



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО СШОР по дзюдо  
«Локомотив» г. Челябинска

Е. А. Брылкин

«16» декабря 2024 г.

## ПОРЯДОК

Приема на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки по виду спорта «дзюдо» и «самбо» обучающихся МБУ ДО СШОР по дзюдо «ЛОКОМОТИВ» г. Челябинска

### 1. Общее положения

1.1. Настоящий Порядок приема обучающихся по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки по виду спорта «дзюдо» и «самбо» - (Порядок) регламентирует прием граждан в муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования Спортивная школа олимпийского резерва по дзюдо «Локомотив» города Челябинска (далее МБУ ДО СШОР по дзюдо «Локомотив» г. Челябинска) на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки на основании результатов индивидуального отбора, проводимого в целях выявления лиц, имеющих необходимые для освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки способности в области физической культуры и спорта (далее поступающие), за счет ассигнований городского бюджета.

1.2. Порядок приема в МБУ ДО СШОР по дзюдо «Локомотив» г. Челябинска разработан в соответствии с приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27 января 2023г. № 57 «Об утверждении порядка приема на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки», частью 5 статьи 84 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012г., и с частью 3 статьи 34.1 Федерального закона от 4 декабря 2007 г. N 329-ФЗ (ред. от 02.07.2013) "О физической культуре и спорте в Российской Федерации", Уставом МБУ ДО СШОР по дзюдо «Локомотив» г. Челябинска.

1.3. Прием поступающих осуществляется на основании результатов индивидуального отбора требование к уровню их образования не предъявляются, который заключается в выявлении у поступающих физических, психологических способностей и (или) двигательных умений, необходимых для освоения соответствующих программ спортивной подготовки в области физической культуры и спорта. Учреждение объявляет прием граждан на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки на основании лицензии на осуществление образовательной деятельности.

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

Для проведения индивидуального отбора МБУ ДО СШОР по дзюдо «Локомотив» г. Челябинска проводит:

- вступительные испытания: тесты по физической подготовке и специальной подготовке
- предварительные просмотры.
- собеседование.

1.5. Организация приема и проведения вступительных испытаний осуществляется приемной комиссией (не менее 5 человек) и апелляционной комиссией (не менее 3 человек) МБУ ДО СШОР по дзюдо «Локомотив» г. Челябинска. Состав, полномочия и порядок деятельности приемной и апелляционной комиссии регламентируется Положением о приемной и апелляционной комиссии, утвержденным приказом директора МБУ ДО СШОР по дзюдо «Локомотив» г. Челябинска.

Регламент работы комиссий определяются локальным нормативным актом учреждения.

1.6. При приеме поступающих директор МБУ ДО СШОР по дзюдо «Локомотив» г. Челябинска обеспечивает соблюдение прав поступающих, прав законных представителей несовершеннолетних поступающих, установленных законодательством Российской Федерации, гласность и открытость работы приемной и апелляционной комиссий, объективность оценки способностей поступающих.

1.7. Количество поступающих, принимающих МБУ ДО СШОР по дзюдо «Локомотив» г. Челябинска на бюджетной основе, определяется учредителем в соответствии с муниципальным заданием на оказание услуг по спортивной подготовке.

1.8. В МБУ ДО СШОР по дзюдо «Локомотив» г. Челябинска принимаются граждане из числа не имеющих медицинских противопоказаний и прошедших предварительный индивидуальный отбор.

1.9. МБУ ДО СШОР по дзюдо «Локомотив» г. Челябинска осуществляет передачу, обработку и предоставление полученных в связи с приемом граждан персональных данных поступающих в соответствии с требованиями законодательства Российской Федерации в области персональных данных.

1.8. Настоящее Положение устанавливает общий Порядок возникновения образовательных отношений. В целях исполнения настоящего Положения используются следующие понятия:

- родитель – мать, отец;
- законный представитель – опекун, попечитель;
- обучающийся – физическое лицо, осваивающее образовательную программу;
- учащийся – лицо, осваивающее образовательные программы дополнительного образования.

## **2. Организация приема поступающих для освоения программы спортивной подготовки**

2.1. При приеме детей в МБУ ДО СШОР по дзюдо «Локомотив» г. Челябинска не допускаются ограничения по полу, расе, национальной принадлежности, языку, происхождению, вероисповеданию, социальному положению родителей.

2.2. Минимальный возраст зачисления в МБУ ДО СШОР по дзюдо «Локомотив» г. Челябинска осуществляется с 7 (семи) лет независимо от их проживания, на дополнительные образовательные программы спортивной подготовки по виду спорта «дзюдо» и «самбо».

