

Согласовано
Педагогическим советом
МБУ ДО «ДЮСШ по
парусному спорту»
Протокол от 05.12.2016 № 1



ПОЛОЖЕНИЕ

О ТЕКУЩЕМ КОНТРОЛЕ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ И ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

по дополнительной общеобразовательной программе в области физической культуры и спорта – ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПО ПАРУСНОМУ СПОРТУ МБУ ДО «ДЮСШ по парусному спорту»

г. Нижний Новгород

2016

1. Общие положения

1.1. Настоящее «Положение о текущем контроле, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся по дополнительной общеобразовательной программе в области физической культуры и спорта – Дополнительная предпрофессиональная программа по парусному спорту МБУ ДО «ДЮСШ по парусному спорту» (далее соответственно – Положение и Учреждение), регламентирует формы, периодичность и порядок проведения текущего контроля, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа по парусному спорту».

1.2. Настоящее Положение разработано в соответствии с Федеральным законом РФ от 29.12.2012г. № 237-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», с Федеральным законом от 04.12.2007г. №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», с приказом Минобрнауки РФ от 29.08.2013г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», с учетом требований федеральных стандартов спортивной подготовки по парусному спорту, дополнительной образовательной программой по парусному спорту и Уставом Учреждения.

1.3. Внесение изменений и дополнений в настоящее Положение осуществляется по решению педагогического совета и утверждается приказом директора Учреждения».

1.4. В настоящем Положении используются следующие определения:

Текущий контроль успеваемости – форма педагогического контроля спортивной подготовки обучающихся, выполнения ими учебной программы по парусному спорту.

Промежуточная аттестация – форма педагогического контроля динамики спортивной подготовки и прогнозирования спортивных достижений обучающихся, определения эффективности тренировочного процесса.

Итоговая аттестация – форма оценки знаний выпускника Учреждения, завершившего обучение по программе парусного спорта.

1.5. Основными принципами проведения и организации всех видов контроля успеваемости являются: систематичность, коллегиальность, объективность.

1.6. Цель текущего контроля, промежуточной и итоговой аттестации, представленные в нашем Положении, являются обязательными для обучающихся Учреждения, проходящих обучение по дополнительной предпрофессиональной программе по парусному спорту».

1.7. Формы текущего контроля, промежуточной и итоговой аттестации, представленные в настоящем Положении, являются обязательными для обучающихся Учреждения, проходящих обучение по дополнительной предпрофессиональной программе по парусному спорту».

1.8. Руководство настоящим Положением обязательно для всего преподавательского коллектива Учреждения.

1.9. Настоящее Положение является локальным нормативным актом, регламентирующим деятельность Учреждения по соответствующим вопросам.

1.10. Изменения и дополнения к Положению принимаются в составе новой редакции, в порядке, предусмотренном п.п. 1.2., 1.3. настоящего Положения. После принятия новой редакции Положения предыдущая редакция утрачивает силу.

2. Текущий контроль

2.1. Текущий контроль успеваемости обучающихся направлен на: поддержание учебной дисциплины, выявление отношения обучающихся к парусному спорту, повышение уровня

освоения текущего учебного материала, стимулирование обучающихся к результативной работе.

2.2. Текущему контролю успеваемости подлежат обучающиеся на всех этапах обучения парусного спорта по предпрофессиональной программе.

2.3. Формы текущего контроля. *(Приложение №1)*

Текущий контроль успеваемости включает в себя выполнение обучающимися:

- комплексов упражнений по ОФП и СФП в объёме, предусмотренной предпрофессиональной программой по парусному спорту;
- выполнение тестовых заданий по теоретической подготовке;
- зачёт по вооружению швертбота

2.4. Текущий контроль успеваемости проводится два раза в год (в октябре-ноябре, феврале) тренерами-преподавателями.

2.5. Результаты текущего контроля оформляются протоколом *(Приложение №2)* и являются объективными показателями спортивной подготовки обучающихся на период проведения контроля.

3. Промежуточная аттестация.

3.1. Промежуточная аттестация проводится для контроля над успеваемостью обучающихся и осуществления образовательного процесса, а также для определения успешности развития обучающегося, усвоения им дополнительной предпрофессиональной программы по парусному спорту после каждого года (этапа) обучения для перевода на последующий год (этап) обучения.

3.2. Промежуточной аттестации подлежат все обучающиеся Учреждения, проходящих обучение по дополнительной предпрофессиональной программе по парусному спорту».

3.3. Промежуточная аттестация проводится комиссией по графику. Состав аттестационной комиссии и график аттестации утверждается директором Учреждения.

