



АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА БЕЛГОРОДА
УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ДЕТСКО - ЮНОШЕСКАЯ
СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ПО ЗИМНИМ ВИДАМ СПОРТА» Г. БЕЛГОРОДА**

П Р И К А З

« 03 » 06 2020 года

№ 170

**«О корректировке и внесении изменений в дополнительные
предпрофессиональные программы в области физической
культуры и спорта и программы спортивной подготовки»**

В соответствии с нормативно-правовыми документами, регулирующие вопросы организации спортивной подготовки и с целью осуществления образовательной деятельности МБУДО ДЮСШ по ЗВС, создания необходимых условий для последовательной реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта, программ спортивной подготовки для занимающихся по годам обучения, а также этапам подготовки и на основании решения педагогического совета № 04 от 03 июля 2020 года, **п р и к а з ы в а ю**:

1. Утвердить в новой редакции распределение программного материала годового цикла подготовки фигуристов и хоккеистов, критерии, показатели и требования, применяемые к результатам реализации Программ в существующие дополнительные предпрофессиональные программы и программы спортивной подготовки МБУДО ДЮСШ по ЗВС.

2. С 01 сентября 2020 года внести изменения в существующие дополнительные предпрофессиональные программы и программы спортивной подготовки МБУДО ДЮСШ по ЗВС с целью обеспечения выполнения учащимися учебной нагрузки в соответствии с объемами общеобразовательных программ по видам спорта.

2.1. Дополнительная предпрофессиональная программа «фигурное катание на коньках» в п.2.3. Плана-графика распределения учебных часов по годам обучения с учетом реализации программы в течение всего календарного года, включая каникулярное время. (Приложение № 1).

2.2. Дополнительная предпрофессиональная программа «хоккей с шайбой» в п.2.3. Плана-графика распределения учебных часов по годам обучения с учетом реализации программы в течение всего календарного года, включая каникулярное время. (Приложение № 2).

3. В раздел Система контроля (порядок и формы контроля, формы аттестации) и зачетные требования:

3.1.- дополнительная предпрофессиональная программа «фигурное катание на коньках» в раздел 10. Система контроля и зачетные требования (комплексы контрольных упражнений для оценки результатов освоения образовательной программы) с учетом федеральных государственных требований. (Приложение № 3).

ОБОСНОВАНИЕ

по внесению изменений в существующую программу спортивной подготовки

«Фигурное катание на коньках»

Программа спортивной подготовки по фигурному катанию на коньках рассчитана для подготовки учащихся в группах начального, тренировочного этапов подготовки и совершенствования спортивного мастерства в течении 10 лет. Возраст занимающихся от 6 до 18 лет.

В 2020 году в существующую программу спортивной подготовки по фигурному катанию на коньках, разработанную в 2019 году, внесены дополнения в соответствии с федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «фигурное катание на коньках» (Приказ Минспорта России № 38 от 19.01.2018 года.).

С целью выполнения учащимися программного материала в течение годового цикла подготовки фигуристов, а также критериев, показателей и требований к результатам реализации программы по фигурному катанию на коньках определены условия и минимальные требования к спортивной подготовке, объемам тренировочной нагрузки существующую программу спортивной подготовки, утвержденную в 2019 году:

- в раздел VII. Система контроля и зачетные требования (комплексы контрольных упражнений для освоения образовательной программы) с учетом федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта. (Приказ Минспорта России № 38 от 19.01.2018 г.).

Внесены изменения: - в тесты вступительных испытаний по фигурному катанию на коньках при приеме учащихся на обучение в МБУДО ДЮСШ по ЗВС;

- в комплексы контрольных упражнений по общей физической, специальной физической подготовки для зачисления и перевода в группы (начального, тренировочного этапов подготовки и этапа совершенствования спортивного мастерства);

- в комплексы контрольных испытаний, контрольно-переводные нормативы и требования для перевода учащихся в группы следующего этапподготовки.

(Тесты и комплексы нормативов прилагаются).