2.3. Прием лиц для прохождения спортивной подготовки в МБУ ДО СШОР по дзюдо «Локомотив» г. Челябинска проводится на вакантные места, согласно муниципальному заданию.

2.4. Работу приемной и апелляционной комиссии делопроизводство, а также личный прием поступающих и их родителей (законных представителей) организует ответственный секретарь приемной комиссии.

2.5. Для организации и проведения вступительных испытаний, требующих наличие у поступающих физических качеств, председателем приемной комиссии утверждаются составы приемной и апелляционных комиссий.

Полномочия и порядок деятельности приемной и апелляционной комиссий определяются Положениями о них, утверждаются председателем приемной и апелляционной комиссии.

## **3. Порядок приема поступающих**

3.1. При приеме поступающих Администрация МБУ ДО СШОР по дзюдо «Локомотив» г. Челябинска обеспечивает соблюдение их прав, прав родителей (законных представителей), установленных законодательством Российской Федерации, гласность и открытость работы приемной и апелляционной комиссии, объективность оценки способности поступающих. А также ознакомить родителей (законных представителей) с Уставом, свидетельством о

государственной аккредитации и другими документами, регламентирующими организацию учебно-тренировочного процесса МБУ ДО СШОР по дзюдо «Локомотив» г. Челябинска.

3.2. В целях информирования о правилах приема на спортивную подготовку в МБУ ДО СШОР по дзюдо «Локомотив» г. Челябинска, не позднее, чем за месяц до начала приема документов размещается следующая информация и документы на информационном стенде и официальном сайте школы:

- а) копия Устава учреждения;
- б) копия лицензии на осуществление образовательной деятельности (с приложениями);
- в) документы регламентирующие организацию и осуществление образовательной деятельности, права и обязанности обучающихся;
- г) условия работы приемной и апелляционной комиссии учреждения;
- д) количество бюджетных мест в соответствующем году по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки, количество вакантных мест для приема поступающих (при наличии);
- е) сроки приема документов для обучения по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки в соответствующем году;
- ж) сроки и место проведения индивидуального отбора поступающих в соответствующем году;
- з) формы индивидуального отбора поступающих по каждой дополнительной образовательной программе спортивной подготовки;
- и) нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления на обучение по каждой дополнительной образовательной программе спортивной подготовки;
- к) систему оценок (отметок, баллов, показателей в единицах измерения), применяемую при проведении индивидуального отбора поступающих;
- л) условия и особенности проведения индивидуального отбора для поступающих с ограниченными возможностями здоровья;
- м) правила подачи и рассмотрения апелляций по процедуре и(или) результатам индивидуального отбора поступающих;
- н) сроки зачисления поступающих в учреждение;
- о) образец заявления о приеме на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки (далее - заявление);
- п) порядок оказания платных образовательных услуг, в том числе информацию о стоимости обучения по каждой дополнительной образовательной программе спортивной подготовки;

3.3. Количество поступающих на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки по виду спорта «дзюдо» и «самбо» на бюджетной основе определяется учредителем Учреждения в соответствии с государственным (муниципальным) заданием на оказание государственных (муниципальных).

Прием поступающих сверх установленного государственного муниципального (задания на оказание государственных (муниципальных) услуг на обучение на платной основе осуществляется по договорам об образовании по программе.

3.4. Приемная комиссия Учреждения обеспечивает функционирование специальных телефонных линий, а также раздела сайта Организации для оперативных ответов на обращения, связанные с приемом поступающих.

3.5. Организация самостоятельно устанавливает сроки приема документов в соответствующем году, но не позднее чем за месяц до проведения индивидуального отбора поступающих.

3.6. Для приема в МБУ ДО СШОР по дзюдо «Локомотив» г. Челябинска представляются следующие документы:

- заявление (по форме согласно Приложение 1);
- копия свидетельства о рождении ребенка;

-медицинская справка, подтверждающая отсутствие противопоказаний для прохождения спортивной подготовки по дзюдо (том числе и по результатам электрокардиограммы сердца);

-фотография размером 3\*4;

-УИН (ГТО)

Заявление и документы, указанные в пункте 3.3 Порядка, подаются на бумажном носителе лично в учреждение.

3.7. Учреждение осуществляет проверку достоверности сведений, указанных в заявлении, и соответствии действительности поданных электронных образов документов. При проведении указанной проверки Учреждение вправе обращаться к соответствующим государственными информационными системами, в государственные (муниципальные) органы и организации.