3.4. В ходе проведения промежуточной аттестации для определения уровня:

- теоретических знаний обучающихся проводится тестирование письменное;
- общей физической и специальной подготовки – сдача обучающимися комплексов контрольных упражнений;
- специальной подготовки и работы с материальной частью – принятие зачёта на вооружение швертбота и прохождение заданной водной дистанции.*(см. Приложение №3).*

3.5. Неудовлетворительными результаты аттестации считаются в случае невыполнения 50% заданий и более (тестовых заданий, упражнений)

3.6. Неудовлетворительные результаты промежуточной аттестации по одной или нескольким предметным областям образовательной программы или не прохождение промежуточной аттестации при отсутствии уважительных причин признаются академической задолженностью.

3.7. Обучающиеся обязаны ликвидировать академическую задолженность.

3.8. Обучающиеся, имеющие академическую задолженность, имеют право пройти промежуточную аттестацию по соответствующей предметной области образовательной программы в пределах одного года с момента образования академической задолженности. В указанный период не включается время болезни обучающегося, подтверждённое медицинской справкой.

- 3.9.** Обучающиеся, не прошедшие по причине болезни промежуточную аттестацию, при наличии соответствующей медицинской справки, на основании решения Тренерского совета имеют право пройти промежуточную аттестацию в дополнительно установленные сроки.
- 3.10.** Право досрочного прохождения промежуточной аттестации в установленном порядке предоставляется на основании письменного заявления родителя (законного представителя).
- 3.11.** Обучающиеся, успешно прошедшие промежуточную аттестацию, переводятся на следующий год (этап) обучения на основании решения Тренерского совета и соответственного приказа директора Учреждения.
- 3.12.** Промежуточная аттестация проводится в период май.
- 3.13.** Результаты промежуточной аттестации оформляются протоколом. *(Приложение №4)*
- 3.14.** По решению тренерского совета Учреждения и по согласованию с родителями, учащиеся, не подтвердившие требования программы обучения на данный учебный год или этапа обучения, могут быть переведены на обучение по дополнительной общеразвивающей программе на спортивно-оздоровительный этап.
При улучшении своих спортивно-технических результатов они могут быть восстановлены (при наличии вакантных мест) на тот этап обучения, с которого были переведены на спортивно-оздоровительный этап.
- 3.15.** Учащиеся могут быть досрочно переведены на следующие года или этапы спортивной подготовки при условии выполнения требований к результатам освоения программ соответствующего этапа. Решение принимается тренерским советом Учреждения.

4. Итоговая аттестация.

- 4.1.** Итоговая аттестация обучающихся Учреждения проводится по окончании курса обучения на тренировочном этапе (спортивная специализация) по предпрофессиональной программе и заключается в определении соответствия уровня подготовки выпускников требованиям дополнительной образовательной программы по парусному спорту.
- 4.2.** К итоговой аттестации допускаются обучающиеся, освоившие полный курс образовательной программы и успешно прошедшие промежуточную аттестацию.
- 4.3.** Итоговая аттестация проводится комиссией по графику. Состав аттестационной комиссии и график аттестации утверждается директором Учреждения.
- 4.4.** График итоговой аттестации доводится до сведения обучающихся и родителей (законных представителей) не позднее, чем за 1 месяц до начала итоговой аттестации.
- 4.5.** Итоговая аттестация проводится в объёме, предусмотренном программой обучения по парусному спорту. *(Приложение №5)*
- 4.6.** Результаты итоговой аттестации обучающихся оформляются протоколом. *(Приложение №6)*
- 4.7.** Результаты итоговой аттестации обучающихся рассматриваются на заседании Тренерского совета Учреждения.
- 4.8.** Итоговая аттестация проводится в период май-август.

4.9. Выпуск обучающихся, успешно прошедших итоговую аттестацию, осуществляется на основании приказа директора с выдачей документа установленного Учреждением образца (*Приложение № 7*).

4.10. Обучающимся, не завершившим получение образования соответствующего уровня, не прошедшим итоговую аттестацию или получившие на итоговой аттестации неудовлетворительные результаты выдается справка об обучении. (*Приложение № 8*).

4.11. Обучающиеся, не прошедшие итоговую аттестацию или получившие на итоговой аттестации неудовлетворительные результаты, вправе пройти итоговую аттестацию повторно, в сроки, установленные аттестационной комиссией.

4.12. Обучающиеся, не прошедшие итоговую аттестацию в полном объеме без уважительной причины, на основании решения Тренерского совета Учреждения могут быть:

- переведены в другие образовательные учреждения по желанию обучающегося, на основании заявления его родителей (законных представителей);
- по заявлению родителей (законных представителей) отчислены из Учреждения;
- переведены в спортивно-оздоровительные группы (до 18-летнего возраста).

4.13. Обучающиеся или их законные представители вправе подать письменную апелляцию по процедуре и (или) результатам проведения итоговой аттестации в апелляционную комиссию не позднее следующего дня после объявления результатов аттестации.