СПОРТИВНАЯ ПОДГОТОВКА

ФИГУРНОЕ КАТАНИЕ НА КОНЬКАХ

Контрольно-переводные нормативы

по общей и специальной физической подготовке
в группах этапа начальной подготовки 1,2,3 года обучения.

| Контрольные упражнения | Баллы | Юноши | Девушки |
|---|------------------------------------|----------------|--------------|
| Бег 30 м. | 5 | 6,4 | 6,7 |
| | 4 | 6,6-6,5 | 6,9-6,8 |
| | 3 | 6,8-6,7 | 7,1-7,0 |
| | 2 | 6,9 | 7,2 |
| Челночный бег 3*10 м. | 5 | 8,7 | 8,8 |
| | 4 | 8,9-8,8 | 9,0-8,9 |
| | 3 | 9,1-9,0 | 9,2-9,1 |
| | 2 | 9,2 | 9,3 |
| Прыжки на скакалке на двух ногах за 60 с. | 5 | 71 и больше | |
| | 4 | 66-70 | |
| | 3 | 65 | |
| Прыжки на скакалке на одной ноге за (60 с.) | 5 | 33/33 и больше | |
| | 4 | 31-33/31-33 | |
| | 3 | 30/30 | |
| Прыжок в длину с места | 5 | 127 и больше | 121 и больше |
| | 4 | 124-126 | 118-120 |
| | 3 | 123-121 | 115-117 |
| | 2 | 120-118 | 112-114 |
| Прыжок вверх с места | 5 | 30 и выше | 27 и выше |
| | 4 | 29 | 26 |
| | 3 | 28 | 25 |
| | 2 | 27 | 24 |
| Подъём туловища из положения лежа за (60 с.) | 5 | 16 и больше | 15 и больше |
| | 4 | 15 | 14 |
| | 3 | 14 | 13 |
| | 2 | 13 | 12 |
| Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу за 60 с. | 5 | 13 и больше | 11 и более |
| | 4 | 12 | 10 |
| | 3 | 11 | 9 |
| | 2 | 10 | 8 |
| Выкрут прямых рук вперед-назад | 5 | 39-35 | 29-25 |
| | 4 | 44-40 | 34-30 |
| | 3 | 45-50 | 40-35 |
| Иные спортивные нормативы | | | |
| Технико-тактическое мастерство, ледовая подготовка | Обязательная техническая программа | | |

Контрольно-переводные нормативы

**по общей и специальной физической подготовке
в группах тренировочного этапа подготовки 1,2,3 года обучения.**

| Контрольные упражнения | Баллы | Юноши | Девушки |
|---|------------------------------------|----------------|--------------|
| Бег 30 м. | 5 | 6,0 | 6,3 |
| | 4 | 6,1-6,3 | 6,4-6,6 |
| | 3 | 6,4-6,6 | 6,7-6,9 |
| | 2 | 6,7 | 7 |
| Челночный бег 3*10 м. | 5 | 8,5 | 8,6 |
| | 4 | 8,6-8,7 | 8,7-8,8 |
| | 3 | 8,8-8,9 | 8,9-9,0 |
| | 2 | 9,0 | 9,1 |
| Прыжки на скакалке на двух ногах за 60 с. | 5 | 73 и больше | |
| | 4 | 72 | |
| | 3 | 71 | |
| Прыжки на скакалке на одной ноге за 60 с. | 5 | 41/41 и больше | |
| | 4 | 40/40 | |
| | 3 | 39/39 | |
| Прыжок в длину с места (см.) | 5 | 128 и больше | 121 и больше |
| | 4 | 127 | 120 |
| | 3 | 126 | 119 |
| | 2 | 125 | 118 |
| Прыжок вверх с места см. | 5 | 32 и выше | 29 и выше |
| | 4 | 31 | 28 |
| | 3 | 30 | 27 |
| | 2 | 29 | 26 |
| Подъём туловища из положения лежа за 60 с | 5 | 18 и больше | 17 и больше |
| | 4 | 17 | 16 |
| | 3 | 16 | 15 |
| | 2 | 15 | 14 |
| Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу за 60 с. | 5 | 17 и больше | 13 и более |
| | 4 | 16 | 12 |
| | 3 | 15 | 11 |
| | 2 | 14 | 10 |
| Выкрут прямых рук вперед-назад | 5 | 39-35 | 29-25 |
| | 4 | 44-40 | 34-30 |
| | 3 | 45 | 35 |
| Иные спортивные нормативы | | | |
| Технико-тактическое мастерство, ледовая подготовка | Обязательная техническая программа | | |