3.8. Учреждение осуществляет обработку полученных персональных данных, поступающих в соответствии с требованиями законодательства Российской Федерации в области персональных данных.

Индивидуальный отбор поступающих проводит приемная комиссия Учреждения.

3.9. Индивидуальный отбор проводится по форме сдачи нормативов общей физической подготовки и специальной физической подготовки в соответствии с ФССП по виду спорта. Приложение № 2.

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

3.11 Результаты индивидуального отбора размещаются на стенде и сайте Учреждения через 3 дня после его проведения.

3.12. Поступающие не участвовавшие в первоначальном индивидуальном отборе в установленные Организацией сроки по уважительной причине (болезнь или иные обстоятельства, подтвержденные документально), в пределах общего срока проведения индивидуального отбора.

3.12. Основной набор в группы с подачей документов начинаются с сентября по ноябрь, индивидуальный отбор с ноября по декабрь, каждого года. Учебно-тренировочный год начитается с 01 января каждого года.

3.13 Текущий набор осуществляется круглогодично в течении всего года при наличии вакантных мест и после сдачи контрольных нормативов.

3.14. Зачисление в группы проводится на основании приказа директора МБУ ДО СШОР по дзюдо «Локомотив» г. Челябинска.

3.15 На каждого спортсмена заводится личное дело с указанием основных анкетных данных и сданные документы.

3.16. На этап начальной подготовки принимаются лица, желающие заниматься спортом не имеющие для этого медицинских противопоказаний и сдавших контрольные норматив. Период обучения 4 (четыре) года. Минимальный возраст зачисления – 7 (семь) лет.

3.17. В группы спортивной специализации принимаются дети, прошедшие необходимую подготовку, не имеющих медицинских противопоказаний, при выполнении ими требований по общефизической и специальной подготовке. Период обучения 5 (пять) лет. Минимальный возраст для зачисления 11 (одиннадцать) лет.

3.18. В группы совершенствования спортивного мастерства принимаются спортсмены, выполнившие (подтвердившие) спортивный разряд КМС по дзюдо и самбо, период обучения не ограничивается. Минимальный возраст для зачисления – 14 (четырнадцать) лет. Период обучения 3(три) года.

3.19. В группы совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства принимаются спортсмены выполнившие (подтвердившие) спортивное звание МС по дзюдо и самбо. Период обучения не ограничен. Минимальный возраст – 16 (шестнадцать) лет.

3.20. Поступающие, которые ранее занимались избранным видом спорта в СШОР, клубах, центрах и т.п., имеющие спортивный разряд и документ (справку, выписку из приказа, классификационную книжку и т.п.), подтверждающий наличие присвоенного разряда, могут



быть зачислены в МБУ ДО СШОР по дзюдо «Локомотив» г. Челябинска на соответствующий этап подготовки при наличии вакантных мест и после сдачи контрольных нормативов.

#### **4. Апелляция по результатам индивидуального отбора**

4.1. Поступающие, а также их родители (законные представители) несовершеннолетних поступающих вправе подать апелляцию по процедуре и (или) результатом проведения индивидуального отбора в апелляционную комиссию не позднее следующего рабочего дня после объявления результатов

Апелляция рассматривается на заседании апелляционной комиссии в течении 1 дня с момента ее подачи в присутствии поступающих или родителей (законных представителей) подавших апелляцию.

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

Решение принимается большинством голосов членов апелляционной комиссии, участвующих в заседании, при обязательном присутствии председателя комиссии. В случае равенства голосов председатель апелляционной комиссии обладает правом голоса.

4.3. В случае выявления технических неисправностей оборудования или спортивного инвентаря, а также невозможности определения достоверности результатов и индивидуального отбора поступающего проводится повторный отбор.

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

4.4. Повторное проведение индивидуального отбора поступающего проводится в течении трех дней с момента принятия решения о повторном отборе в присутствии двух членов апелляционной комиссии.

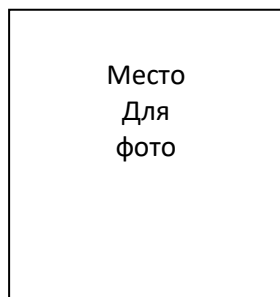
Подача апелляции по процедуре и (или) результатам проведения повторного индивидуального отбора поступающих не допускается.

Для рассмотрения апелляции в апелляционную комиссию направляется протокол заседания приемной комиссии, результатом индивидуального отбора.

#### **5. Зачисление поступающих**

5.1. Зачисление поступающих в учреждение оформляется приказом директора учреждения на основании решения приемной или апелляционной комиссии МБУ ДО СШОР по дзюдо «Локомотив» г. Челябинска.

