

**Муниципальное бюджетное учреждение «Спортивная школа
олимпийского резерва по футболу «Сигнал» города Челябинска**

Принято на Тренерском Совете
МБУ СШОР по футболу «Сигнал» г. Челябинска
«09» января 2020 г.



Директор МБУ СШОР
по футболу «Сигнал» г. Челябинска
С.А. Швецов
«09» января 2020 г.

***Положение
о проведении аналитического
(текущего) и контрольно-
переводного тестирования
воспитанников***

***Муниципального бюджетного учреждения
«Спортивная школа олимпийского резерва
по футболу «Сигнал» города Челябинска***

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении аналитического (текущего) и контрольно-переводного тестирования воспитанников Муниципального бюджетного учреждения «Спортивная школа олимпийского резерва по футболу «Сигнал» города Челябинска

1 Общие положения.

1.1 Настоящее Положение разработано в соответствии с Федеральным законом «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ, приказом Министерства спорта РФ «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «футбол» от 25.10.2019 № 880, Письмом Минспорта России от 12.05.2014 N ВМ-04-10/2554 (ред. от 27.10.2014) "О направлении Методических рекомендаций по организации спортивной подготовки в Российской Федерации", программой МБУ СШОР по футболу «Сигнал» г. Челябинска по спортивной подготовке по виду спорта «футбол», Уставом Муниципального бюджетного учреждения «Спортивная школа олимпийского резерва по футболу «Сигнал» г. Челябинска (далее - Учреждение) и локальными актами, которые регламентируют содержание и порядок аналитического и контрольно-переводного тестирования воспитанников Учреждения, их перевод по итогам года на следующий этап спортивной подготовки.

1.2 В настоящем Положении использованы следующие термины и определения:

- аналитическое (текущее) тестирование воспитанников – это систематическая проверка спортивной подготовки воспитанников, проводимая тренером на текущих тренировочных занятиях в соответствии с программой спортивной подготовки по футболу;

- контрольно-переводное тестирование воспитанников – процедура, проводимая с целью оценки качества усвоения программного материала.

1.3 Положение о проведении аналитического и контрольно-переводного тестирования воспитанников рассматривается и рекомендуется к утверждению методическим советом школы, имеющим право вносить в него изменения и дополнения. Положение утверждается директором Учреждения.

1.4 Целью тестирования является:

- установление фактического уровня физической, технической и специальной подготовки в соответствии с требованиями программы спортивной подготовки;
- соотношение этого уровня с требованиями и нормами, заложенными в реализуемой программе спортивной подготовки на всех этапах.

2. Порядок и условия проведения аналитического и контрольно-переводного тестирования воспитанников в МБУ СШОР по футболу «Сигнал» г. Челябинска.

2.1 Текущее аналитическое тестирование проходят воспитанники всех групп этапов спортивной подготовки Учреждения.

2.2 Форму текущего аналитического тестирования определяет тренер с учетом контингента воспитанников, содержания тренировочного материала, используемых им технологий и тому подобных обстоятельств. Избранная форма текущего аналитического тестирования тренером подается одновременно с представлением календарно-тематического графика выполнения программы в методический совет для утверждения. Для проведения текущего контроля выделяются специальные тренировочные часы. Результаты контрольных испытаний воспитанников заносятся в журнал учета работы тренера.

2.3 На основании результатов контрольных испытаний, рекомендуется вносить оперативные коррективы в тренировочный процесс. Особое внимание следует обратить на соблюдение процедуры приема контрольных испытаний.

2.4 К сдаче контрольно-переводных нормативов допускаются все спортсмены Учреждения, имеющие врачебный допуск на день испытаний.

2.5 Воспитанники выезжающие на тренировочные мероприятия, спортивные соревнования, могут сдать контрольно-переводные нормативы досрочно.

2.6 В конце каждого этапа комиссия по приему контрольно-переводных нормативов подводит итоги проделанной работы, анализирует данные учета, основу которых составляют количественные и качественные показатели: результаты выполнения контрольных нормативов, время, затраченное на отдельные виды подготовки, объем и интенсивность тренировочных нагрузок, эффективность действий воспитанников в контрольных, календарных играх и т. д.

