

СОГЛАСОВАНО
на методическом совете
ДЮСШ
Протокол № 6
от 02 апреля 2015 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДО ДЮСШ
Стебнева О.Г.
приказ № 48
от 30 апреля 2015 г.



ПОЛОЖЕНИЕ
о проведении контрольно-переводных экзаменов
муниципального бюджетного учреждения
дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа»

/ЛЁГКАЯ АТЛЕТИКА/

ПРИНЯТО
на педагогическом совете ДЮСШ
Протокол № 3 от 27.04. 2015 г.

1. Общие положения.

1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии с Уставом муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа» (далее - ДЮСШ), положением «О порядке зачисления, перевода, отчисления и выпуска обучающихся ДЮСШ», дополнительными общеобразовательными программами ДЮСШ по видам спорта и регламентирует содержание и порядок сдачи контрольно- переводных нормативов и перевод обучающихся по годам обучения.

1.2. Настоящее Положение распространяется на всех обучающихся ДЮСШ. Прием контрольно-переводных нормативов у обучающихся рассматривается как неотъемлемая часть образовательного процесса.

1.3. Для проведения контрольно-переводных экзаменов издаётся приказ по ДЮСШ о создании экзаменационной комиссии в составе:

председатель – директор ДЮСШ,

секретарь – заместитель директора по УВР,

члены комиссии: инструкторы-методисты, тренеры-преподаватели.

1.4. Утверждаются сроки и расписание сдачи контрольно-переводных экзаменов.

1.5. Контрольно-переводные экзамены проводятся ежегодно, в апреле-мае. На основании приказа по ДЮСШ сроки проведения КПЭ могут быть изменены.

2. Цели и задачи проведения контрольно-переводных экзаменов.

2.1. Основными целями проведения контрольно-переводных экзаменов являются:

2.1.1. Оценка физической, специальной и технической подготовленности спортсменов.

2.1.2. Перевод обучающихся на следующий этап подготовки.

2.2. Задачами проведения контрольно-переводных экзаменов является:

2.2.1. Контроль за соразмерностью развития физических качеств, обеспечение их должного соотношения.

2.2.2. Выявление динамики развития физических качеств спортсмена.

2.2.3. Проверка эффективности выполненных нагрузок.

2.2.4. Контроль за построением учебно-тренировочного процесса.

2.2.5. Коррекция тренировочных нагрузок в зависимости от степени достижения того или иного контрольного результата.

3. Порядок проведения контрольно-переводных экзаменов

3.1. Контрольно-переводные экзамены проводятся в форме соревнований.

3.2. Контрольно-переводные экзамены проводятся:

- для обучающихся до 13 лет – в два дня,

- для обучающихся с 14 лет – в два дня.

3.3. Контрольно-переводные экзамены проводятся отдельно в каждой возрастной группе, для мальчиков и девочек.

3.4. Для групп этапа начальной подготовки и тренировочного этапа 1 и 2 годов обучения (возраст обучающихся - 9, 10, 11, 12, 13 лет) контрольно-переводные экзамены проводятся по общефизической подготовке.

3.5. Для групп тренировочного этапа 3, 4 и 5 годов обучения (возраст обучающихся - 14 лет и старше) контрольные нормативы по ОФП и СФП составлены с учетом специализации спортсмена:

- спринт,
- барьерный бег,
- многоборье,
- прыжки,
- бег на средние дистанции.

3.6. Содержание контрольно-переводных экзаменов.

- 1 день - определение скоростно-силовых качеств:
 - 60 м, прыжок в длину с места, 3-ой прыжок с места.
- 2 день – определение выносливости и скоростно-силовых качеств:
 - 300 м, 10-ой прыжок с места, 1000м.

4. Система оценки.

4.1. Контрольно-переводные нормативы для оценки физической, специальной и технической подготовленности обучающихся при проведении контрольно-переводных экзаменов рассмотрены педагогическим советом и утверждены директором ДЮСШ.

Контрольно-переводные нормативы для обучающихся отделения лёгкой атлетики даны в таблицах 1, 2, 3.

4.2. Результаты контрольно-переводных экзаменов заносятся в протоколы контрольно-переводных экзаменов, индивидуальные карты спортсменов (результат, показанный спортсменом на соревнованиях, в течение спортивного сезона, может быть занесен в протокол КПЭ).

4.3. В соответствии с контрольно-переводными нормативами даётся оценка физической, специальной и технической подготовленности обучающихся и определяется степень выраженности оцениваемых качеств обучающихся: «Удовлетворительная», «Высокая», «Супер»:

Степень выраженности оцениваемых качеств	Характеристика
Удовлетворительная	обучающийся овладел двигательными умениями и навыками, предусмотренными программой
Высокая	обучающийся овладел двигательными умениями и навыками, выше норм, предусмотренными программой
Супер	обучающийся в совершенстве овладел двигательными умениями и навыками, намного выше норм, предусмотренными программой

4.4. По результатам сдачи контрольно-переводных экзаменов определяется общий уровень физической кондиции (демонстрация физической, специальной и технической подготовленности в заданном режиме):

- 2.8 балла – низкий уровень кондиции,
- 2.9-3.7 балла – средний уровень кондиции,
- 3.8-4.5 балла – хороший уровень кондиции,
- 4.6-5.0 баллов – высокий уровень кондиции.