При наличии вакантных мест проводится повторный индивидуальный отбор поступающих.



Директору МБУ ДО СШОР  
по дзюдо «Локомотив» г. Челябинска  
Брылкину Е.А.  
от \_\_\_\_\_ -  
проживающего по адресу: \_\_\_\_\_ -  
телефон \_\_\_\_\_

### ЗАЯВЛЕНИЕ

Прошу Вас принять в МБУ ДО СШОР по дзюдо «Локомотив» моего ребенка:

1. Фамилия \_\_\_\_\_ Имя \_\_\_\_\_ Отчество \_\_\_\_\_
2. Число, месяц, год рождения \_\_\_\_\_
3. Место рождения \_\_\_\_\_
4. Место учебы, работы \_\_\_\_\_
5. Спортивный разряд \_\_\_\_\_
6. Домашний адрес, телефон \_\_\_\_\_
7. УИН (ГТО) \_\_\_\_\_

#### Согласие на обработку персональных данных учащихся

Даю свое согласие на обработку следующих персональных данных:

Фамилия, имя, отчество; Дата рождения; Адрес регистрации; Адрес места постоянного проживания; Номер, дата и место выдачи документа удостоверяющего личности; Пол; Сведения об образовании (для лиц переведенных из других заведений); Номер сотового и домашнего телефона; Сведения о воинском учете (если имеются); Гражданство; Сведения о состоянии здоровья (медицинские справки); Состав семьи; Для следующих целей:

1. Исполнений договорных отношений;

2. Для целей передачи третьим лицам, в соответствии с законодательством РФ.

В случае неправомерного использования предоставленных персональных данных настоящее согласие может быть отозвано письменным заявлением субъекта персональных данных.

\*на основании: «Федерального закона РФ от 21.11.20211 года «323-ФЗ «Об основах здоровья граждан в РФ»

Данное соглашение действует с «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. по «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

\_\_\_\_\_ дата \_\_\_\_\_ подпись  
Родители:  
Отец \_\_\_\_\_  
Место работы, должность, телефон \_\_\_\_\_

Мать \_\_\_\_\_  
Место работы, должность, телефон \_\_\_\_\_

С уставом Организации, со сведениями о дате предоставления и регистрационном номере лицензии на осуществление образовательной деятельности, с образовательными программами и другими документами, регламентирующими организацию и осуществление образовательной деятельности, права и обязанности обучающихся, а также согласие на проведение процедуры индивидуального отбора поступающего.

Выражаю свое согласие на обработку (сбор, систематизацию, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение) использование, распространение (передачу 3-м лицам) способами, не противоречащими закону, моих персональных данных и данных моего ребенка. Настоящее согласие сохраняет силу до выбытия ребенка из ОУ).

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
подпись (Фамилия И.О.)

Директору МБУ ДО СШОР  
по дзюдо «Локомотив» г. Челябинска  
Брылкину Е.А.

от \_\_\_\_\_  
проживающего по адресу:

\_\_\_\_\_ /  
телефон \_\_\_\_\_

### ЗАЯВЛЕНИЕ

Я

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
*Ф.И.О. родителя (законного представителя обучающегося)*  
даю согласие на проведение занятий по реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «дзюдо» с моим ребенком

\_\_\_\_\_  
*(Ф.И.О. обучающегося)*  
с расписанием занятий группы «дзюдо» ознакомлен и согласен.

« \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_ г.  
\_\_\_\_\_ /

\_\_\_\_\_ /

(подпись)

Директору МБУ ДО СШОР  
по дзюдо «Локомотив» г. Челябинска  
Брылкину Е.А.

от \_\_\_\_\_  
проживающего по адресу:

\_\_\_\_\_ /  
телефон \_\_\_\_\_

### ЗАЯВЛЕНИЕ

Я

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
*Ф.И.О. родителя (законного представителя обучающегося)*  
даю согласие на проведение занятий по реализации дополнительной образовательной  
программе спортивной подготовки по виду спорта «самбо» с моим ребенком

\_\_\_\_\_  
*(Ф.И.О. обучающегося)*  
с расписанием занятий группы «самбо» ознакомлен и согласен.

