

**Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Спортивная школа «Физкультурно-оздоровительный центр»**

П Р И К А З

23.11.2023

№201а /01-09

Об утверждении форм индивидуального отбора поступающих, сроков приема документов и сроков проведения индивидуального отбора

На основании Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказа Минспорта России от 23.09.2021 №728 «Об утверждении федеральных государственных требований к дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта»,

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Установить сроки приема документов для поступающих в МАУ ДО «СШ «ФОЦ» с 23.11.2023 г. по 19.12.2023 г. на 2024 учебный год.
2. Установить сроки проведения индивидуального отбора поступающих на 2024 год (приложение 1).
3. Утвердить формы отбора поступающих по каждой дополнительной образовательной программе спортивной подготовки (приложение 2).
4. Контроль за исполнением настоящего приказа возложить на заместителя директора по УВР Суханову А. Н.

Директор



В.В. Максимович

С приказом ознакомлена:

 Суханова А.Н. «23» 11 2023г.

Приложение 1 к приказу МАУ ДО
«СШ «ФОЦ» от 23.11.2023 № 201а/01-
09 «Об утверждении форм индивиду-
ального отбора поступающих, сроков
приема документов и сроков проведе-
ния индивидуального отбора»

График проведения индивидуального отбора для поступающих
на 2024 год

№ п/п	Вид спорта	Сроки
1	Дзюдо	11.12.2023-18.12.2023
2	Тайский бокс	06.12.2023-13.12.2023
3	Настольный теннис	04.12.2023-09.12.2023
4	Баскетбол	01.12.2023-08.12.2023
5	Армрестлинг	12.12.2023-15.12.2023
6	Пауэрлифтинг	13.12.2023-18.12.2023

Приложение 2 к приказу МАУ ДО «СШ «ФОЦ»

от 23.11.2023 № 201а/01-09 «Об утверждении

форм индивидуального отбора поступающих,

сроков приема документов и сроков

проведения индивидуального отбора»

Ведомость для поступающих в группу
настольный теннис на ЭНП-1

№ п/п	Ф. И. О.	Наклон вперед из положения стоя на гимна- стической ска- мье (от уровня скамьи) (не ме- нее +1 см) мальчики (не менее +3 см) девочки	Оценка	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 7 раз) мальчики (не менее 4 раз) девочки	Оценка	Прыжок в длину с места (не менее 110 см) мальчики (не менее 105 см) девочки	Оценка	Прыжки через скакалку за 30 с (не менее 35 раз) мальчики (не менее 30 раз) девочки	Зачет
1									
2									

Председатель комиссии: _____ А. Н. Суханова
Заместитель председателя: _____ С.М.Нижегородова
Члены комиссии: _____ В.В. Петухова
_____ Ф. Н. Савельев
_____ Н. Р. Чендева

Оценка	мальчики			девочки		
	5	4	3	5	4	3

Наименование испытания						
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	3	2	1	5	4	3
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	11	9	7	8	6	4
Прыжок в длину с места	120	115	110	115	110	105
Прыжки через скакалку за 30 с	зачтено			зачтено		

**Ведомость для поступающих в группу
настольный теннис на ЭНП-2**

№ п/п	Ф. И. О.	Наклон вперед из положения стоя на гимна- стической ска- мье (от уровня скамьи)(не ме- нее +3 см) мальчики (не менее +5см) девочки	Оценка	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 10 раз) маль- чики (не менее 6 раз) девочки	Оценка	Прыжок в длину с места (не менее 120 см) мальчики (не менее 115 см) девочки	Оценка	Прыжки через скакалку за 30 с (не менее 45 раз) мальчики (не менее 40 раз) девочки	Зачет
1									
2									

Председатель комиссии: _____ А. Н. Суханова
 Заместитель председателя: _____ С.М.Нижегородова
 Члены комиссии: _____ В.В. Петухова
 _____ Ф. Н. Савельев
 _____ Н. Р. Чендева

Оценка Наименование испытания	мальчики			девочки		
	5	4	3	5	4	3
Наклон вперед из положения стоя на гимна- стической скамье (от уровня скамьи)	5	4	3	7	6	5
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	14	12	10	10	8	6
Прыжок в длину с места	130	125	120	125	120	115
Прыжки через скакалку за 30 с	зачтено			зачтено		