5. Перевод обучающихся на следующий этап подготовки.

5.1. Перевод обучающихся на следующий этап подготовки производится по результатам контрольно-переводных экзаменов, подтверждающим наличие у них необходимого образовательного уровня.

5.2. Перевод обучающихся в группу следующего года обучения производится решением педагогического совета ДЮСШ и оформляется приказом директора ДЮСШ на основании результатов контрольно-переводных экзаменов по общей физической подготовке (ОФП), специальной физической подготовке (СФП), технической подготовке в соответствии с контрольными нормативами.

5.3. Перевод обучающихся в группу следующего года обучения осуществляется при общем уровне кондиции не ниже 2.8 балла.

5.4. Обучающиеся, не выполнившие нормативы, могут решением педагогического совета ДЮСШ продолжить обучение повторно, но не более одного раза на каждом этапе подготовки. В случае если обучающийся не выполняет нормативные требования, он по решению педагогического совета может быть переведен в спортивно- оздоровительную группу.

6. Документация контрольно-переводных экзаменов.

6.1. Для сдачи контрольно-переводных экзаменов тренеры-преподаватели готовят списки обучающихся групп с учетом специализации.

6.2. Результаты контрольно-переводных экзаменов заносятся в протоколы.

6.3. Протоколы подписываются председателем и секретарём экзаменационной комиссии.

6.4. Списки о переводе обучающихся на следующий этап подготовки оформляются и утверждаются приказом по ДЮСШ.

**Контрольно – переводные нормативы
/лёгкая атлетика/***Специализация – спринт, барьерный бег, многоборье, прыжки*

Контрольные нормативы	Возраст Оценка	Девушки					Юноши				
		14	15	16	17	18	14	15	16	17	18
60 м	«Супер»	8,5	8,2	8,0	7,9	7,7	7,8	7,4	7,2	7,0	6,9
	«Высокая»	8,7	8,4	8,3	8,1	7,9	8,0	7,8	7,4	7,3	7,1
	«Удовл.»	8,9	8,6	8,5	8,3	8,1	8,2	8,0	7,6	7,5	7,3
Прыжок в длину с места (см)	«Супер»	230	245	255	265	272	260	270	280	290	297
	«Высокая»	215	220	230	240	250	230	245	250	269	280
	«Удовл.»	205	210	215	220	230	215	220	230	240	260
3-ой прыжок с места (см)	«Супер»	680	700	730	740	780	780	805	830	865	890
	«Высокая»	650	680	690	700	720	735	750	790	805	840
	«Удовл.»	615	630	650	655	680	695	710	703	740	780
10-ой прыжок с места (м)	«Супер»	23.00	24.50	26.00	26.50	27.00	26.00	27.00	28.00	29.00	31.00
	«Высокая»	21.50	23.50	24.00	24.50	25.00	24.00	25.00	26.00	27.00	28.00
	«Удовл.»	20.00	22.00	22.50	23.00	23.50	22.50	24.00	25.00	25.50	26.50
300 м (2 круга)	«Супер»	44,6	44,0	42,5	41,5	40,5	42,5	41,0	40,0	38,5	38,0
	«Высокая»	45,3	45,0	44,5	43,0	42,0	44,0	42,0	41,3	40,5	40,0
	«Удовл.»	46,5	46,0	45,7	45,0	44,0	46,0	44,2	42,7	41,6	41,0

Контрольно – переводные нормативы
/лёгкая атлетика/
Специализация – бег на средние дистанции

Контрольные нормативы	Возраст	Девушки				Юноши			
	Оценка	14	15	16	17	14	15	16	17
60 м	«Супер»	8,9	8,6	8,4	8,2	8,3	8,1	7,8	7,5
	«Высокая»	9.1	8,8	8,7	8,5	8,5	8,4	8,1	7,8
	«Удовл.»	9.5	9,1	8,9	8,7	8,7	8,6	8,3	8,1
Прыжок в длину с места (см)	«Супер»	215	225	235	250	240	255	265	280
	«Высокая»	205	210	220	235	225	230	240	250
	«Удовл.»	200	205	210	220	215	220	230	235
3-ой прыжок с места (см)	«Супер»	630	670	700	715	720	740	780	805
	«Высокая»	605	680	660	680	680	700	735	750
	«Удовл.»	560	630	625	650	630	655	695	710
10-ой прыжок с места (м)	«Супер»	21.00	22.00	23.50	24.50	24.50	26.00	27.00	28.00
	«Высокая»	20.00	21.00	22.50	23.00	23.00	24.00	26.00	26.00
	«Удовл.»	19.00	20.00	21.00	22.00	21.50	22.50	24.00	25.00
1000 м (7 кругов)	«Супер»	3.25,0	3.20,0	3.16,0	3.12,0	3.20,0	3.12,0	3.00,0	2.55,0
	«Высокая»	3.32,0	3.26,0	3.23,0	3.20,0	3.27,0	3.16,0	3.07,0	3.03,0
	«Удовл.»	3.47,0	3.35,0	3.30,0	3.27,5	3.38,0	3.25,0	3.12,0	3.10,0