« \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_ г. \_\_\_\_\_ /  
\_\_\_\_\_ /

(подпись)



**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «дзюдо»**

№	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			Мальчики	Девочки
<b>1. Нормативы общей физической подготовки для возрастной группы 7 лет</b>				
1.1	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	кол-во раз.	Не менее	
			2	1
1.2	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	кол-во раз.	Не менее	
			4	3
1.3	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	Не менее	
			+1	+2
1.4	Прыжок в длину с места двумя ногами	см	Не менее	
			60	50
1.5	Челночный бег 3*10 м	см	Не более	
			11,0	11,4
1.6	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 30с)	кол-во раз.	Не менее	
			4	2
<b>2. Нормативы общей физической подготовки для возрастной группы 8 лет</b>				
2.1	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	Кол-во раз.	Не менее	
			3	2
2.2	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Кол-во раз.	Не менее	
			6	5
2.3	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	Не менее	
			+2	+3
2.4	Прыжок в длину с места двумя толчком ногами	см	Не менее	
			70	60
2.5	Челночный бег 3*10 м	см	Не более	
			10,6	11,2
2.6	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 30с)	кол-во раз.	Не менее	
			6	4
<b>3. Нормативы общей физической подготовки для возрастной группы 9 лет</b>				
3.1	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	Кол-во раз.	Не менее	
			5	4
3.2	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Кол-во раз.	Не менее	
			8	7
3.3	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	Не менее	
			+3	+4
3.4	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее	
			80	70
3.5	Челночный бег 3*10 м	см	Не более	
			10,4	11,0
3.6	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 30с)	кол-во раз.	Не менее	
			8	6
<b>4. Нормативы общей физической подготовки для возрастной группы 10 лет</b>				
4.1	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	Кол-во раз.	Не менее	
			7	6
4.2	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Кол-во раз.	Не менее	
			10	9

4.3	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	Не менее	
			+4	+5
4.4	Прыжок в длину с места двумя толчком ногами	см	Не менее	
			95	85
4.5	Челночный бег 3*10 м	см	Не более	
			10,2	10,8
4.6	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 30с)	кол-во раз.	Не менее	
			10	8

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этапе спортивной специализации) по виду спорту «Дзюдо»**

№ п\п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	Девушки
<p align="center"><b>1. Нормативы общей физической подготовки и специально физической подготовки для возрастной группы 11-12 лет для спортивных дисциплин:</b></p> <p align="center">для юношей – «ката» «Весовая категория 26 кг», «Весовая категория 32 кг», «Весовая категория 34 кг», «Весовая категория 38 кг», «Весовая категория 42 кг», «Весовая категория 46 кг», «Весовая категория 46+ кг» «Весовая категория 50 кг»</p> <p align="center">для девушек – «ката» «Весовая категория 24 кг», «Весовая категория 27 кг», «Весовая категория 30 кг», «Весовая категория 33 кг», «Весовая категория 36 кг», «Весовая категория 40 кг».</p>				
1.1	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	Кол-во раз	Не менее	
			10	9
1.2	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Кол-во раз	Не менее	
			12	11
1.3	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической стенке (от уровня скамьи)	см	Не менее	
			+4	+5
1.4	Челночный бег 3*10 м	с	Не более	
			10,0	10,6
1.5	Поднимание туловища из положения лежа на спине (30 с)	Кол-во раз	Не менее	
			12	10
1.6	Прыжок длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее	
			105	100
<p align="center"><b>2. Нормативы общей физической подготовки и специально физической подготовки для возрастной группы 11-12 лет для спортивных дисциплин:</b></p> <p align="center">для юношей «Весовая категория 55 кг», «Весовая категория 55+ кг», «Весовая категория 60 кг», «Весовая категория 66 кг», «Весовая категория 66+ кг», «Весовая категория 73 кг», «Весовая категория 73+ кг»</p> <p align="center">для девушек - «Весовая категория 44 кг», «Весовая категория 44+ кг», «Весовая категория 48 кг», «Весовая категория 52 кг», «Весовая категория 52+ кг», «Весовая категория 57 кг», «Весовая категория 57+ кг», «Весовая категория 63 кг», «Весовая категория 63+ кг»</p>				
2.1	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	Кол-во раз	Не менее	
			8	7
3.2	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Кол-во раз	Не менее	
			11	10
2.3	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической стенке (от уровня скамьи)	см	Не менее	
			+4	+5
2.4	Челночный бег 3*10 м	с	Не более	
			10,1	10,7
2.5	Поднимание туловища из положения лежа на спине (30 с)	Кол-во раз	Не менее	
			11	10