**Ведомость для поступающих в группу
тайский бокс на ЭНП-1**

№ п/п	Ф. И. О.	Наклон вперед из положения стоя на гимна- стической ска- мье (от уровня скамьи) (не менее +2 см) мальчики (не менее +3 см) девочки	Оценка	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 10 раз) маль- чики (не менее 5 раз) девочки	Оценка	Прыжок в длину с ме- ста (не ме- нее 130 см) мальчики (не менее 120 см) де- вочки	Оценка	Исходное поло- жение - вис на гимнастической стенке прямым хватом, кисти на ширине плеч. Вы полнить подъем ног, слегка согну- тых в коленях, вверх до уровня хвата руками (не менее 4 раз мальчики не менее 3 раз девочки)	Зачет
1									

Оценка Наименование испытания	мальчики			девочки		
	5	4	3	5	4	3
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	4	3	2	5	4	3
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	14	12	10	9	7	5
Прыжок в длину с места	140	135	130	130	125	120
Исходное положение - вис на гимнастической стенке прямым хватом, кисти на ширине плеч. Выполнить подъем ног, слегка согнутых в коленях, вверх до уровня хвата руками	зачтено			зачтено		

**Ведомость для поступающих в группу
тайский бокс на ЭНП-2**

№ п/п	Ф. И. О.	Наклон вперед из положения стоя на гимна- стической ска- мье (от уровня скамьи) (не менее +3 см) мальчики (не менее +5 см) девочки	Оценка	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа(не ме- нее 14 раз) мальчики (не менее 7 раз) девоч- ки	Оценка	Прыжок в длину с места (не менее 135 см) маль- чики (не менее 125 см) де- вочки	Оценка	Исходное по- ложение - вис на гимнасти- ческой стенке прямым хватом, кисти на шири- не плеч. Выпол- нить подъем ног слегка согнутых в коленях, вверх до уровня хвата руками(не ме- нее 14 раз маль- чики не менее 12 раз девочки)	Зачет
1									

Оценка Наименование испытания	мальчики			девочки		
	5	4	3	5	4	3
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	5	4	3	7	6	5
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	18	16	14	11	9	7
Прыжок в длину с места	145	140	135	135	130	125
Исходное положение - вис на гимнастической стенке прямым хватом, кисти на ширине плеч. Выполнить подъем ног, слегка согнутых в коленях, вверх до уровня хвата руками	зачтено			зачтено		

**Ведомость для поступающих в группу
баскетбол на ЭНП-1**

№ п / п	Ф. И. О.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин) не менее 27 раз	Оценка	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 8 раз) мальчики	Оценка	Прыжок в длину с места (не менее 110 см) мальчики	Оценка	Прыжок вверх с места со взмахом руками (не менее 20 см мальчики)	Зачет

Оценка Наименование испытания	мальчики			девочки		
	5	4	3	5	4	3
Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	31	29	27	28	26	24
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	12	10	8	10	8	6
Прыжок в длину с места	120	115	110	115	110	105
Прыжок вверх с места со взмахом руками	зачтено			зачтено		

**Ведомость для поступающих в группу
баскетбол на ЭНП-2**

№ п / п	Ф. И. О.	Поднимание ту- ловища из поло- жения лежа на спине (за 1 мин) не менее 30 раз	Оценка	Сгибание и раз- гибание рук в упоре лежа (не менее 11 раз) мальчики	Оценка	Прыжок в длину с места (не менее 130 см) мальчики	Оцен ка	Прыжок вверх с места со взмахом ру- ками (не менее 20 см мальчики)	Зачет

Оценка Наименование испытания	мальчики			девочки		
	5	4	3	5	4	3
Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	34	32	30	32	30	28
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	15	13	11	12	10	8
Прыжок в длину с места	140	135	130	130	125	120
Прыжок вверх с места со взмахом руками	зачтено			зачтено		

**Ведомость для поступающих в группу
дзюдо на ЭНП-1**

№ п/п	Ф. И. О.	Наклон вперед из положения стоя на гимна- стической скамье (от уровня скамьи) (не менее +2 см) мальчики (не менее +3 см) девочки	Оценка	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 6 раз) мальчики (не менее 5 раз) девочки	Оценка	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (не менее 3 раз) маль- чики (не ме- нее 2 раз) де- вочки	Оценка	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 30 сек) не менее 6 раз маль- чики не менее 4 раза девочки	Зачет
1									