Контрольно-переводные нормативы

**по общей и специальной физической подготовке
в группах тренировочного этапа подготовки 4 и 5 года обучения.**

| Контрольные упражнения | Баллы | Юноши | Девушки |
|---|------------------------------------|----------------|--------------|
| Бег 30 м. | 5 | 5,9 | 6,2 |
| | 4 | 6,0-6,2 | 6,3-6,5 |
| | 3 | 6,3-6,4 | 6,6-6,8 |
| | 2 | 6,5 | 6,9 |
| Челночный бег 3*10 м. | 5 | 8,3 | 8,5 |
| | 4 | 8,4-8,5 | 8,6-8,7 |
| | 3 | 8,6-8,7 | 8,8-8,9 |
| | 2 | 8,8 | 9,0 |
| Прыжки на скакалке на двух ногах за 60 с. | 5 | 75 и больше | |
| | 4 | 74 | |
| | 3 | 73 | |
| Прыжки на скакалке на одной ноге за 60 с. | 5 | 43/43 и больше | |
| | 4 | 42/42 | |
| | 3 | 40/40 | |
| Прыжок в длину с места (см). | 5 | 130 и больше | 123 и больше |
| | 4 | 129 | 122 |
| | 3 | 128 | 121 |
| | 2 | 127 | 120 |
| Прыжок вверх с места (см.) | 5 | 33и выше | 30 и выше |
| | 4 | 32 | 29 |
| | 3 | 31 | 28 |
| | 2 | 30 | 27 |
| Подъём туловища из положения лежа за 60 с. | 5 | 19 и больше | 18 и больше |
| | 4 | 18 | 17 |
| | 3 | 17 | 16 |
| | 2 | 16 | 15 |
| Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу за 60 с. | 5 | 18 и больше | 14 и более |
| | 4 | 17 | 13 |
| | 3 | 16 | 12 |
| | 2 | 15 | 11 |
| Выкрут прямых рук вперед-назад | 5 | 39-35 | 29-25 |
| | 4 | 44-40 | 34-30 |
| | 3 | 45 | 35 |
| Иные спортивные нормативы | | | |
| Технико-тактическое мастерство, ледовая подготовка | Обязательная техническая программа | | |

Контрольно-переводные нормативы

**по общей и специальной физической подготовке
в группах этапа совершенствования спортивного 1 и 2 года обучения.**

| Контрольные упражнения | Баллы | Юноши | Девушки |
|---|------------------------------------|----------------|--------------|
| Бег 60 м. (сек.) | 5 | 9,0 | 9,5 |
| | 4 | 9,5 | 10,0 |
| | 3 | 10,0 | 10,5 |
| | 2 | 10,5 | 11,0 |
| Бег 1000 м. (мин., сек.) | 5 | 4 мин 20 сек | 5 мин |
| | 4 | 4 мин 30 сек | 5 мин 10 сек |
| | 3 | 4 мин 40 сек | 5 мин 20 сек |
| | 2 | 4 мин 50 сек | 5 мин 30 сек |
| Челночный бег 3*10 м. (сек.) | 5 | 8,0 | 8,2 |
| | 4 | 8,1 | 8,3 |
| | 3 | 8,2 | 8,4 |
| | 2 | 8,3 | 8,5 |
| Прыжки на скакалке на двух ногах за 60 с. | 5 | 174 и больше | |
| | 4 | 172-173 | |
| | 3 | 170-171 | |
| Прыжки на скакалке на одной ноге за 60 с. | 5 | 87/87 и больше | |
| | 4 | 86/86 | |
| | 3 | 85/85 | |
| Прыжок в длину с места см. | 5 | 184 и больше | 174 и больше |
| | 4 | 183 | 173 |
| | 3 | 182 | 172 |
| | 2 | 181 | 171 |
| Прыжок вверх с места см. | 5 | 44 и выше | 38 и выше |
| | 4 | 43 | 37 |
| | 3 | 42 | 36 |
| | 2 | 41 | 35 |
| Подтягивание из виса на перекладине | 5 | 13 и больше | 9 и больше |
| | 4 | 12 | 8 |
| | 3 | 11 | 7 |
| | 2 | 10 | 6 |
| Бросок набивного мяча весом 2 кг двумя руками из-за головы (см.). | 5 | 392 и дальше | 317 и дальше |
| | 4 | 390 | 315 |
| | 3 | 388 | 313 |
| | 2 | 386 | 311 |
| Иные спортивные нормативы | | | |
| Технико-тактическое мастерство, ледовая подготовка | Обязательная техническая программа | | |