2.6	Прыжок длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее	
			100	90
<b>3. Нормативы общей физической подготовки и специально физической подготовки для возрастной группы 13 лет и старше для спортивных дисциплин:</b> для юношей – «ката» «Весовая категория 38 кг», «Весовая категория 42 кг», «Весовая категория 46 кг», «Весовая категория 46+ кг», «Весовая категория 50 кг», «Весовая категория 55 кг», «Весовая категория 55+ кг» для девушек – «ката» «Весовая категория 33 кг», «Весовая категория 36 кг», «Весовая категория 40 кг», «Весовая категория 44 кг», «Весовая категория 44+ кг», «Весовая категория 48 кг».				
3.1	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	Кол-во раз	Не менее	
			14	13
3.2	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Кол-во раз	Не менее	
			15	14
3.3	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической стенке (от уровня скамьи)	см	Не менее	
			+4	+5
3.4	Челночный бег 3*10 м	с	Не более	
			9,8	10,4
3.5	Поднимание туловища из положения лежа на спине (30 с)	Кол-во раз	Не менее	
			14	12
3.6	Прыжок длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее	
			125	120
<b>4. Нормативы общей физической подготовки для возрастной группы 13 лет и старше для спортивных дисциплин:</b> для юношей «Весовая категория 55 кг», «Весовая категория 55+ кг», «Весовая категория 60 кг», «Весовая категория 66 кг», «Весовая категория 66+ кг», «Весовая категория 73 кг», «Весовая категория 73+ кг» для девушек - «Весовая категория 44 кг», «Весовая категория 44+ кг», «Весовая категория 48 кг», «Весовая категория 52 кг», «Весовая категория 52+ кг», «Весовая категория 57 кг», «Весовая категория 57+ кг», «Весовая категория 63 кг», «Весовая категория 63+ кг»				
4.1	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	Кол-во раз	Не менее	
			11	10
4.2	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Кол-во раз	Не менее	
			15	14
4.3	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической стенке (от уровня скамьи)	см	Не менее	
			+4	+5
4.4	Челночный бег 3*10 м	с	Не более	
			10,0	10,6
4.5	Поднимание туловища из положения лежа на спине (30 с)	Кол-во раз	Не менее	
			12	10
4.6	Прыжок длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее	
			115	105
<b>3. Уровень спортивной квалификации</b>				
3.1	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	Спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд»		
3.2	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)	Спортивные разряды – «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»		

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на этапе совершенствования спортивного мастерства по виду спорту «дзюдо»**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	Девушки
<p align="center"><b>1. Нормативы общей физической подготовки и специально физической подготовки для спортивных дисциплин:</b></p> <p align="center"><b>для юношей (мужчин) – «ката», «Весовая категория 38 кг», «Весовая категория 42 кг», «Весовая категория 46 кг», «Весовая категория 46+ кг», «Весовая категория 50 кг», «Весовая категория 55 кг», «Весовая категория 55+ кг»,</b></p> <p align="center"><b>для девушек (женщин) – «ката» «Весовая категория 33 кг», «Весовая категория 36 кг», «Весовая категория 40 кг», «Весовая категория 44 кг», «Весовая категория 44+ кг», «Весовая категория 48 кг»</b></p>				
1.1	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	Кол-во раз	Не менее	
			18	15
1.2	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Кол-во раз	Не менее	
			20	16
1.3	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической стенке (от уровня скамьи)	см	Не менее	
			+4	+5
1.4	Челночный бег 3*10 м	с	Не более	
			9,6	10,2
1.5	Поднимание туловища из положения лежа на спине (30 с)	Кол-во раз	Не менее	
			16	14
1.6	Прыжок длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее	
			170	150
<p align="center"><b>2. Нормативы общей физической подготовки и специально физической подготовки для спортивных дисциплин:</b></p> <p align="center"><b>для юношей (мужчин), «Весовая категория 60 кг», «Весовая категория 66 кг», «Весовая категория 66+ кг», «Весовая категория 73 кг», «Весовая категория 73+ кг», «Весовая категория 81 кг», «Весовая категория 81+ кг», «Весовая категория 90 кг», «Весовая категория 90+ кг», «Весовая категория 100 кг», «Весовая категория 100+ кг»,</b></p> <p align="center"><b>для девушек - «Весовая категория 52 кг», «Весовая категория 52+ кг», «Весовая категория 57 кг», «Весовая категория 57+ кг», «Весовая категория 63 кг», «Весовая категория 63+ кг», «Весовая категория 70 кг», «Весовая категория 70+ кг», «Весовая категория 78 кг», «Весовая категория 78+ кг».</b></p>				
2.1	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	Кол-во раз	Не менее	
			14	12
2.2	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Кол-во раз	Не менее	
			17	15
2.3	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической стенке (от уровня скамьи)	см	Не менее	
			+4	+5
2.4	Челночный бег 3*10 м	с	Не более	
			9,8	10,4
2.5	Поднимание туловища из положения лежа на спине (30 с)	Кол-во раз	Не менее	
			14	13
2.6	Прыжок длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее	
			160	145
<p align="center"><b>3. Уровень спортивной квалификации</b></p>				
3.1	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до одного года)	Спортивный разряд «Первый спортивный разряд»		
3.2	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше одного года)	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»		