Оценка Наименование испытания	мальчики			девочки		
	5	4	3	5	4	3
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	4	3	2	5	4	3
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	10	8	6	9	7	5
Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	5	4	3	4	3	2
Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 30 сек)	зачтено			зачтено		

**Ведомость для поступающих в группу
дзюдо на ЭНП-2**

№ п/п	Ф. И. О.	Наклон вперед из положения стоя на гимна- стической ска- мье (от уровня скамьи) (не менее +4 см) мальчики (не менее +5см) девочки	Оценка	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 10 раз) маль- чики (не менее 9 раз) девочки	Оценка	Подтягивание из виса лежа на низкой пе- рекладине 90 см (не менее 7 раз) маль- чики (не ме- нее 6 раз) де- вочки	Оценка	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 30 сек) не менее 10 раз маль- чики не менее 8 раз девочки	Зачет
1									

Оценка Наименование испытания	мальчики			девочки		
	5	4	3	5	4	3
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	6	5	4	7	6	5
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	14	12	10	13	11	9
Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	9	8	7	8	7	6
Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 30 сек)	зачтено			зачтено		

**Ведомость для поступающих в группу
пауэрлифтинг на ЭНП-1**

№ п/п	Ф. И. О.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин) не менее 27 раз мальчики не менее 24 раз девочки	Оценка	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 10раз) мальчики (не менее 5 раз) девочки	Оценка	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (не менее 9 раз) маль- чики (не ме- нее7 раз) де- вочки	Оценка	Приседание, ладони на затылке (не менее 10 раз) мальчики (не менее 5 раз) девочки	Зачет
1									

Оценка Наименование испытания	мальчики			девочки		
	5	4	3	5	4	3
Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	31	29	27	28	26	24
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	14	12	10	9	7	5
Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	11	10	9	9	8	7
Приседание, ладони на затылке	зачтено			зачтено		

**Ведомость для поступающих в группу
пауэрлифтинг на ЭНП -2**

№ п/п	Ф. И. О.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин) не менее 32 раза мальчики не менее 28 раз девочки	Оценка	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 13раз) мальчики (не менее 7 раз) девочки	Оценка	Подтягивание из виса лежа на низкой пе- рекладине 90 см (не менее 11раз) маль- чики (не ме- нее 9 раз) де- вочки	Оценка	Приседание, ладони на затылке (не менее 15раз) мальчики (не менее 10 раз) девочки	Зачет
1									

Оценка Наименование испытания	мальчики			девочки		
	5	4	3	5	4	3
Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	36	34	32	32	30	28
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	15	14	13	9	8	7
Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	13	12	11	11	10	9
Приседание, ладони на затылке	зачтено			зачтено		

**Ведомость для поступающих в группу
армрестлинг на ЭНП-1**

№ п/п	Ф. И. О.	Наклон вперед из положения стоя на гимна- стической ска- мье (от уровня скамьи) (не менее +3 см) мальчики (не менее +4 см) девочки	Оценка	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 13 раз) маль- чики (не менее 7 раз) девочки	Оценка	Подтягивание из виса лежа на низкой пе- рекладине 90 см (не ме- нее 11 раз) мальчики (не менее 9 раз) девочки	Оценка	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин) не ме- нее 12 раз) мальчики не менее 10 раз девочки	Зачет
1									

Оценка Наименование испытания	мальчики			девочки		
	5	4	3	5	4	3
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	5	4	3	6	5	4
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	17	15	13	11	9	7
Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	15	13	11	13	11	9
Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 30 сек)	зачтено			зачтено		

**Ведомость для поступающих в группу
армрестлинг на ЭНП-2**

№ п/п	Ф. И. О.	Наклон вперед из положения стоя на гимна- стической скамье (от уровня скамьи) (не менее +5см) мальчики (не менее +6см) девочки	Оценка	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 18 раз) маль- чики (не менее 9 раз) девочки	Оценка	Подтягивание из виса лежа на низкой пе- рекладине 90 см (не ме- нее 15 раз) мальчики (не менее 11 раз) девочки	Оценка	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 30 сек) не менее 12 раз маль- чики не менее 10 раз девоч- ки	Зачет
1									

Оценка Наименование испытания	мальчики			девочки		
	5	4	3	5	4	3
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	7	6	5	8	7	6
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	22	20	18	13	11	9
Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	19	17	15	15	13	11
Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 30 сек)	зачтено			зачтено		