

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ "СПОРТИВНАЯ ШКОЛА "ЛОТОС" г. ДАЛЬНЕГОРСКА
692441, Приморский край, г. Дальнегорск, ул. Пионерская, д.26; ☎ 8(42373)3-26-51

ПРИНЯТО

решением педагогического Совета

МБУ ДО СШ «Лотос»

протокол от «19» 01 2026 г. № 1

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО СШ «Лотос»

А.Е. Рубцов

_____ 2026 г.



ПОЛОЖЕНИЕ

о контрольных и итоговых контрольных-переводных нормативов
муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования
«Спортивная школа «Лотос» г. Дальнегорска

Дальнегорск, 2026

1. Общие положения

1.1. Назначение Положения

Настоящее Положение является локальным нормативным актом, регулирующим порядок разработки, утверждения, организации и проведения контрольных и итоговых контрольно-переводных нормативов в Муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования «Спортивная школа «Лотос» г. Дальнегогорска (далее — МБУ ДО СШ «Лотос», Учреждение).

1.2. Нормативная база

Положение разработано в соответствии с:

- Конституцией Российской Федерации;
- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
- Федеральным законом от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
- Приказом Минспорта России от 30.10.2015 № 1013 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам» (с изменениями и дополнениями);
- Приказом Минспорта России от 27.12.2013 № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта» (с изменениями и дополнениями);
- Федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта, культивируемым в Учреждении;
- Уставом МБУ ДО СШ «Лотос»;
- Правилами внутреннего трудового распорядка.

1.3. Сфера действия

Положение распространяется на всех обучающихся Учреждения, их законных представителей, тренеров-преподавателей, инструкторов-методистов, административный персонал, а также членов аттестационной комиссии.

1.4 Основные понятия

Контрольные нормативы – это тестовые испытания, проводимые в течение учебного года для оценки текущего уровня подготовленности спортсменов по разделам ОФП, СФП, технической и теоретической подготовки.

Итоговые контрольно-переводные нормативы – это комплекс испытаний, проводимых по завершении учебного года (этапа подготовки), результаты которых являются основанием для перевода спортсмена на следующий год (этап) обучения или отчисления.

Этап спортивной подготовки – это определённая Федеральным стандартом спортивной подготовки ступень многолетней подготовки: СОЭ, ЭНП, ТЭ, ЭССМ, ЭВСМ.

Группа – это учебно-тренировочная группа, сформированная в соответствии с

этапом и годом подготовки.

Аттестационная комиссия – это коллегиальный орган, создаваемый для организации и проведения итоговых контрольно-переводных нормативов.

Протокол – это официальный документ, фиксирующий результаты испытаний.

Перевод – это издание приказа директора о переводе спортсмена на следующий год (этап) подготовки по результатам сдачи нормативов.

Отчисление – это прекращение образовательных отношений в связи с невыполнением нормативов или иными основаниями.

2. Цель и задачи

2.1. Цель

Объективная и комплексная оценка результативности реализации дополнительных образовательных программ спортивной подготовки посредством анализа полученных обучающимися знаний, умений и навыков, а также динамики спортивных результатов.

2.2. Задачи

2.2.1. Обучающие:

- определение уровня общей физической подготовленности спортсменов;
- определение уровня специальной физической подготовленности;
- оценка технической и тактической подготовленности;
- выявление степени освоения теоретического материала;
- оценка соревновательной деятельности.

2.2.2. Развивающие:

- анализ динамики роста спортивных показателей;
- выявление индивидуальных особенностей развития спортсменов;
- определение эффективности применяемых методик тренировки.

2.2.3. Управленческие:

- обоснование перевода спортсменов на следующий этап (год) подготовки;
- корректировка тренировочного процесса по результатам испытаний;
- формирование предложений по совершенствованию программ спортивной подготовки;
- подготовка аналитических материалов для педагогического совета.

2.3. Принципы проведения нормативов

- объективность — независимость и беспристрастность оценки;
- систематичность — регулярность проведения испытаний;
- комплексность — оценка всех сторон подготовленности;
- индивидуальный подход — учёт возрастных, физиологических и иных особенностей;
- гласность — открытость процедуры и результатов;

— преемственность — соответствие нормативов этапам подготовки;
 — соответствие ФССП — нормы устанавливаются на основе Федеральных стандартов.

3. Форма, периодичность и порядок проведения

3.1 Виды контроля

№ п/п	Вид контроля	Периодичность	Форма проведения	Ответственный
1	Текущий (оперативный)	В течение всего периода подготовки	Педагогическое наблюдение	Тренер-преподаватель
2	Промежуточный	1 раз в полугодие (декабрь, май)	Тестовые испытания	Тренер-преподаватель
3	Итоговый (контрольно-переводной)	1 раз в год (декабрь)	Комплексные испытания	Аттестационная комиссия

3.2 Формы итоговых контрольно-переводных нормативов

- тестовые испытания по общей физической подготовке (ОФП);
- тестовые испытания по специальной физической подготовке (СФП);
- тестовые испытания по технической подготовке;
- теоретическая подготовка (собеседование, тестирование);
- зачёт результатов выступлений в официальных соревнованиях;
- присвоение (подтверждение) спортивного разряда;
- включение в списочный состав сборных команд.

3.3 Порядок проведения итоговых контрольно-переводных нормативов

3.3.1. Тренеры-преподаватели разрабатывают и представляют инструктору-методисту:

- график проведения испытаний — не позднее чем за две недели до начала;
- протоколы испытаний — в день проведения;
- аналитические справки — в течение 3 рабочих дней после завершения.

3.3.2. Инструктор-методист:

- составляет сводный график проведения нормативов;
- утверждает график у директора;
- размещает график на информационном стенде не позднее чем за 10 календарных дней до начала.

3.3.3. Аттестационная комиссия:

- проводит испытания в соответствии с утверждённым графиком;
- оформляет протоколы;
- принимает решение о сдаче/не сдаче нормативов;
- передаёт протоколы инструктору-методисту.

3.3.4. Директор:

- утверждает протоколы;
- издаёт приказ о переводе (отчислении) — не позднее 10 календарных дней после утверждения протоколов.

3.4. Условия перевода:

3.4.1. Спортсмен переводится на следующий год (этап) подготовки при условии:

- успешной сдачи всех разделов итоговых нормативов (средний балл не ниже 3);
- положительной динамики спортивных показателей;
- отсутствия медицинских противопоказаний;
- соблюдения требований Федерального стандарта по виду спорта.

3.4.2. Спортсмены, не выполнившие итоговые нормативы, на следующий этап не переводятся. По решению педагогического Совета и приказом директора они могут:

- пройти повторное обучение на том же этапе (году);
- быть отчислены из Учреждения.

3.4.3. Спортсмены, успешно сдавшие нормативы и показавшие высокие спортивные результаты, могут быть досрочно переведены на следующий этап по решению педагогического Совета и при положительном заключении врача.

3.5. Особенности для этапа спортивного совершенствования (ЭССМ):

- спортсмены, не выполнившие нормативы, не могут быть оставлены на повторное обучение;
- решение о дальнейшем обучении принимается педагогическим Советом индивидуально;
- учитываются результаты выступлений на официальных соревнованиях.

4. Нормативы общей физической подготовки (ОФП)

4.1. Общие положения

Нормативы ОФП устанавливаются в соответствии с Федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта и возрастными группами. Оценка осуществляется по пятибалльной системе.

4.2 Нормативы ОФП для спортивно-оздоровительного этапа

№ п/п	Упражнения	Ед. измерения	Мальчики	Девочки
1	Бег на 30 м	с	не более 7,0	не более 7,2
2	Бег на 300 м	мин, с	не более 1.30	не более 1.35
3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	кол-во раз	не менее 5	не менее 3
4	Наклон вперёд из положения стоя	см	не менее +1	не менее +2
5	Прыжок в длину с места	см	не менее 100	не менее 90
6	Челночный бег 3×10 м	с	не более 10,5	не более 10,8

4.3 Нормативы ОФП для этапа начальной подготовки

№ п/п	Упражнения	Ед. измерения	Мальчики	Девочки
1	Бег на 30 м	с	$\leq 6,3$	$\leq 6,5$
2	Бег на 1000 м	мин, с	≤ 6.20	≤ 6.40
3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	кол-во раз	≥ 10	≥ 6
4	Подтягивание из виса на высокой перекладине	кол-во раз	≥ 3	—
5	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	кол-во раз	—	≥ 8
6	Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье	см	$\geq +2$	$\geq +3$
7	Челночный бег 3×10 м	с	$\leq 9,7$	$\leq 10,1$
8	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	≥ 128	≥ 118

4.4 Нормативы ОФП для тренировочного этапа (12-13 лет)

№ п/п	Упражнения	Ед. измерения	Юноши	Девушки
1	Бег на 60 м	с	$\leq 11,1$	$\leq 11,5$
2	Бег на 1500 м	мин, с	≤ 8.30	≤ 9.00
3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	кол-во раз	≥ 15	≥ 8
4	Подтягивание из виса на высокой перекладине	кол-во раз	≥ 5	—
5	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	кол-во раз	—	≥ 12
6	Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье	см	$\geq +3$	$\geq +5$
7	Челночный бег 3×10 м	с	$\leq 9,2$	$\leq 9,8$
8	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	≥ 147	≥ 135

4.5 Нормативы ОФП для тренировочного этапа (14-15 лет)

№ п/п	Упражнения	Ед. измерения	Юноши	Девушки
1	Бег на 100 м	с	$\leq 14,3$	$\leq 17,2$
2	Бег на 2000 м	мин, с	—	≤ 11.20
3	Бег на 3000 м	мин, с	≤ 14.30	—
4	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	кол-во раз	≥ 31	≥ 11
5	Подтягивание из виса на высокой перекладине	кол-во раз	≥ 11	≥ 2
6	Наклон вперёд из положения	см	$\geq +8$	$\geq +9$

	стоя на гимнастической скамье			
7	Челночный бег 3×10 м	с	≤ 7,6	≤ 8,7
8	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	≥ 210	≥ 170
9	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	кол-во раз	≥ 40	≥ 36
10	Кросс на 3 км	мин, с	—	≤ 18.00
11	Кросс на 5 км	мин, с	≤ 25.30	—

4.5 Нормативы ОФП для тренировочного этапа (16-17 лет)

№ п/п	Упражнения	Ед. измерения	Юноши	Девушки
1	Бег на 100 м	с	≤ 13,4	≤ 15,4
2	Бег на 2000 м	мин, с	—	≤ 9.50
3	Бег на 3000 м	мин, с	≤ 12.40	—
4	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	кол-во раз	≥ 50	≥ 40
5	Подтягивание из виса на высокой перекладине	кол-во раз	≥ 14	≥ 10
6	Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье	см	≥ +13	≥ +16
7	Челночный бег 3×10 м	с	≤ 6,9	≤ 7,9
8	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	≥ 230	≥ 200
9	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	кол-во раз	≥ 50	≥ 44
10	Кросс на 3 км	мин, с	—	≤ 16.30
11	Кросс на 5 км	мин, с	≤ 23.30	—

4.6 Нормативы ОФП для этапа совершенствования спортивного мастерства (18+ лет)

№ п/п	Упражнения	Ед. измерения	Юноши	Девушки
1	Бег на 100 м	с	≤ 12,8	≤ 14,8
2	Бег на 3000 м	мин, с	≤ 11.30	—
3	Бег на 2000 м	мин, с	—	≤ 9.00
4	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	кол-во раз	≥ 60	≥ 50
5	Подтягивание из виса на высокой перекладине	кол-во раз	≥ 18	≥ 14
6	Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье	см	≥ +18	≥ +20

7	Челночный бег 3×10 м	с	≤ 6,4	≤ 7,4
8	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	≥ 250	≥ 220

5. Организация и проведение нормативов

5.1. Подготовительный этап

5.1.1. Тренеры-преподаватели:

- разрабатывают график проведения испытаний;
- готовят спортивный инвентарь и место проведения;
- заполняют протоколы участия спортсменов;
- предоставляют график в методический кабинет не позднее чем за две недели до начала.

5.1.2. Методический отдел:

- составляет общий график проведения нормативов;
- утверждает график у директора;
- размещает график на информационном стенде не позднее чем за 10 календарных дней до начала;
- информирует тренеров, спортсменов и законных представителей.

5.2. Аттестационная комиссия

5.2.1. Состав Комиссии:

Роль	Должность
Председатель	Директор МБУ ДО СШ «Лотос»
Заместитель председателя	Заместитель директора образовательной организации
Члены Комиссии	Инструктор-методист, тренер-преподаватель

5.2.2. Полномочия Комиссии:

- присутствие на испытаниях во всех группах;
- проверка условий проведения испытаний;
- оценка результатов;
- принятие решения о сдаче/несдаче нормативов;
- оформление протоколов;
- составление акта о неэффективности проведения нормативов (при необходимости).

5.2.3. Регламент работы Комиссии:

- Комиссия работает в период проведения нормативов;
- заседания Комиссии оформляются протоколами;
- решения принимаются простым большинством голосов;

— при равенстве голосов голос председателя является решающим.

5.3. Порядок проведения испытаний

5.3.1. Испытания проводятся в соответствии с утверждённым графиком.

5.3.2. Перед началом испытаний тренер-преподаватель:

- проводит инструктаж по технике безопасности;
- проверяет готовность спортсменов (медицинский допуск);
- обеспечивает разминку.

5.3.3. В ходе испытаний:

- Комиссия наблюдает за выполнением упражнений;
- результаты фиксируются в протоколах;
- спортсмены имеют право на одну повторную попытку (по решению

Комиссии).

5.3.4. После завершения испытаний:

- протоколы подписываются всеми членами Комиссии;
- результаты объявляются спортсменам;
- протоколы передаются в методический отдел.

5.4. Оформление результатов.

5.4.1. Протокол испытаний должен содержать:

- наименование Учреждения;
- дату и место проведения;
- состав Комиссии;
- список спортсменов;
- наименование упражнений;
- результаты;
- оценку;
- подписи членов Комиссии.

5.4.2. Протоколы утверждаются приказом директора.

5.5. Обжалование результатов

5.5.1. Спортсмен или его законный представитель вправе обжаловать решение Комиссии путём подачи письменного заявления на имя директора в течение 3 рабочих дней после оглашения результатов.

5.5.2. Директор рассматривает заявление в течение 5 рабочих дней и принимает решение:

- оставить решение Комиссии без изменения;
- назначить повторное испытание;
- создать конфликтную комиссию.

5.5.3. Решение директора оформляется приказом и является окончательным.

5.6 Система оценок устанавливается в соответствии с программой спортивной подготовки по виду спорта по пятибалльной системе: по пяти уровням - низкий (1) - ниже среднего (2) - средний (3) - выше среднего (4) - высокий (5).

5.7 Уровень требований к оценке результатов контрольных и итоговых

контрольно-переводных нормативов спортсменами определяется программой спортивной подготовки по виду спорта, разработанной на основании Федеральных стандартов по виду спорта.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 564644994569073537114765422031472967103361152753

Владелец Рубцов Александр Евгеньевич

Действителен с 17.06.2026 по 17.06.2027