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на этапе высшего спортивного мастерства по виду спорту «дзюдо»**

№ п\п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	Девушки
<p><b>1. Нормативы общей физической подготовки и специально физической подготовки для спортивных дисциплин:</b>  для мужчин – «ката», «Весовая категория 46 кг», «Весовая категория 46+ кг», «Весовая категория 50 кг», «Весовая категория 55 кг», «Весовая категория 55+ кг», «Весовая категория 60 кг», «Весовая категория 66 кг», «Весовая категория 66+ кг»,  для женщин – «ката» «Весовая категория 40 кг», «Весовая категория 44 кг», «Весовая категория 44+ кг», «Весовая категория 48 кг», «Весовая категория 52 кг», «Весовая категория 52+ кг», «Весовая категория 57+ кг», «Весовая категория 57+ кг».</p>				
1.1	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	Кол-во раз	Не менее	
			-	19
	Подтягивание из виса на высокой перекладине		9	-
1.2	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Кол-во раз	Не менее	
			27	12
1.3	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической стенке (от уровня скамьи)	см	Не менее	
			+4	+5
1.4	Челночный бег 3*10 м	с	Не более	
			9,0	9,6
1.5	Поднимание туловища из положения лежа на спине (30 с)	Кол-во раз	Не менее	
			20	18
1.6	Прыжок длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее	
			195	160
<p><b>2. Нормативы общей физической подготовки и специально физической подготовки для спортивных дисциплин:</b>  для мужчин «Весовая категория 73 кг», «Весовая категория 73+ кг», «Весовая категория 81 кг», «Весовая категория 90 кг», «Весовая категория 90+ кг», «Весовая категория 100 кг», «Весовая категория 100+ кг».  для женщин «Весовая категория 63 кг», «Весовая категория 63+ кг», «Весовая категория 70 кг», «Весовая категория 70+кг», «Весовая категория 78 кг», «Весовая категория 78+ кг».</p>				
2.1	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	Кол-во раз	Не менее	
			-	15
	Подтягивание из виса на высокой перекладине		7	-
2.2	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Кол-во раз	Не менее	
			26	19
2.3	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической стенке (от уровня скамьи)	см	Не менее	
			+4	+5
2.4	Челночный бег 3*10 м	с	Не более	
			9,6	10,1
2.5	Поднимание туловища из положения лежа на спине (30 с)	Кол-во раз	Не менее	
			18	16
2.6	Прыжок длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее	
			175	150
<p><b>3. Уровень спортивной квалификации</b></p>				
3.1	Спортивное звание «мастер спорта России»			

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления  
и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «самбо»**

№	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			Мальчики	Девочки	Мальчики	Девочки
<b>1. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины «весовая категория»</b>						
1.1	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			6,2	6,4	5,7	6,0
1.2	Бег на 1000 м	мин, с	не более		не более	
			6.10	6.30	-	-
1.3	Бег на 1500 м	мин, с	не более		не более	
			-	-	8.20	8.55
1.4	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		не менее	
			+2	+3	+3	+4
1.5	Челночный бег 3x10 м	с	не более		не более	
			9,6	9,9	9,0	9,4
1.6	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее	
			130	120	150	135
1.7	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		Не менее	
			10	5	13	7
1.8	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее		не менее	
			2	-	3	-
1.9	Подтягивание из виса на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее		не менее	
			-	7	-	9
<b>2. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины «демонстрационное самбо»</b>						
2.1	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			6,9	7,1	6,7	6,8
2.2	Смешанное передвижение на 1000 м	мин, с	не более		не более	
			7.10	7.35	6.40	7.05
2.3	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		не менее	
			+1	+3	+3	+5
2.4	Челночный бег 3x10 м	с	не более		не более	
			10,3	10,6	10,0	10,4
2.5	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее	
			110	105	120	115