2.7 На основании результатов контрольно-переводного тестирования решается вопрос об уровне подготовленности воспитанников (согласно Методики проведения тестирования) и уровне его соответствия программе спортивной подготовки.

2.8 В каждую группу определенного этапа спортивной подготовки могут входить воспитанники не более двух возрастов.

2.9 Контрольно-переводные нормативы принимаются по завершению тренировочного года (октябрь-декабрь).

2.10 Оценка показателей общей физической подготовки (ОФП) и специальной физической подготовки (СФП) проводится в соответствии с контрольно-переводными нормативами и в соответствии с периодом подготовки (Приложение 1, 2, 3)

2.11 Время и сроки проведения контрольно-переводного тестирования регламентируются в соответствии с приказом директора, на основании которого, в Учреждении создается комиссия по проверке испытуемых. В состав комиссии могут входить не менее трех человек: директор или заместитель директора, старший инструктор-методист, старший тренер, инструктор-методист, экзаменующий тренер

2.12 По итогам принятия контрольно-переводных нормативов заполняются протоколы, которые подписывают все члены комиссии.

3. Применение результатов контрольно-переводных нормативов

3.1 Выполнение контрольно-переводных нормативов учитывается при переводе воспитанника в группу следующего года подготовки.

3.2 Воспитанники, успешно освоившие программный материал за год этапа спортивной подготовки, решением методического совета, на основании решения комиссии по приему контрольно-переводного тестирования и протоколов контрольных испытаний, переводятся на следующий год или этап спортивной подготовки.

3.3 Перевод воспитанников осуществляется приказом директора Учреждения.

3.4 Решение о переводе воспитанников, пропустивших 2/3 тренировочного времени за год по независящим от них обстоятельствам, принимается методическим советом.

3.5 Воспитанники должны сдать все контрольные нормативы, при этом учитываются и спортивные достижения воспитанника – наличие спортивного разряда, количество проведенных соревнований, результаты участия в соревнованиях различного ранга, навыки судейской практики.

3.6 Основным критерием завершенности освоения программного материала является освоение воспитанниками необходимого объема теоретического и практического обучения в соответствии с программными требованиями.

3.7 Воспитанники, не выполнившие требования программы и не сдавшие контрольно-переводные нормативы, не переводятся на следующий этап подготовки и имеют возможность по решению тренерского совета и администрации Учреждения, а также при наличии свободных мест не превышающий порог максимальной наполняемости группы, продолжить освоение программы спортивной подготовки повторно на том же этапе (но не более одного года).

3.8 Воспитанники, не выполнившие требования при сдаче контрольно-переводных нормативов, на следующий год не переводятся

3.9 Воспитанники исчерпавшие возрастной лимит, из Учреждения отчисляются.

4. Заключительные положения.

4.1 Настоящее Положение вводится с 09 января 2020 г. и действует до отмены.

4.2 Настоящее Положение утверждается директором Учреждения по согласованию с тренерским советом Учреждения.

4.3 Настоящее Положение для ознакомления размещается на стенде в здании Учреждения и на его сайте.

