

«ПРИНЯТО»:
Педагогическим советом КГАУДО
«СШ «Центр по ледовым видам спорта»

Протокол № 04 от 15.05.2023

«СОГЛАСОВАНО»:
Тренерским советом КГАУДО
«СШ «Центр по ледовым видам спорта»

Протокол № 21 от 03.05.2023

«СОГЛАСОВАНО»:
Методическим советом КГАУДО
«СШ «Центр по ледовым видам спорта»

Протокол № 04 от 17.05.2023

«УТВЕРЖДАЮ»:
Директор КГАУДО
«СШ «Центр по ледовым видам спорта»


Приказ № 188 от 30.06.2023 А.Я. Песегова

ПОЛОЖЕНИЕ
О ТЕКУЩЕМ КОНТРОЛЕ УСПЕВАЕМОСТИ
И ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ
краевого государственного автономного учреждения
дополнительного образования
«Спортивная школа «Центр по ледовым видам спорта»

г. Красноярск
2023год

1. Общие положения

1.1. Настоящее «Положение о текущем контроле успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся краевого государственного автономного учреждения дополнительного образования детей «Спортивная школа «Центр по ледовым видам спорт» (далее - Положение), регламентирует формы, периодичность и порядок текущего контроля успеваемости, а также проведения промежуточной и итоговой аттестации обучающихся в краевом государственном автономного учреждения дополнительного образования детей «Спортивная школа «Центр по ледовым видам спорт» (далее – Учреждение).

1.2. Настоящее Положение разработано в соответствии с Федеральным Законом от 26.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», федеральными стандартами спортивной подготовки, федеральными нормативными актами, дополнительными образовательными программами по видам спорта и Уставом Учреждения.

1.3. Текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация обучающихся осуществляются на основе системы оценок в формах и в порядке, установленных уставом Учреждения, с учетом требований локальных правовых актов.

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

2. Текущий контроль успеваемости

2.1. Текущий контроль успеваемости – оценка качества усвоения содержания разделов программы, выполнения тренировочного задания обучающимся по результатам проверки.

2.2. Текущий контроль успеваемости применяется ко всем обучающимся Учреждения.

2.3. Форму текущего контроля успеваемости выбирает тренер-преподаватель с учетом контингента обучающихся и содержания теоретического материала и тренировочных заданий.

2.4. Избранная форма текущего контроля успеваемости указывается тренером-преподавателем в календарно-тематическом планировании, журнале групповых занятий учреждения.

2.5. Предметом текущего контроля является способность обучающихся решать учебно-тренировочные задачи с использованием средств, соответствующих содержанию соответствующих разделов дополнительной образовательной программы.

2.6. Текущий контроль осуществляется в следующих формах:

- проведение контрольных «срезов» с выставлением, обучающимся индивидуальных текущих отметок успеваемости по результатам выполнения данных заданий в течении каждого месяца по ОФП, СФП, технической подготовке;

2.7. Конкретное время и место проведения контрольных «срезов» устанавливаются тренером-преподавателем по согласованию с заместителем директора школы по спортивной подготовке.

Установленное время и место проведения контрольных «срезов» доводятся тренером-преподавателем до сведения обучающихся не позднее чем за два рабочих дня до намеченной деятельности.

3. Организация промежуточной аттестации

3.1. Целью проведения промежуточной аттестации является определение уровня освоения обучающимися дополнительных образовательных программ по шорт-треку, танцевальному спорту, акробатическому рок-н-роллу и фигурному катанию на коньках после каждого этапа (периода) обучения для перевода на последующий этап (период) обучения.

3.2. Задачи аттестации:

- выполнение в полном объеме дополнительных образовательных программ по указанным выше видам спорта на этапах спортивной подготовки;
- определение уровня подготовленности обучающихся по каждой предметной области дополнительной образовательной программы;
- подготовка обучающихся к выполнению требований ЕВСК для получения и подтверждения спортивных разрядов;
- комплектование сборных команд школы по видам спорта;
- комплектование групп в соответствии с уровнем подготовки обучающихся.

3.3. Программы в Учреждении реализуются поэтапно, с зачислением обучающихся на каждый этап (период) подготовки при условии положительных результатов освоения программ.

3.4. При проведении промежуточной аттестации обучающихся учитываются результаты освоения программы по каждой предметной области.

3.5. В учреждении устанавливаются следующие формы промежуточной аттестации по каждой предметной области дополнительной образовательной программы:

- теория и методика физической культуры и спорта - зачет;
- общая физическая подготовка - сдача контрольно-переводных нормативов;
- избранный вид спорта - выполнение требований, норм и условий их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по избранному виду спорта;

3.6. Промежуточная аттестация осуществляется два раза в год, в сроки, установленными годовым календарным учебным графиком. Для проведения промежуточной аттестации в Учреждении создается комиссия, состав которой утверждается приказом директора. В состав комиссии могут входить: директор, заместитель директора по учебно-воспитательной и спортивной работе, инструктор – методист, тренер-преподаватель.

3.7. Оценка показателей проводится с учетом вида спорта и этапа (периода) обучения (Приложения № 01).

3.8. Итоги промежуточной аттестации обучающихся отражаются в ведомостях сдачи контрольно-переводных нормативов, журналах.

3.9. Перевод обучающихся на последующий этап (период) обучения осуществляется на основании решения педагогического совета.

3.11. Обучающиеся, не подтвердившие требуемые результаты для этапа (периода) обучения, могут быть оставлены на повторное обучение (по решению педагогического совета).

3.12. При решении вопроса о досрочном зачисления обучающихся на другие этапы (периоды) спортивной подготовки, обучающиеся должны выполнить требования к результатам освоения программ соответствующего этапа (периода).

3.13. Промежуточная аттестация на этапе начальной подготовки.

На этапе начальной подготовки при условии положительных результатов сдачи контрольно-переводных экзаменов по общефизической подготовке и отсутствии медицинских противопоказаний для занятий избранным видом спорта;

Обучающийся считается аттестованным на этапе начальной подготовки и может быть переведен на тренировочный этап, при условии:

- выполнения учебной программы в полном объеме;
- выполнения контрольных нормативов данного этапа обучения.

3.14. Промежуточная аттестация на тренировочном этапе.

На тренировочном этапе при условии положительных результатов сдачи контрольно-переводных экзаменов по общефизической, специальной и технической подготовке, итогам выступлений в соревнованиях и при отсутствии медицинских противопоказаний.

Обучающийся тренировочного этапа считается аттестованным, при условии:

- выполнения учебной программы данного этапа обучения в полном объеме;
- выполнения контрольных нормативов по ОФП и СФП данного этапа;

Обучающийся на учебно-тренировочном этапе свыше 2-х лет считается аттестованным и может быть переведен на этап совершенствования спортивного мастерства при условии:

- выполнения учебной программы в полном объеме;
- выполнения звания «Кандидата в мастера спорта России» по избранной спортивной дисциплине.

3.15. Промежуточная аттестация на этапе совершенствования спортивного мастерства.

На этапе совершенствования спортивного мастерства при положительной динамике спортивных достижений, результатам в официальных краевых и всероссийских соревнованиях, проводимых в соответствии с утвержденным календарным планом проведения спортивно-массовых мероприятий; выполнении требований для включения

спортсменов в основной и резервный составы спортивных сборных команд Красноярского края.

Обучающийся этапа совершенствования спортивного мастерства считается аттестованным, при условии:

- подтверждения норматива «Кандидата в мастера спорта России» по избранной спортивной дисциплине (не реже 1 раза в два года).

3.16. Промежуточная аттестация на этапе высшего спортивного мастерства.

На этапе высшего спортивного мастерства при стабильных спортивных достижениях, по результатам участия в официальных краевых и всероссийских соревнованиях, проводимых в соответствии с утвержденным календарным планом проведения спортивно-массовых мероприятий, выполнении требований для включения спортсменов в основной и резервный составы спортивных сборных команд Красноярского края и Российской Федерации.

Обучающийся этапа высшего спортивного мастерства считается аттестованным, при условии:

- стабильно успешных результатов выступлений в официальных и всероссийских и международных спортивных соревнованиях в составах спортивных сборных команд Российской Федерации, субъектов Российской Федерации;
- выполнение требований для включения спортсменов в основной и резервный составы спортивных сборных команд Красноярского края и Российской Федерации.

4. Организация итоговой аттестации

4.1. Освоение дополнительной образовательной программы завершается обязательной итоговой аттестацией.

4.2. При проведении итоговой аттестации обучающихся учитываются результаты освоения Программы по каждой предметной области.

4.3. В учреждении устанавливаются следующие формы итоговой аттестации по каждой предметной области дополнительной образовательной программы:

- теория и методика физической культуры и спорта - зачет;
- общая физическая подготовка - сдача контрольно-переводных экзаменов;
- избранный вид спорта - выполнение требований, норм и условий их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по избранному виду спорта;

4.4. Требования к результатам освоения программ установлены в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки (приложение № 01).

4.5. Для проведения итоговой аттестации создается комиссия, состав которой утверждается приказом директора.

4.6. Выпускникам Учреждения прошедшим итоговую аттестацию, выдается документ установленного образца об освоении программы, заверенный печатью Учреждения.

4.7. Лицам, не завершившим обучение, не прошедшим итоговой аттестации выдается справка установленного образца об обучении в Учреждении.

5. Документация и отчетность

Документами промежуточной и итоговой аттестации являются:

5.1. Протоколы спортивных соревнований.

5.2. Протоколы сдачи контрольно-переводных нормативов

5.3. Решения педагогических советов по зачислению и переводу обучающихся.

5.4. Приказы:

- по присвоению спортивных разрядов;
- по зачислению и переводу обучающихся на последующие этапы обучения.

		Юноши			Девушки		
Контрольные упражнения	Баллы	Этап начальной подготовки (год обучения)					
		1 год	2 год	3 год	1 год	2 год	3 год
Общая физическая подготовка							
Бег, 30 м, с	5	5,9	5,7	6,1	5,9		
	4	6,0	5,8	6,2	6,0		
	3	6,1	5,9	6,3	6,1		
	2	6,2	6,0	6,4	6,2		
Набрать не менее 3 баллов							
Бег, 60 м, с	5	11,3	10,9	11,8	11,4		
	4	11,5	11,1	12,0	11,6		
	3	11,7	11,3	12,2	11,8		
	2	11,9	11,5	12,4	12,0		
Набрать не менее 3 баллов							
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, кол-во раз	5	13	16	8	10		
	4	12	15	7	9		
	3	11	14	6	8		
	2	10	13	5	7		
Набрать не менее 3 баллов							
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи), см	5	+5	+7	+6	+8		
	4	+4	+6	+5	+7		
	3	+3	+5	+4	+6		
	2	+2	+4	+3	+5		
Набрать не менее 3 баллов							
Челночный бег, 3 x 10 м, с	5	9,1	8,8	9,4	9,0		
	4	9,3	9,0	9,6	9,2		
	3	9,5	9,2	9,8	9,4		
	2	9,6	9,3	9,9	9,5		
Набрать не менее 3 баллов							
Прыжки в длину с места толчком двумя ногами, см	5	145	155	135	145		
	4	140	150	130	140		
	3	135	145	125	135		
	2	130	140	120	130		
Набрать не менее 3 баллов							
Набрать не менее 18 баллов по всем видам упражнений							

Специальная физическая подготовка					
Тройной прыжок в длину с места, см	5	495	515	485	505
	4	490	510	480	500
	3	485	505	475	495
	2	480	500	470	490
Набрать не менее 3 баллов					
Прыжок вверх с места со взмахом руками, см	5	23	26	18	20
	4	22	25	17	19
	3	21	24	16	18
	2	20	23	15	17
Набрать не менее 3 баллов					
Бег на 2000 м	5	без учета времени		без учета времени	
Набрать не менее 3 баллов					
Набрать не менее 9 баллов по всем видам упражнений					

Контрольно-переводные нормативы по ОФП, СФП на учебно-тренировочном этапе по дополнительной образовательной программе по виду спорта шорт-трек

Контрольные упражнения	Баллы	Юноши	Девушки
		Этап учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
Общая физическая подготовка			
Бег, 30 м, с	5	5,2	5,5
	4	5,3	5,6
	3	5,4	5,7
	2	5,5	5,8
Набрать не менее 3 баллов			
Бег, 60 м, с	5	10,0	10,5
	4	10,2	10,7
	3	10,3	10,8
	2	10,4	10,9
Набрать не менее 3 баллов			
Бег, 1500 м, с	5	7.40	8.05
	4	7.50	8.15
	3	8.00	8.25
	2	8.05	8.29
Набрать не менее 3 баллов			
Сумма	5	22	24

разгибание рук в упоре лежа на полу, кол-во раз	4	21	12
	3	19	10
	2	18	9
Набрать не менее 3 баллов			
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи), см	5	+8	+9
	4	+7	+8
	3	+6	+7
	2	+5	+6
Набрать не менее 3 баллов			
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами, см	5	175	160
	4	170	155
	3	165	150
	2	160	145
Набрать не менее 3 баллов			
Набрать не менее 18 баллов по всем видам упражнений			
Специальная физическая подготовка			
Тройной прыжок в длину с места, см	5	545	530
	4	540	525
	3	535	520
	2	530	515
Набрать не менее 3 баллов			
Бег на 1000 м	5	-	4.15
	4	-	4.20
	3	-	4.25
	2	-	4.30
Набрать не менее 3 баллов			
Бег на 3000 м	5	12.40	-
	4	12.45	-
	3	12.50	-
	2	13.00	-
Набрать не менее 3 баллов			
Набрать не менее 9 баллов по всем видам упражнений			
Уровень спортивной квалификации			
Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)		Первый юношеский спортивный разряд	Первый юношеский спортивный разряд
		Второй юношеский спортивный разряд	Второй юношеский спортивный разряд
		Третий юношеский	Третий юношеский

		спортивный разряд	спортивный разряд
Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)		Первый спортивный разряд	Первый спортивный разряд
		Второй спортивный разряд	Второй спортивный разряд
		Третий спортивный разряд	Третий спортивный разряд
Выполнение требований квалификации ЕВСК по Конькобежному спорту (дисциплина шорт-трек)			

**Контрольно-переводные нормативы по ОФП, СФП на этапе
спортивного совершенствования по дополнительной образовательной
программе по виду спорта шорт-трек**

Контрольные упражнения	Баллы	Юноши	Девушки
		Этап совершенствования спортивного мастерства	
Общая физическая подготовка			
Бег, 30 м, с	5	4,3	4,6
	4	4,4	4,7
	3	4,5	4,8
	2	4,6	4,9
	1	4,7	5,0
Набрать не менее 3 баллов			
Бег, 60 м, с	5	7,8	9,2
	4	7,9	9,3
	3	8,0	9,4
	2	8,1	9,5
	1	8,2	9,6
Набрать не менее 3 баллов			
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, кол-во раз	5	40	19
	4	39	18
	3	38	17
	2	37	16
	1	36	15
Набрать не менее 3 баллов			
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи), см	5	+15	+19
	4	+14	+18
	3	+13	+17
	2	+12	+16
	1	+11	+15
Набрать не менее 3 баллов			

Прыжок в длину с места толчком двумя ногами, см	5	235	200
	4	230	195
	3	225	190
	2	220	185
	1	215	180
Набрать не менее 3 баллов			
Набрать не менее 18 баллов по всем видам упражнений			
Специальная физическая подготовка			
Бег на 2000 м	5	-	11.20
	4	-	11.25
	3	-	11.30
	2	-	11.35
	1	-	11.40
Бег на 3000 м	5	12.30	-
	4	12.35	-
	3	12.40	-
	2	12.45	-
	1	12.50	-
Набрать не менее 3 баллов по разделу «Специальная физическая подготовка»			
Уровень спортивной квалификации			
Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»			