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этапе (этапе спортивной специализации) по виду спорта «самбо»**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
<b>1. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины «весовая категория»</b>				
1.1	Бег на 60 м	с	не более	
			10,4	10,9
1.2	Бег на 1500 м	мин, с	не более	
			8.05	8.29
1.3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	кол-во раз	не менее	
			18	9
1.4	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+5	+6
1.5	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			8,7	9,1
1.6	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			160	145
1.7	Подтягивание из виса на высокой перекладине	кол-во раз	не менее	
			4	-
1.8	Подтягивание из виса на низкой перекладине 90 см	кол-во раз	не менее	
			-	11
<b>2. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины «демонстрационное самбо»</b>				
2.1	Бег на 60 м	с	не более	
			11,5	12,0
3.2	Бег на 1000 м	мин, с	не более	
			5.50	6.20
2.3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	кол-во раз	не менее	
			13	7
2.4	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+4	+5
2.5	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			9,3	9,5
2.6	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			140	130
<b>3. Нормативы специальной физической подготовки для спортивной дисциплины «весовая категория»</b>				
3.1	Забегания на «борцовском мосту» (5 раз - влево и 5 раз - вправо)	с	не более	
			19,0	25,0
3.2	10 переворотов из упора головой в ковер на «борцовский мост» и обратно	с	не более	
			25,0	28,0
3.3	10 бросков партнера (через бедро, передней подножкой, подхватом, через спину)	с	не более	
			21,0	26,0
<b>4. Уровень спортивной квалификации</b>				
4.1	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	Спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд»		
4.2	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)	Спортивные разряды – «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд», «первый юношеский разряд»		



**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на этапе совершенствования спортивного мастерства по виду спорту «самбо»**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>				
1.1	Бег на 60 м	с	не более	
			8,2	9,6
1.2	Бег на 2000 м	мин, м	не более	
			8.10	10.00
1.3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	кол-во раз	не менее	
			36	15
1.4	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+11	+15
1.5	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			7,2	8,0
1.6	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			215	180
1.7	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	кол-во раз	не менее	
			49	43
1.8	Подтягивание из виса на высокой перекладине	кол-во раз	не менее	
			12	-
1.9	Подтягивание из виса на низкой перекладине 90 см	кол-во раз	не менее	
			-	18
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>				
2.1	Забегания на «борцовском мосту» (5 раз - влево и 5 раз - вправо)	с	не более	
			15,0	18,3
2.2	10 переворотов из упора головой в ковер на «борцовский мост» и обратно	с	не более	
			18,0	20,0
2.3	10 бросков партнера (через бедро, передней подножкой, подхватом, через спину)	с	не более	
			14,5	17,0
2.4	10 бросков партнера через грудь	с	не более	
			17,0	20,0
<b>3. Уровень спортивной квалификации</b>				
3.1	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»			

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на этапе высшего спортивного мастерства по виду спорту «самбо»**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>				
1.1	Бег на 100 м	с	не более	
			13,4	16,0
1.2	Бег на 2000 м	мин, с	не более	
			-	9.50
1.3	Бег на 3000 м	мин, с	не более	
			12.40	-
1.4	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	кол-во раз	не менее	
			42	16
1.5	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической стенке (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+13	+16
1.6	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			6,9	7,9
1.7	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			230	185
1.8	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	кол-во раз	не менее	
			50	44
1.9	Подтягивание из виса на высокой перекладине	кол-во раз	не менее	
			14	-
1.10	Подтягивание из виса на низкой перекладине 90 см	кол-во раз	не менее	
			-	19
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>				
2.1	Забегания на «борцовском мосту» (5 раз - влево и 5 раз - вправо)	с	не более	
			15,0	18,3
2.2	10 переворотов из упора головой в ковер на «борцовский мост» и обратно	с	не более	
			18,0	20,0
2.3	10 бросков партнера (через бедро, передней подножкой, подхватом, через спину)	с	не более	
			14,5	17,0
2.4	10 бросков партнера через грудь	с	не более	
			17,0	20,0
<b>3. Уровень спортивной квалификации</b>				
3.1	Спортивное звание «мастера спорта России»			

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
Спортивная школа олимпийского резерва «Локомотив» города Челябинска**  
 Протокол вступительных испытаний для зачисления в учебно-тренировочную группу НП-1 г.о.  
 Группа 7 лет

Отделение \_\_\_\_\_

Кол-во обучающихся, принявших участие в тестировании \_\_\_\_\_

Дата проведения \_\_\_\_\_

Тренер-преподаватель \_\_\_\_\_

№	ФИО спортсмена	Вступительные испытания (тесты)												Примечание
		Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)		Прыжок в длину с места двумя ногами		Челночный бег 3*10 м		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 30с)		
1		м	д	м	д	м	д	м	д	м	д	м	д	
2														
3														

Председатель комиссии \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

Члены комиссии: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

Инструктор-методист \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /