (кубок Стэнли)
11. Переходящий приз для лучшей хоккейной команды России называется? (кубок Гагарина)
12. Днём рождения хоккея в России и в СССР считается? (22 декабря 1946г.)
13. В каком году сборная СССР получила первый титул чемпиона мира, обыграв канадцев со счётом 7:3? (1954г)
14. За какую команду играли Третьяк, Харламов, Фетисов? (ЦСКА)
15. Признаки утомления у спортсменов? (головокружение, покраснение, тошнота)
16. Хоккейная экипировка заимствована у игроков? (в бейсбол)
17. По завершению ежегодных состязаний Лиги Чемпионов по хоккею победителю вручается приз. Какой это приз? (Кубок Стэнли)
18. Как называется игровая часть матча в хоккее? (период)
19. Хоккейный матч длится несколько периодов. Сколько их? (три)
20. Сколько игроков от команды одновременно присутствуют на ледяной площадке? (шесть)
21. В футболе бывают послематчевые пенальти, а в хоккее? (буллиты)
22. Что пытаются игроки хоккейной команды забить в ворота соперника? (шайбу)
23. Сколько длится хоккейный матч? (60 минут)
24. Какой формы хоккейная шайба? (диск)
25. Спортивный снаряд, которым хоккеисты бьют по шайбе? (клюшка)
26. Как часто проводится мировое первенство по хоккею? (ежегодно)
27. Что такое допинг контроль? (проверка спортсменов на применение запрещённых лекарственных средств и методов стимуляции работоспособности)

28. Отсутствие разминки перед соревнованиями (или перед основной нагрузкой в тренировке) чаще всего приводит к? (травмам)
29. Что необходимо делать для оказания первой помощи при ушибах? (приложить холод, сделать тугую повязку)
30. Что означает "щелчок" в хоккее? (короткий удар клюшки в лед перед шайбой)

Нормативные требования к оценке показателей по выполнению специализированных упражнений при проведении итоговой аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Хоккей с шайбой" по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки «Хоккей с шайбой»

Баллы	3	4	5
Контрольные упражнения			
Бег на коньках 30м	5,2	5,1	5,0
Бег на коньках челночный 6х9м	15,9	15,8	15,7
Бег на коньках спиной вперед 30м	7,1	7,0	6,9
Бег на коньках слаломный без шайбы	11,8	11,7	11,6
Бег на коньках слаломный с ведением шайбы	13,8	13,7	13,6
Бег на коньках челночный в стойке вратаря (с)	41,4	41,3	41,2

Набрать не менее 18 баллов (и более) в 6 обязательных контрольных упражнениях

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 296520261781276660661547455625433911011083524507

Владелец Сысолов Олег Михайлович

Действителен с 11.02.2026 по 11.02.2027