Вид упражнения	Единица измерения	8-9 лет		10-11 лет	
		8-9 лет	9-10 лет	10-11 лет	11-12 лет
Бег 10 м с высокого старта	сек	11,4	10,7	10,0	9,4
Бег 30 м с высокого старта	сек	10,0	9,4	8,8	8,2
Бег 50 м с высокого старта	сек	15,0	14,0	13,0	12,0
Бег 100 м с высокого старта	сек	48,0	45,0	42,0	39,0
Бег 200 м с высокого старта	сек	1,35	1,30	1,25	1,20
Бег 400 м с высокого старта	сек	1,70	1,65	1,60	1,55
Бег 600 м с высокого старта	сек	2,10	2,05	2,00	1,95
Бег 800 м с высокого старта	сек	2,50	2,45	2,40	2,35
Бег 1000 м с высокого старта	сек	2,90	2,85	2,80	2,75
Бег 1200 м с высокого старта	сек	3,30	3,25	3,20	3,15
Бег 1400 м с высокого старта	сек	3,70	3,65	3,60	3,55
Бег 1600 м с высокого старта	сек	4,10	4,05	4,00	3,95
Бег 1800 м с высокого старта	сек	4,50	4,45	4,40	4,35
Бег 2000 м с высокого старта	сек	4,90	4,85	4,80	4,75
Бег 2200 м с высокого старта	сек	5,30	5,25	5,20	5,15
Бег 2400 м с высокого старта	сек	5,70	5,65	5,60	5,55
Бег 2600 м с высокого старта	сек	6,10	6,05	6,00	5,95
Бег 2800 м с высокого старта	сек	6,50	6,45	6,40	6,35
Бег 3000 м с высокого старта	сек	6,90	6,85	6,80	6,75
Бег 3200 м с высокого старта	сек	7,30	7,25	7,20	7,15
Бег 3400 м с высокого старта	сек	7,70	7,65	7,60	7,55
Бег 3600 м с высокого старта	сек	8,10	8,05	8,00	7,95
Бег 3800 м с высокого старта	сек	8,50	8,45	8,40	8,35
Бег 4000 м с высокого старта	сек	8,90	8,85	8,80	8,75
Бег 4200 м с высокого старта	сек	9,30	9,25	9,20	9,15
Бег 4400 м с высокого старта	сек	9,70	9,65	9,60	9,55
Бег 4600 м с высокого старта	сек	10,10	10,05	10,00	9,95
Бег 4800 м с высокого старта	сек	10,50	10,45	10,40	10,35
Бег 5000 м с высокого старта	сек	10,90	10,85	10,80	10,75
Бег 5200 м с высокого старта	сек	11,30	11,25	11,20	11,15
Бег 5400 м с высокого старта	сек	11,70	11,65	11,60	11,55
Бег 5600 м с высокого старта	сек	12,10	12,05	12,00	11,95
Бег 5800 м с высокого старта	сек	12,50	12,45	12,40	12,35
Бег 6000 м с высокого старта	сек	12,90	12,85	12,80	12,75
Бег 6200 м с высокого старта	сек	13,30	13,25	13,20	13,15
Бег 6400 м с высокого старта	сек	13,70	13,65	13,60	13,55
Бег 6600 м с высокого старта	сек	14,10	14,05	14,00	13,95
Бег 6800 м с высокого старта	сек	14,50	14,45	14,40	14,35
Бег 7000 м с высокого старта	сек	14,90	14,85	14,80	14,75
Бег 7200 м с высокого старта	сек	15,30	15,25	15,20	15,15
Бег 7400 м с высокого старта	сек	15,70	15,65	15,60	15,55
Бег 7600 м с высокого старта	сек	16,10	16,05	16,00	15,95
Бег 7800 м с высокого старта	сек	16,50	16,45	16,40	16,35
Бег 8000 м с высокого старта	сек	16,90	16,85	16,80	16,75
Бег 8200 м с высокого старта	сек	17,30	17,25	17,20	17,15
Бег 8400 м с высокого старта	сек	17,70	17,65	17,60	17,55
Бег 8600 м с высокого старта	сек	18,10	18,05	18,00	17,95
Бег 8800 м с высокого старта	сек	18,50	18,45	18,40	18,35
Бег 9000 м с высокого старта	сек	18,90	18,85	18,80	18,75
Бег 9200 м с высокого старта	сек	19,30	19,25	19,20	19,15
Бег 9400 м с высокого старта	сек	19,70	19,65	19,60	19,55
Бег 9600 м с высокого старта	сек	20,10	20,05	20,00	19,95
Бег 9800 м с высокого старта	сек	20,50	20,45	20,40	20,35
Бег 10000 м с высокого старта	сек	20,90	20,85	20,80	20,75

Примечание 1. Для периода в спортивную школу подготовленных воспитанников 8-9 лет должны выполняться 6 нормативов, воспитанники 9-10 лет - 7 нормативов.