Контрольно – переводные нормативы
/лёгкая атлетика/
Обучающиеся до 13 лет

Контрольные нормативы	Возраст Оценка	Девочки					Мальчики				
		9	10	11	12	13	9	10	11	12	13
60 м	«Супер»	10,0	9,5	9,2	8,9	8,6	9,3	8,8	8,6	8,3	7,9
	«Высокая»	10,6	10,0	9,6	9,2	8,9	9,7	9,2	9,0	8,6	8,2
	«Удовл.»	11,3	10,4	10,0	9,6	9,2	10,0	9,6	9,4	9,0	8,6
Прыжок в длину с места (см)	«Супер»	175	180	200	210	220	185	200	220	230	250
	«Высокая»	160	170	186	195	205	170	190	200	205	230
	«Удовл.»	155	160	165	185	190	160	165	175	185	205
3-ой прыжок с места (см)	«Супер»	—	—	570	610	650	—	—	645	685	750
	«Высокая»	—	—	545	580	610	—	—	600	620	680
	«Удовл.»	—	—	510	540	580	—	—	530	550	600
Метание мяча	«Супер»	900	1000	1150	1200	1400	900	1000	1150	1350	1600
	«Высокая»	800	900	900	1000	1100	800	900	1000	1150	100
	«Удовл.»	650	750	800	850	950	650	800	850	1000	1150
1000 м (7 кругов)	«Супер»	4.50	4.35	4.05	3.50	3.40	4.40	4.10	3.50	3.35	3.25
	«Высокая»	5.05	4.50	4.20	4.00	3.50	4.50	4.20	4.00	3.50	3.35
	«Удовл.»	5.15	5.00	4.30	4.10	4.00	5.00	4.30	4.10	4.00	3.45

Специализация:
спринт, барьерный бег,
прыжки, многоборье

ПРОТОКОЛ
контрольно-переводных
экзаменов
ЛЁГКАЯ АТЛЕТИКА

« ____ » _____ 20__ г.

ф.И.О. тренера-преподавателя подпись

Обучающиеся 14 – 18 лет

20__ – 20__ уч. год

№ п/п	группа, №	возраст	Фамилия Имя	60 м		баллы	прыжок в длина с/м	баллы	3-ой прыжок	баллы	10-ой прыжок	баллы	300 м		баллы	средний балл
				сор.	экз.								сор.	экз.		
1																
2																
3																
4																
5																
6																
7																
8																
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																

Председатель экзаменационной комиссии _____ Стебнева О.Г.
Секретарь _____ Табакаева Э.В.

Специализация:
средние
дистанции

ПРОТОКОЛ
контрольно-переводных
экзаменов
ЛЁГКАЯ АТЛЕТИКА

« ____ » _____ 20__ г.

ф.И.О. тренера-преподавателя подпись

Обучающиеся 14 – 18 лет

20__ – 20__ уч. год

№ п/п	группа, №	возраст	Фамилия Имя	60 м		баллы	прыжок в длина с/м	баллы	3-ой прыжок	баллы	10-ой прыжок	баллы	1000 м		баллы	средний балл
				сор.	экз.								сор.	экз.		
1																
2																
3																
4																
5																
6																
7																
8																
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																

Председатель экзаменационной комиссии _____ Стебнева О.Г.
Секретарь _____ Табакаева Э.В.

**ПРОТОКОЛ
контрольно-переводных
экзаменов
ЛЁГКАЯ АТЛЕТИКА**

« ____ » _____ 20__ г.

ф.И.О. тренера-преподавателя подпись

Обучающиеся 9 - 13 лет

20__ - 20__ уч. год

№ п/п	группа, №	Возраст	Фамилия Имя	60 м		баллы	прыжок в длину с/м	баллы	3- ой прыжок (с 11 лет)	баллы	1 км		баллы	средний балл
				сор.	экз.						сор.	экз.		
1														
2														
3														
4														
5														
6														
7														
8														
9														
10														
11														
12														
13														
14														
15														
16														

Председатель экзаменационной комиссии _____ Стебнева О.Г.
 Секретарь _____ Табакаева Э.В.