Апелляционная комиссия работает в соответствии с локальным актом «Положение о приёмной и апелляционной комиссиях МБУ ДО ДЮСШ по парусному спорту».

5. Оформление документации.

5.1. Результаты текущего контроля оформляются протоколом (*Приложение № 2*):

- Протокол результатов текущего контроля подписывается тренером-преподавателем и завучем.

5.2. Результаты промежуточной аттестации оформляются протоколом (*Приложение №4*):

- Протокол результатов промежуточной аттестации подписывается тренером-преподавателем, и приёмочной комиссией.

5.3. Результаты итоговой аттестации оформляются протоколом (*Приложение №6*):

- Протокол результатов промежуточной аттестации подписывается тренером-преподавателем, и приёмочной комиссией.

5.4. Обучающимся успешно прошедших итоговую аттестацию выдаётся свидетельство об окончании МБУ ДО «ДЮСШ по парусному спорту» (*Приложение №7*).

Текущий контроль успеваемости включает в себя выполнение обучающимися следующих комплексов упражнений в объёме, предусмотренной программой по парусному спорту

Этап начальной подготовки 1 год обучения (9-11 лет) представлены следующими дисциплинами:

ОФП:

1. бег 500 м без учёта времени (октябрь); лыжи 1км без учёта времени (февраль)
2. приседания за 15с (не менее 10 раз)
3. отжимание с колен (мальчики - не менее 5 раз, девочки – не менее 3 раз);
4. прыжок в длину с места (не менее 130см);

Этап начальной подготовки 2 год обучения (10-12 лет) представлены следующими дисциплинами:

ОФП:

1. бег 500 м без учёта времени (октябрь); лыжи 2км без учёта времени (февраль)
2. плавание 50 м без учёта времени в (февраль);
3. подтягивание на перекладине - мальчики (не менее 2 раз);
подъём туловища, лёжа на спине – девочки (не менее 4 раз)
4. приседания за 15с (не менее 10 раз)
5. отжимание (мальчики - не менее 10 раз, девочки – не менее 5 раз);
6. прыжок в длину с места (не менее 140см);

СФП:

1. сгиб-разгиб туловища с закреплёнными ногами на тренажёре откренивания (15 раз).

ТЕОРИЯ:

1. Письменный тест

СПЕЦИАЛЬНЫЕ НАВЫКИ – работа со спортивным оборудованием: вооружение швертбота.

Этап начальной подготовки 3 год обучения (13-15 лет) представлены следующими дисциплинами:

ОФП:

1. бег 1000 м без учёта времени (октябрь); лыжи 3км без учёта времени (февраль)
2. плавание 50 м без учёта времени (февраль);

3. подтягивание на перекладине - мальчики (не менее 4 раз);
подъём туловища, лёжа на спине – девочки (не менее 6 раз)
4. приседания за 15с (не менее 10 раз)
5. отжимание (мальчики - не менее 15 раз, девочки – не менее 10 раз);
6. прыжок в длину с места (не менее 150см).

СФП:

1. сгиб-разгиб туловища с закреплёнными ногами на тренажёре откренивания (20раз).

ТЕОРИЯ:

1. Письменный тест

СПЕЦИАЛЬНЫЕ НАВЫКИ – работа со спортивным оборудованием: вооружение швертбота.

Тренировочный этап 1 года обучения (12-13 лет) представлены следующими дисциплинами:

ОФП:

1. бег 1500 м (не более 8 мин. 10 сек.) (октябрь); лыжи 3км без учёта времени (февраль)
2. плавание 200 м без учёта времени (февраль);
3. подтягивание на перекладине - мальчики (не менее 6 раз);
подъём туловища, лёжа на спине – девочки (не менее 8 раз)
4. приседания за 15с (не менее 12 раз);
5. отжимание (мальчики - не менее 19 раз, девочки – не менее 14 раз);
6. прыжки в длину с места(не менее 160см);

СФП:

1. сгиб-разгиб туловища с закреплёнными ногами на тренажёре откренивания (25раз);
2. подтягивание грифа штанги к груди, лёжа на тренажёре откренивания (15 раз).

ТЕОРИЯ:

1. Письменный тест

СПЕЦИАЛЬНЫЕ НАВЫКИ – работа со спортивным оборудованием: вооружение швертбота.

Тренировочный этап 2 года обучения (13-14 лет) представлены следующими дисциплинами:

ОФП:

1. бег 3000 м (не более 14 мин. 00 сек.) (октябрь); лыжи 4км без учёта времени (февраль)

2. плавание 400 м без учёта времени (февраль);
3. подтягивание на перекладине - мальчики (не менее 8 раз);
подъём туловища, лёжа на спине – девочки (не менее 10 раз);
4. отжимание (мальчики - не менее 21 раз, девочки – не менее 16 раз);
5. прыжки в длину с места(не менее 170см);

СФП:

1. сгиб-разгиб туловища с закреплёнными ногами на тренажёре откренивания (30раз);
2. подтягивание грифа штанги к груди, лёжа на тренажёре откренивания (20 раз).
3. Удержание статистической позы №3 – 45 сек.
4. Удержание статистической позы №5 – 25 сек.