1. Удар по дальности правой и левой рукой.

2. Удар по дальности в сплитинге 8-10 лет - с 11-метровых отметки (сумма правой и левой рукой) плюс в дальности правой и левой.

Контрольно-переводные нормативы общей физической и специальной физической подготовки на этапе начальной подготовки

Упражнения	Единица измерения	Возраст (лет)	Норматив	
			Мальчики	Девочки
Бег 30 м с высокого старта	сек		не более	
		8-9	5,9	6,1
		9-10	4,9	5,1
Бег 60 м с высокого старта	сек		не более	
		8-9	11,4	12,0
		9-10	10,7	11,6
Бег челночный 3x10 с высокого старта	сек		не более	
		8-9	10,0	10,3
		9-10	9,4	10,0
Прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги	см		не менее	
		8-9	150	135
		9-10	190	170
Тройной прыжок с места отталкиванием двумя ногами и махом обеих рук, с последующим поочередным отталкиванием каждой из ног	см		не менее	
		8-9	480	400
		9-10	620	580
Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами	см		не менее	
		8-9	15	13
		9-10	20	16
Бег 50 м с мячом	сек		не более	
		8-9	7,2	7,3
		9-10	6,1	6,8
Удар на дальность	м		не менее	
		8-9	34	25
		9-10	37	30
Вбрасывание мяча руками	м		не менее	
		8-9	9	8
		9-10	11	10
Удар на точность	раз		не менее	
		8-9	5	4
		9-10	6	5
Жонглирование мячом	раз		не менее	
		8-9	6	4
		9-10	8	5

- Примечание: 1. Для перевода в следующую группу этапа подготовки воспитанники 8 – 9 лет должны выполнить 6 нормативов, воспитанники 9 – 10 лет – 7 нормативов.
 2. Удар на дальность правой и левой ногой.
 3. Удар на точность: воспитанники 9-10 лет - с 11-метровой отметки (сумма пяти ударов правой и левой ногой) бьют в заданную треть ворот.

Контрольно-переводные нормативы общей физической и специальной физической подготовки на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)

	Упражнения	Единица измерения	Возраст	Норматив	
				Юноши	Девушки
	Бег 15 м с высокого старта	сек		не более	
			11-12	2,7	2,9
			12-13	2,6	2,8
			13-14	2,5	2,75
			14-15	2,4	2,7
2	Бег 15 м с хода	сек		не более	
			11-12	2,3	2,5
			12-13	2,2	2,4
			13-14	2,1	2,35
			14-15	1,0	2,3
3	Бег 30 м с высокого старта	сек		не более	
			11-12	4,75	4,9
			12-13	4,6	4,8
			13-14	4,4	4,6
			14-15	4,2	4,5
4	Бег 30 м с хода	сек		не более	
			11-12	4,5	4,6
			12-13	4,3	4,5
			13-14	4,1	4,3
			14-15	4,0	4,2
5	Прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги	см		не менее	
			11-12	200	180
			12-13	210	200
			13-14	220	210
			14-15	230	215
6	Тройной прыжок с места отталкиванием двумя ногами и махом обеих рук, с последующим поочередным отталкиванием каждой из ног	см		не менее	
			11-12	640	600
			12-13	665	620
			13-14	690	660
			14-15	710	680
7	Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами	см		не менее	
			11-12	24	11
			12-13	28	12
			13-14	32	13
			14-15	35	14
8	Исходное положение – руки за спиной. Прыжок в высоту одновременным отталкиванием двумя ногами	см		не менее	
			11-12	14	19
			12-13	16	21
			13-14	18	25
			14-15	20	27
9	Бросок набивного мяча весом 1 кг	м		не менее	
			11-12	7	5
			12-13	9	6

			13-14	11	7
			14-15	12	8
10	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу. Коснуться пола пальцами рук. Фиксация положения 2 с	количество раз	11-12	не менее	
			12-13	1	
			13-14	1	
			14-15	1	
11	Бег 30 м с мячом	сек	11-12	не более	
			12-13	6,0	6,5
			13-14	5,7	6,3
			14-15	5,4	6,0
12	Бег 5х30 м с мячом	сек	11-12	не более	
			12-13	32	37
			13-14	30	35
			14-15	28	34
13	Вбрасывание мяча руками	м	11-12	не менее	
			12-13	13	9
			13-14	15	10
			14-15	17	11
14	Удар на дальность	м	11-12	не менее	
			12-13	45	33
			13-14	55	35
			14-15	65	40
15	Удар на точность	раз	11-12	не менее	
			12-13	8	7
			13-14	6	6
			14-15	7	7
16	Жонглирование мячом	раз	11-12	не менее	
			12-13	12	12
			13-14	20	14
			14-15	25	16
17	Ведение мяча, обводка стоек, удар по воротам	раз	11-12	не менее	
			12-13	-	-
			13-14	10,0	11,0
			14-15	9,5	10,8
				9,0	10,5

Примечание: 1. Для перевода в следующую группу этапа подготовки воспитанники 11 – 13 лет должны выполнить 6 нормативов, воспитанники 14 лет – 7 нормативов, воспитанники 15 лет – 8 нормативов.

2. Удар на дальность - сумма ударов на дальность правой и левой ногой.

3. Удар на точность: воспитанники 13-15 лет - с 17-метровой отметки, 11-12 лет – с 11-метровой отметки (сумма пяти ударов правой и левой ногой) бьют в заданную треть ворот.

4. Вбрасывание набивного мяча производится из положения сидя.

Контрольно-переводные нормативы общей физической и специальной физической подготовки на этапе совершенствования спортивного мастерства

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Возраст	Норматив	
				Юноши	Девушки
1	Бег 15 м с высокого старта	сек		не более	
			16-17	2,35	2,6
			17-18	2,3	2,5
2	Бег 15 м с хода	сек		не более	
			16-17	1,95	2,2
			17-18	1,9	2,1
3	Бег 30 м с высокого старта	сек		не более	
			16-17	4,2	4,5
			17-18	4,2	4,5
4	Бег 30 м с хода	сек		не более	
			16-17	3,95	4,2
			17-18	3,9	4,2
5	Прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги	см		не менее	
			16-17	240	215
			17-18	250	215
6	Тройной прыжок с места отталкиванием двумя ногами и махом обеих рук, с последующим поочередным отталкиванием каждой из ног	см		не менее	
			16-17	730	680
			17-18	750	680
7	Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами	см		не менее	
			16-17	38	27
			17-18	40	27
8	Исходное положение – руки за спиной. Прыжок в высоту одновременным отталкиванием двумя ногами	см		не менее	
			16-17	25	16
			17-18	29	18
9	Бросок набивного мяча весом 1 кг	м		не менее	
			16-17	12	9
			17-18	12	9
10	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу. Коснуться пола пальцами рук. Фиксация положения 2 с	количество раз		не менее	
			16-17	1	
			17-18	1	
11	Бег 30 м с мячом	сек		не более	
			16-17	4,6	5,4
			17-18	4,6	5,2
12	Бег 5х30 м с мячом	сек		не более	
			16-17	25	30
			17-18	25	29
13	Вбрасывание мяча руками	м		не менее	
			16-17	23	14
			17-18	25	15
14	Удар на дальность	м		не менее	
			16-17	85	48
			17-18	90	50

15	Удар на точность	раз	16-17	не менее	
			17-18	7	6
16	Ведение мяча, обводка стоек, удар по воротам	сек	16-17	не более	
			17-18	8,5	9,8
				8,3	9,5

Примечание: 1. Для перевода в следующую группу этапа подготовки воспитанники 16 – 18 лет должны выполнить 8 нормативов.

2. Удар на дальность - сумма ударов на дальность правой и левой ногой.

3. Удар на точность: воспитанники 16-18 лет - с 17-метровой отметки (сумма пяти ударов правой и левой ногой) бьют в половину ворот (на точность, силу).

4. Вбрасывание набивного мяча производится из положения сидя.