ТЕОРИЯ:

1. Письменный тест

СПЕЦИАЛЬНЫЕ НАВЫКИ – со спортивным оборудованием: вооружение швертбота.

Тренировочный этап 3 года обучения (14-15 лет) представлены следующими дисциплинами:

ОФП:

3. бег 3000 м (не более 13 мин. 30 сек.) (октябрь); лыжи 5км без учёта времени (февраль)
4. плавание 400 м без учёта времени (февраль);
3. подтягивание на перекладине - мальчики (не менее 10 раз);
подъём туловища, лёжа на спине – девочки (не менее 12 раз);
4. отжимание (мальчики - не менее 25 раз, девочки – не менее 18 раз);
5. прыжки в длину с места (не менее 170см);

СФП:

1. сгиб-разгиб туловища с закреплёнными ногами на тренажёре откренивания (30раз);
2. подтягивание грифа штанги к груди, лёжа на тренажёре откренивания (25 раз).
3. Удержание статистической позы №3 – 45 сек.
4. Удержание статистической позы №5 – 25 сек.

ТЕОРИЯ:

1. Письменный тест

СПЕЦИАЛЬНЫЕ НАВЫКИ – работа со спортивным оборудованием: вооружение швертбота.

Тренировочный этап 4 года обучения (15-16 лет) представлены следующими дисциплинами:

ОФП:

1. бег 3000 м (не более 13 мин. 00 сек.) (октябрь); лыжи 5км без учёта времени (февраль)
2. плавание 400 м без учёта времени (февраль);
3. подтягивание на перекладине - мальчики (не менее 11 раз);
подъём туловища, лёжа на спине – девочки (не менее 14 раз);
4. отжимание (мальчики - не менее 30 раз, девочки – не менее 20 раз);
5. прыжки в длину с места (не менее 180см);

СФП:

1. сгиб-разгиб туловища с закреплёнными ногами на тренажёре откренивания (45 раз);
2. подтягивание грифа штанги к груди, лёжа на тренажёре откренивания (30 раз).
3. Удержание статистической позы №3 – 60 сек.
4. Удержание статистической позы №5 – 35 сек.

ТЕОРИЯ:

1. Письменный тест

СПЕЦИАЛЬНЫЕ НАВЫКИ – работа со спортивным оборудованием: вооружение швертбота.

Тренировочный этап 5 года обучения (16-18 лет) представлены следующими дисциплинами:

ОФП:

1. бег 3000 м (не более 12 мин. 45 сек.) (октябрь); лыжи 5км без учёта времени (февраль)
2. плавание 400 м без учёта времени (февраль);
3. подтягивание на перекладине - мальчики (не менее 12 раз);
подъём туловища, лёжа на спине – девочки (не менее 15 раз);
4. отжимание (мальчики - не менее 32 раз, девочки – не менее 22 раз);
5. прыжки в длину с места (не менее 180см);

СФП:

1. сгиб-разгиб туловища с закреплёнными ногами на тренажёре откренивания (45 раз);
2. подтягивание грифа штанги к груди, лёжа на тренажёре откренивания (35 раз).
3. Удержание статистической позы №3 – 60 сек.
4. Удержание статистической позы №5 – 35 сек.

ТЕОРИЯ:

1. Письменный тест

СПЕЦИАЛЬНЫЕ НАВЫКИ – работа со спортивным оборудованием: вооружение швертбота.

ПРОТОКОЛ
результатов текущего контроля
обучающихся МБУ ДО «ДЮСШ по парусному спорту»
группы _____ № _____
тренер _____

№ п/п	Упражнения ФИ обучающегося	Общая физическая подготовка						Специальная физическая подготовка				Теория	Спец навы ки	Выпол нено в %
		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15

Сведения предоставлены _____ (дата)

Тренер-преподаватель _____

Завуч _____

Промежуточная аттестация включает в себя выполнение обучающимися следующих контрольных упражнений в объёме, предусмотренной программой по парусному спорту

- ✚ **КОНТРОЛЬНО-ПЕРЕВОДНЫЕ НОРМАТИВЫ ПО ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ, СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ, ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ**
для этапа НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ 1 года обучения (для перехода на следующий этап – НП-2)

Развиваемые качества, знания, навыки	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
1.Общая физическая подготовка		
Выносливость	Бег 500 м (без учета времени)	Бег 500 м (без учета времени)
	Плавание 50м без учета времени в спас.жилете	Плавание 50м без учета времени в спас.жилете
Сила	Подтягивание на перекладине (не менее 2раз)	Подъем туловища, лежа на спине (не менее 4 раз)
	Приседания за 15 с (не менее 10 раз)	Приседания за 15 с (не менее 10 раз)
Силовая выносливость	Отжимание (не менее 10 раз)	Отжимание (не менее 5 раз)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 140 см)	Прыжок в длину с места (не менее 140 см)
2.Специальная физическая подготовка		
Силовая выносливость	Сгиб-разгиб туловища с закрепленными ногами на тренажере откренивания, 15 раз	Сгиб-разгиб туловища с закрепленными ногами на тренажере откренивания, 15 раз
3.Теоретическая подготовка		
Теория и методика физической культуры и спорта	письменный тест	письменный тест
4. Избранный вид спорта, специальные навыки и работа со спортивным оборудованием		
Специальные навыки в избранном виде спорта	Умение вооружить швертбот. Умение пройти дистанцию 50м, обогнув два знака.(зачёт, незачёт)	Умение вооружить швертбот. Умение пройти дистанцию 50м, обогнув два знака.(зачёт, незачёт)

✦ **КОНТРОЛЬНО-ПЕРЕВОДНЫЕ НОРМАТИВЫ ПО ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ, СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ, ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ**
для этапа НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ 2 года обучения (для перехода на следующий этап – НП-3)

Развиваемые качества, знания, навыки	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
1.Общая физическая подготовка		
Выносливость	Бег 1000 м (без учета времени)	Бег 1000 м (без учета времени)
	Плавание 50м без учета времени в спас.жилете	Плавание 50м без учета времени в спас.жилете
Сила	Подтягивание на перекладине (не менее 4 раз)	Подъем туловища, лежа на спине (не менее 6 раз)
	Приседания за 15 с (не менее 10 раз)	Приседания за 15 с (не менее 10 раз)
Силовая выносливость	Отжимание (не менее 15 раз)	Отжимание (не менее 10 раз)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 150 см)	Прыжок в длину с места (не менее 150 см)
2.Специальная физическая подготовка		
Силовая выносливость	Сгиб-разгиб туловища с закрепленными ногами на тренажере откренивания, 20 раз	Сгиб-разгиб туловища с закрепленными ногами на тренажере откренивания, 20 раз
3.Теоретическая подготовка		
Теория и методика физической культуры и спорта	письменный тест	письменный тест
4. Избранный вид спорта, специальные навыки и работа со спортивным оборудованием		
Специальные навыки в избранном виде спорта	Уметь подготовить швертбот к соревнованиям. Участие в школьных соревнованиях по парусному спорту.	Уметь подготовить швертбот к соревнованиям. Участие в школьных соревнованиях по парусному спорту.
Спортивный разряд	Третий юношеский разряд	

✚ **КОНТРОЛЬНО-ПЕРЕВОДНЫЕ НОРМАТИВЫ ПО ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ, СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ, ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ**
для этапа НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ 3 года обучения (для
перехода на следующий этап – ТЭ-1)

Развиваемые качества, знания, навыки	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
1.Общая физическая подготовка		
Выносливость	Бег 1500 м (не более 8 мин. 10 с)	Бег 1500 м (не более 8 мин. 10 с)
	Плавание 200 м (без учета времени)	Плавание 200 м (без учета времени)
Сила	Подтягивание на перекладине (не менее 6 раз)	Подъем туловища, лежа на спине (не менее 8 раз)
	Приседания за 15 с (не менее 12 раз)	Приседания за 15 с (не менее 12 раз)
Силовая выносливость	Отжимание (не менее 19 раз)	Отжимание (не менее 14 раз)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 160 см)	Прыжок в длину с места (не менее 160 см)
2.Специальная физическая подготовка		
Силовая выносливость	Сгиб-разгиб туловища с закрепленными ногами на тренажере откренивания, 25 раз	Сгиб-разгиб туловища с закрепленными ногами на тренажере откренивания, 25 раз
	Подтягивание грифа штанги к груди, лёжа на тренажёре откренивания – 15 раз	Подтягивание грифа штанги к груди, лёжа на тренажёре откренивания – 15 раз
3.Теоретическая подготовка		
Теория и методика физической культуры и спорта	письменный тест	письменный тест
4. Избранный вид спорта, специальные навыки и работа со спортивным оборудованием		
Специальные навыки в избранном виде спорта	Уметь подготовить швертбот к соревнованиям. Участие в школьных и городских соревнованиях по парусному спорту.	Уметь подготовить швертбот к соревнованиям. Участие в школьных и городских соревнованиях по парусному спорту.
Спортивный разряд	Третий юношеский разряд	

**↓ КОНТРОЛЬНО-ПЕРЕВОДНЫЕ НОРМАТИВЫ ПО ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ, СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ, ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ
для ТРЕНИРОВОЧНОГО ЭТАПА 1 года обучения (для
перехода на следующий этап – ТЭ-2)**

Развиваемые качества, знания, навыки	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
1.Общая физическая подготовка		
Выносливость	Бег 3000 м (не более 14 мин. 00 с)	Бег 3000 м (не более 14 мин.00 с)
	Плавание 400 м (без учета времени)	Плавание 400 м (без учета времени)
Сила	Подтягивание на перекладине: (не менее 8 раз)	Подъем туловища, лежа на спине (не менее 10 раз)
Силовая выносливость	Отжимание в упоре лёжа (не менее 21 раз)	Отжимание в упоре лёжа (не менее 16 раз)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 170 см)	Прыжок в длину с места (не менее 170 см)
2.Специальная физическая подготовка		
Силовая выносливость	Сгиб-разгиб туловища с закрепленными ногами на тренажере откренивания, 30 раз	Сгиб-разгиб туловища с закрепленными ногами на тренажере откренивания, 30 раз
	Подтягивание грифа штанги к груди, лёжа на тренажёре откренивания -20 раз	Подтягивание грифа штанги к груди, лёжа на тренажёре откренивания – 20 раз
	Удержание статистической позы №3 – 45 сек.	Удержание статистической позы №3 – 45 сек.
	Удержание статистической позы №5 – 25 сек.	Удержание статистической позы №5 – 25 сек.
	Подъём груза (15кг) через блок махом руки (пр./лев.) в позе №3 на тренажёре откренивания – 20/15 раз	Подъём груза (15кг) через блок махом руки (пр./лев.) в позе №3 на тренажёре откренивания – 20/15 раз
3.Теоретическая подготовка		
Теория и методика физической культуры и спорта	письменный тест	письменный тест
4. Избранный вид спорта, специальные навыки и работа со спортивным оборудованием		
Специальные навыки в избранном виде спорта	Участие в школьных, городских и областных соревнованиях по парусному спорту.	Участие в школьных, городских и областных соревнованиях по парусному спорту.
Спортивный разряд	Второй юношеский разряд	

✚ **КОНТРОЛЬНО-ПЕРЕВОДНЫЕ НОРМАТИВЫ ПО ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ, СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ, ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ**
для ТРЕНИРОВОЧНОГО ЭТАПА 2 года обучения (для
перехода на следующий этап – ТЭ-3)

Развиваемые качества, знания, навыки	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
1.Общая физическая подготовка		
Выносливость	Бег 3000 м (не более 13 мин. 30 с)	Бег 3000 м (не более 13 мин.30 с)
	Плавание 400 м (без учета времени)	Плавание 400 м (без учета времени)
Сила	Подтягивание на перекладине: (не менее 10 раз)	Подъем туловища, лежа на спине (не менее 12 раз)
Силовая выносливость	Отжимание в упоре лёжа (не менее 25 раз)	Отжимание в упоре лёжа (не менее 18 раз)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 170 см)	Прыжок в длину с места (не менее 170 см)
2.Специальная физическая подготовка		
Силовая выносливость	Сгиб-разгиб туловища с закрепленными ногами на тренажере откренивания, 30 раз	Сгиб-разгиб туловища с закрепленными ногами на тренажере откренивания, 30 раз
	Подтягивание грифа штанги к груди, лёжа на тренажёре откренивания -25 раз	Подтягивание грифа штанги к груди, лёжа на тренажёре откренивания – 25 раз
	Удержание статистической позы №3 – 45 сек.	Удержание статистической позы №3 – 45 сек.
	Удержание статистической позы №5 – 25 сек.	Удержание статистической позы №5 – 25 сек.
	Подъём груза (15кг) через блок махом руки (пр./лев.) в позе №3 на тренажёре откренивания – 25/20 раз	Подъём груза (15кг) через блок махом руки (пр./лев.) в позе №3 на тренажёре откренивания – 25/20 раз
3.Теоретическая подготовка		
Теория и методика физической культуры и спорта	письменный тест	письменный тест
4. Избранный вид спорта, специальные навыки и работа со спортивным оборудованием		
Специальные навыки в избранном виде спорта	Участие в школьных, городских и областных соревнованиях по парусному спорту.	Участие в школьных, городских и областных соревнованиях по парусному спорту.
Спортивный разряд	Первый юношеский разряд	

**✚ КОНТРОЛЬНО-ПЕРЕВОДНЫЕ НОРМАТИВЫ ПО ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ, СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ, ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ
для ТРЕНИРОВОЧНОГО ЭТАПА 3 года обучения (для
перехода на следующий этап – ТЭ-4)**

Развиваемые качества, знания, навыки	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
1.Общая физическая подготовка		
Выносливость	Бег 3000 м (не более 13 мин. 00 с)	Бег 3000 м (не более 13 мин.00 с)
	Плавание 400 м (без учета времени)	Плавание 400 м (без учета времени)
Сила	Подтягивание на перекладине: (не менее 11 раз)	Подъем туловища, лежа на спине (не менее 14 раз)
Силовая выносливость	Отжимание: (не менее 30 раз)	Отжимание : (не менее 20 раз)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 180 см)	Прыжок в длину с места (не менее 180 см)
2.Специальная физическая подготовка		
Силовая выносливость	Сгиб-разгиб туловища с закрепленными ногами на тренажере откренивания, 45 раз	Сгиб-разгиб туловища с закрепленными ногами на тренажере откренивания, 45 раз
	Подтягивание грифа штанги к груди, лёжа на тренажёре откренивания -30 раз	Подтягивание грифа штанги к груди, лёжа на тренажёре откренивания – 30 раз
	Удержание статистической позы №3 – 60 сек.	Удержание статистической позы №3 – 60 сек.
	Удержание статистической позы №5 – 35 сек.	Удержание статистической позы №5 – 35 сек.
	Подъём груза (20кг) через блок махом руки (пр./лев.) в позе №3 на тренажёре откренивания – 30/25 раз	Подъём груза (20кг) через блок махом руки (пр./лев.) в позе №3 на тренажёре откренивания – 30/25 раз
3.Теоретическая подготовка		
Теория и методика физической культуры и спорта	письменный тест	письменный тест
4. Избранный вид спорта, специальные навыки и работа со спортивным оборудованием		
Специальные навыки в избранном виде спорта	Участие в соревнованиях различного уровня по парусному спорту.	Участие в соревнованиях различного уровня по парусному спорту.
Спортивный разряд	Третий, второй и первый разряд,КМС	

**↓ КОНТРОЛЬНО-ПЕРЕВОДНЫЕ НОРМАТИВЫ ПО ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ, СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ, ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ
для ТРЕНИРОВОЧНОГО ЭТАПА 4 года обучения (для
перехода на следующий этап – ТЭ-5)**

Развиваемые качества, знания, навыки	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
1.Общая физическая подготовка		
Выносливость	Бег 3000 м (не более 12 мин. 45 с)	Бег 3000 м (не более 12 мин.45 с)
	Плавание 400 м (без учета времени)	Плавание 400 м (без учета времени)
Сила	Подтягивание на перекладине: (не менее 12 раз)	Подъем туловища, лежа на спине (не менее 15 раз)
Силовая выносливость	Отжимание: (не менее 32 раз)	Отжимание : (не менее 22 раз)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 180 см)	Прыжок в длину с места (не менее 180 см)
2.Специальная физическая подготовка		
Силовая выносливость	Сгиб-разгиб туловища с закрепленными ногами на тренажере откренивания, 45 раз	Сгиб-разгиб туловища с закрепленными ногами на тренажере откренивания, 45 раз
	Подтягивание грифа штанги к груди, лёжа на тренажёре откренивания -35 раз	Подтягивание грифа штанги к груди, лёжа на тренажёре откренивания – 35 раз
	Удержание статистической позы №3 – 60 сек.	Удержание статистической позы №3 – 60 сек.
	Удержание статистической позы №5 – 35 сек.	Удержание статистической позы №5 – 35 сек.
	Подъём груза (20кг) через блок махом руки (пр./лев.) в позе №3 на тренажёре откренивания – 35/32 раз	Подъём груза (20кг) через блок махом руки (пр./лев.) в позе №3 на тренажёре откренивания – 35/32 раз
3.Теоретическая подготовка		
Теория и методика физической культуры и спорта	письменный тест	письменный тест
4. Избранный вид спорта, специальные навыки и работа со спортивным оборудованием		
Специальные навыки в избранном виде спорта	Участие в соревнованиях различного уровня по парусному спорту.	Участие в соревнованиях различного уровня по парусному спорту.
Спортивный разряд	Третий, второй и первый разряд	

ПРОТОКОЛ
 результатов промежуточной аттестации
 обучающихся МБУ ДО «ДЮСШ по парусному спорту»
 группы _____ № _____
 тренер _____

« _____ » _____ 20__ г. 1 лист

№ п/п	Упражнения ФИ обучающегося	лет	Общая физическая подготовка							Выполнено упражнений в %
			4	5	6	7	8	9	10	
1	2	3								13

2 лист

№ п/п	Упражнения ФИ обучающегося	лет	Специальная физическая подготовка					Теоретическая подготовка	Специальная подготовка		Выполнено упражнений в %	Переведён, отчислен
			4	5	6	7	8		9	10		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13

Место проведения _____ Тренер группы _____
 Председатель комиссии _____
 Члены комиссии _____

Итоговая аттестация включает в себя выполнение обучающимися следующих контрольных упражнений в объёме, предусмотренной программой по парусному спорту

**✦ ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ ПО ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ, СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ, ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ
для ТРЕНИРОВОЧНОГО ЭТАПА 5 года обучения**

Развиваемые качества, знания, навыки	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
1.Общая физическая подготовка		
Выносливость	Бег 3000 м (не более 12 мин. 30 с)	Бег 3000 м (не более 12 мин.30 с)
	Плавание 400 м (без учета времени)	Плавание 400 м (без учета времени)
Сила	Подтягивание на перекладине: (не менее 14 раз)	Подъем туловища, лежа на спине (не менее 16 раз)
Силовая выносливость	Отжимание: (не менее 35 раз)	Отжимание : (не менее 25 раз)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 180 см)	Прыжок в длину с места (не менее 180 см)
2.Специальная физическая подготовка		
Силовая выносливость	Сгиб-разгиб туловища с закрепленными ногами на тренажере откренивания, 45 раз	Сгиб-разгиб туловища с закрепленными ногами на тренажере откренивания, 45 раз
	Подтягивание грифа штанги к груди, лёжа на тренажёре откренивания -35 раз	Подтягивание грифа штанги к груди, лёжа на тренажёре откренивания –35 раз
	Удержание статистической позы №3 – 90 сек.	Удержание статистической позы №3 – 90 сек.
	Удержание статистической позы №5 – 45 сек.	Удержание статистической позы №5 – 45 сек.
	Подъём груза (30кг) через блок махом руки (пр./лев.) в позе №3 на тренажёре откренивания – 35/32 раз	Подъём груза (30кг) через блок махом руки (пр./лев.) в позе №3 на тренажёре откренивания – 35/32 раз
3.Теоретическая подготовка		
Теория и методика физической культуры и спорта	письменный тест	письменный тест
4. Избранный вид спорта, специальные навыки и работа со спортивным оборудованием		
Специальные навыки в избранном виде спорта	Участие в соревнованиях различного уровня по парусному спорту.	Участие в соревнованиях различного уровня по парусному спорту.
Спортивный разряд	второй и первый разряд, КМС	

ПРОТОКОЛ
 результатов итоговой аттестации
 обучающихся МБУ ДО «ДЮСШ по парусному спорту»
 группы _____ № _____
 тренер _____

« _____ » _____ 20 ____ г. 1 лист

№ п/п	Упражнения ФИ обучающегося	лет	Общая физическая подготовка						Выполнено упражнений в %
			4	5	6	7	8	9	
1	2	3							13

2 лист

№ п/п	Упражнения ФИ обучающегося	лет	Специальная физическая подготовка					Теоретическая подготовка	Специальная подготовка		Выполнено упражнений в %	аттестован/не аттестован
			4	5	6	7	8		9	10		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13

Место проведения _____ Тренер группы _____
 Председатель комиссии _____
 Члены комиссии _____

СВИДЕТЕЛЬСТВО

№ _____

Настоящее свидетельство выдано _____

_____ в том, что он (она) в 20__ поступил (а) в
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Детская юношеская
спортивная школа по парусному спорту»

в 20__ году окончил (а) полный курс названной школы

Лицензия № _____ от _____

Выдана _____

М.П. Директор школы _____

Зам. директора
по учебной работе _____

« _____ » _____ 20 __ г.

**Приложение к свидетельству № ____
СВЕДЕНИЯ ОБ УПЕВАЕМОСТИ**

Фамилия имя отчество _____

Квалификация _____

Дисциплины по учебному плану:

1. теория

оценка

2. практика (управление яхтой)

Директор школы _____

Зам. директора
по учебной работе _____

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детская юношеская спортивная школа по парусному спорту»
(МБУ ДО «ДЮСШ по парусному спорту»)**

603104, г. Нижний Новгород, пос. Слуда, д. 24
Тел./факс 8(831) 4659139, e-mail: sluda2@yandex.ru
Официальный сайт: zholobova@sport.kreml.nnov.ru
ИНН 5262047407; КПП 526201001; ОГРН 1025203729473

Регистрационный номер _____ Дата выдачи «__» _____ 20__ г.

Справка об обучении

Справка выдана _____
(фамилия, имя, отчество)

_____, в том что он (а) с «__» _____ г. по «__»
_____ г. обучался (обучалась) в муниципальном бюджетном учреждении
дополнительного образования «Детская юношеская спортивная школа по парусному
спорту» по дополнительной общеобразовательной программе в области физической
культуры и спорта

(наименование образовательной программы)

Приказ об отчислении от «__» _____ г. №

Директор
М.П.

Н.Н. Осокина