Контрольно-переводные нормативы по ОФП, СФП 1-3го года обучения на этапе начальной подготовки по дополнительной образовательной программе по виду спорта фигурное катание на коньках

Контрольные упражнения	Баллы	Юноши			Девушки		
		Этап начальной подготовки (год обучения)					
		1 год	2 год	3 год	1 год	2 год	3 год
Общая физическая подготовка							
Бег, 30 м, с	5	7,2	6,9	6,6	7,4	7,2	6,9
	4	7,4	7,1	6,8	7,6	7,3	7,0
	3	7,8	7,2	6,9	7,8	7,4	7,1
	2	8,0	7,3	7,0	8,0	7,5	7,2
Набрать не менее 3 баллов							
Челночный бег, 3 x 10 м, с	5	9,6	8,5	8,2	9,8	8.6	8.4
	4	9,8	8,8	8.5	9,9	9,0	8.6
	3	9,9	9,0	8.8	10,0	9,5	9,0

	2	10,0	9,5	9,0	10,1	10,0	9,3
Набрать не менее 3 баллов							
Прыжки в длину с места, см	5	135	150	165	130	145	160
	4	130	140	160	125	130	155
	3	125	130	155	120	125	150
	2	120	125	150	115	120	145
Набрать не менее 3 баллов							
Прыжок вверх с места, см	5	24	32	37	22	30	35
	4	23	30	34	21	26	30
	3	22	25	30	20	22	25
	2	21	20	25	19	20	23
Набрать не менее 3 баллов							
Подъем туловища, кол-во раз в 30сек	5	22	25	27	20	23	25
	4	20	23	25	15	20	22
	3	15	20	20	10	15	18
	2	10	15	15	8	10	15
Набрать не менее 3 баллов							
Отжимания, кол-во раз в 30сек.	5	11	13	15	7	8	9
	4	10	12	14	6	7	8
	3	9	10	13	5	6	7
	2	8	8	12	4	5	6
Набрать не менее 3 баллов							
Набрать не менее 18 баллов по всем видам упражнений							
Специальная физическая подготовка							
Прыжки на скакалке на 2 ногах, кол-во раз в мин	5	120	130	135	120	130	135
	4	115	125	130	115	125	130
	3	110	120	125	110	120	125
	2	100	110	120	100	110	120
Набрать не менее 3 баллов							
Прыжки на скакалке на 1 ноге, кол-во раз в мин	5	40	60	80	40	60	80
	4	30	50	60	30	50	60
	3	20	30	40	20	30	40
	2	10	15	20	10	15	20
Набрать не менее 3 баллов							
Выкрут с палкой, см (хват не более 55 см)	5	39 и меньше	35 и меньше	35 и меньше	39 и меньше	30 и меньше	25 и меньше
	4	40-50	36-45	36-45	40-50	31-36	26-35

	3	50-60	46-55	46-55	50-60	37-45	36-45
	2	61 и больше	56-65	56-65	61 и больше	46-50	46-55
Набрать не менее 3 баллов							
Набрать не менее 9 баллов по всем видам упражнений							

**Контрольно-переводные нормативы по ОФП, СФП по годам
обучения на учебно-тренировочном этапе и этапе спортивного
совершенствования по дополнительной образовательной программе по
виду спорта фигурное катание на коньках**

Контрольные упражнения	Баллы	Юноши					Девушки				
		Год обучения									
		1-й	2-3-й	4-5-й	1-й	2-3-й	1-й	2-3-й	4-5-й	1-й	2-3-й
		УТЭ			ЭССМ		УТЭ			ЭССМ	
Бег 30 м, с	5	5,7	5,3-5,6	4,7-5,0	4,7	4,5	5,9	5,6-5,8	5,1-5,3	5,0	4,9
	4	5,8-6,2	5,4-6,1	4,8-5,5	4,8-5,4	4,6-5,2	6,0-6,4	5,7-6,3	5,4-6,1	5,1-5,8	5,0-5,5
	3	6,3-6,7	6,2-6,6	5,6-6,0	5,5-5,8	5,3-5,7	6,5-6,9	6,4-6,8	6,2-6,6	5,9-6,3	5,6-6,0
	2	6,8-7,2	6,7-7,1	6,1-6,5	5,9-6,4	5,8-6,2	7,0-7,4	6,9-7,3	6,7-7,1	6,4-6,8	6,1-6,5
Челночный бег 3x10 м, с	5	7,8	7,7	7,5	7,3	7,0	8,1	8,0	7,7	7,5	7,1
	4	7,9-8,4	7,8-8,3	7,6-8,0	7,4-7,8	7,1-7,5	8,2-8,7	8,1-8,6	7,8-8,2	7,6-8,0	7,2-7,7
	3	8,5-9,0	8,4-8,9	8,1-8,5	7,9-8,3	7,6-8,3	8,8-9,3	8,7-9,2	8,3-8,7	8,1-8,5	7,8-8,3
	2	9,1-9,6	9,0-9,5	8,6-9,2	8,4-8,8	8,4-8,8	9,4-9,9	9,3-9,8	8,8-9,2	8,6-9,0	8,4-8,9
	1	9,7	9,6	9,3	8,9	8,9	10	9,9	9,3	9,1	9,0

[illegible]

руками из-за головы, см	4	316-365	351-395	391-435	438-485	486-535	241-270	271-300	321-360	351-380	401-430
	3	261-315	306-350	346-390	386-435	436-485	211-240	241-270	281-320	311-350	371-400
	2	211-260	261-305	301-346	336-385	386-435	181-210	211-240	241-280	271-310	341-370

Набрать не менее 3 баллов за каждое упражнение

Специальная физическая подготовка

Прыжки на скакалке на 2-х ногах, кол-во раз в мин	5	160	170	180	190	210	160	170	180	190	200
	4	140	160	170	180	190	140	160	170	180	190
	3	130	150	160	170	180	130	150	160	170	180
	2	120	140	150	160	170	120	140	150	160	170
Прыжки на скакалке на 1 ноге, кол-во раз в мин	5	80	85	90	95	105	80	85	90	95	100
	4	70	80	85	90	85	70	80	85	90	95
	3	65	75	80	85	90	65	75	80	85	90
	2	60	70	75	80	85	60	70	75	80	85

Прыжки на скакалке оцениваются отдельно на каждой ноге

Набрать не менее 9 баллов

Набрать не менее 3 баллов за каждое упражнение

Контрольно-переводные нормативы по хореографической подготовке по дополнительной образовательной программе по виду спорта фигурное катание на коньках

Название групп	Хореография
ГНП 1-3 год обучения	Получить зачёт по хореографической подготовке
УТГ 1-5 год обучения	Получить зачёт по хореографической подготовке
ГСС 1-3 год обучения	Получить зачёт по хореографической подготовке
ВСМ весь период	Получить зачёт по хореографической подготовке

Контрольно-переводные нормативы по ОФП, СФП, технической подготовке обучения на этапе начальной подготовки по дополнительной образовательной программе по виду спорта танцевальный спорт

Контрольные упражнения	Зачет/ не зачет	Юноши	Девушки
		1 год	1 год
Общая и специальная физическая подготовка			
Бег на 30 м.	зачет	Не более 6,9 с	Не более 7,1 с
	не зачет	Больше 6,9 с	Больше 7,1 с
зачет/не зачет			
Прыжки в длину с места (см.)	зачет	110 и более	105 и более
	не зачет	Менее 110	Менее 105
зачет/не зачет			
И.П.- стойка ноги вместе, руки вверху, в замке.Отведение рук назад	зачет	Не менее 15°	Не менее 30°
	не зачет	Меньше 15°	Меньше 30°
зачет/не зачет			
Равновесие на одной ноге, б/о согнута в сторону, стопа прижата к колену опорной ноги, руки в стороны.	зачет	Удержание положения в течении 4 с	Удержание положения в течении 5 с
	не зачет	Меньше 4 с	Меньше 5 с
зачет/не зачет			
Подъем туловища, лежа на спине	зачет	7 и больше	5 и больше
	не зачет	Менее 7	Менее 5
зачет/не зачет			

Контрольные упражнения	Баллы	Юноши	Девушки
Технико - тактическое мастерство Танцевальная подготовка			
Медленный вальс Закрытые перемены – Закрытая перемена с ПН (из натурального поворота в реверсивный) – Закрытая перемена с ЛН (из реверсивного поворота в натуральный)	5	Хорошая форма, большая амплитуда движения, правильная работа стопы	Хорошая форма, большая амплитуда движения, правильная работа стопы
	4	Хорошая форма, маленькая амплитуда работы опорных ног, правильная работа стопы	Хорошая форма, маленькая амплитуда работы опорных ног, правильная работа стопы

	3	Плохая форма, фигуры выполнены практически на прямых ногах, не правильная работа стопы. Правильно выполненные шаги, соблюдены все направления	Плохая форма, фигуры выполнены практически на прямых ногах, не правильная работа стопы. Правильно выполненные шаги, соблюдены все направления
Набрать не менее 4 баллов			
Ча-ча-ча Ча-ча-ча шассе и альтернативные движения: – Шассе в сторону – вправо и влево – Компактное шассе – Лок вперед с ПН и с ЛН – Лок назад с ЛН и с ПН – Ронд шассе – Твист шассе (Хип твист шассе) Слип шассе (Слип-клоус шассе)	5	Хорошая форма, выключение колен на каждом шаге, правильная работа стоп, ритмичное исполнение	Хорошая форма, выключение колен на каждом шаге, правильная работа стоп, ритмичное исполнение
	4	Хорошая форма, выключение колен на каждом шаге, правильная работа стоп, но не ритмичное исполнение	Хорошая форма, выключение колен на каждом шаге, правильная работа стоп, но не ритмичное исполнение
	3	Полусогнутые ноги, не корректная работа стоп, не ритмичное исполнение	Полусогнутые ноги, не корректная работа стоп, не ритмичное исполнение
Набрать не менее 4 баллов			

Набрать не менее 8 баллов

**Контрольно-переводные нормативы
по ОФП, СФП и технической подготовке на учебно-тренировочном
этапе по дополнительной образовательной программе по виду спорта
танцевальный спорт**

Контрольные упражнения	Зачет/ не зачет	Юноши	Девушки
		1 год	1 год
Прыжки с вращением скакалки вперед (за минуту)	зачет	70 и более	70 и более
	не зачет	69 и менее	69 и менее
зачет / не зачет			
Челночный бег 3x10м	зачет	9,3 и менее	9,5 и менее
	не зачет	9,4 и более	9,6 и более
зачет / не зачет			
Прыжки в длину с места (см.)	зачет	140 и более	130 и более
	не зачет	139 и менее	129 и менее

зачет / не зачет			
Подъем туловища (количество раз в мин.)	зачет	35 и более	35 и более
	не зачет	34 и менее	34 и менее
зачет / не зачет			
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	зачет	13 и более	7 и более
	не зачет	12 и менее	6 и менее
зачет / не зачет			
Медленный вальс Natural Spin Turn (Натуральный спин поворот)	5	Хорошая форма, большая амплитуда движения, постоянный контакт в паре.	Хорошая форма, большая амплитуда движения, правильная работа головы, постоянный контакт в паре.
	4	Маленькая амплитуда работы опорных ног, потеря контакта на вращении	Маленькая амплитуда работы опорных ног, потеря контакта на вращении
	3	Плохая форма, фигуры выполнены практически на прямых ногах. Правильно выполненные шаги, соблюдены все направления	Плохая форма, фигуры выполнены практически на прямых ногах. Правильно выполненные шаги, соблюдены все направления
Набрать не менее 4 баллов			
Танго Closed Promenade (Закрытый променад)	5	Хорошая форма, ритмичное исполнение, на одном уровне, постоянный контакт в паре.	Хорошая форма, ритмичное исполнение, на одном уровне, постоянный контакт в паре.
	4	Хорошая форма, ритмичное исполнение, но не на одном уровне	Хорошая форма, ритмичное исполнение, но не на одном уровне
	3	Плохая форма, не ритмичное исполнение. Правильно выполненные шаги, соблюдены все направления	Плохая форма, не ритмичное исполнение. Правильно выполненные шаги, соблюдены все направления

Набрать не менее 4 баллов			
Венский Вальс Natural Turn (Натуральный поворот)	5	Хорошая форма, большая амплитуда движения, постоянный контакт в паре, движение без скачков.	Хорошая форма, большая амплитуда движения, постоянный контакт в паре, движение без скачков.
	4	Маленькая амплитуда работы опорных ног, постоянный контакт в паре, присутствие скачков при сборе ног на счет 3.	Маленькая амплитуда работы опорных ног, постоянный контакт в паре, присутствие скачков при сборе ног на счет 3.
	3	Плохая форма, фигуры выполнены практически на прямых ногах. Правильно выполненные шаги, соблюдены все направления	Плохая форма, фигуры выполнены практически на прямых ногах. Правильно выполненные шаги, соблюдены все направления
Набрать не менее 4 баллов			
Джайв Basic in Place (Основное движение на месте)	5	Правильная постановка корпуса, ритмичное исполнение, сильный взъем	Правильная постановка корпуса, ритмичное исполнение, сильный взъем
	4	Правильная постановка корпуса, ритмичное исполнение, но слабые стопы	Правильная постановка корпуса, ритмичное исполнение, но слабые стопы
	3	Правильная постановка корпуса, но не ритмичное исполнение и слабые стопы	Правильная постановка корпуса, но не ритмичное исполнение и слабые стопы
Набрать не менее 4 баллов			

Ча-ча-ча Spot Turn (Switch Turn) to Left or to Right (Поворот на месте (Поворот- переключение) влево и вправо)	5	Хорошая форма, выключение колен на каждом шаге, правильная работа стоп, высокая скорость на сменах направления	Хорошая форма, выключение колен на каждом шаге, правильная работа стоп, высокая скорость на сменах направления
	4	Хорошая форма, выключение колен на каждом шаге, правильная работа стоп, но низкая скорость на сменах направления	Хорошая форма, выключение колен на каждом шаге, правильная работа стоп, но низкая скорость на сменах направления
	3	Полусогнутые ноги, не корректная работа стоп, низкая скорость на сменах направления	Полусогнутые ноги, не корректная работа стоп, низкая скорость на сменах направления
Набрать не менее 4 баллов			
Самба Samba Walks in PP (Promenade Samba Walks) (Самба ход в ПП (Променадный самба ход))	5	Хорошая форма, сгибание опорных ног на каждый целый удар, ритмичное исполнение, высокая скорость выноса свободной ноги.	Хорошая форма, сгибание опорных ног на каждый целый удар, ритмичное исполнение высокая скорость выноса свободной ноги.
	4	Хорошая форма, сгибание опорных ног на каждый целый удар, ритмичное исполнение, но низкая скорость выноса свободной ноги.	Хорошая форма, сгибание опорных ног на каждый целый удар, ритмичное исполнение, но низкая скорость выноса свободной ноги.

	3	Маленькая амплитуда сгибания опорных ног, не ритмичное исполнение, низкая скорость выноса свободной ноги.	Маленькая амплитуда сгибания опорных ног, не ритмичное исполнение, низкая скорость выноса свободной ноги.
Набрать не менее 4 баллов			

Набрать не менее 24 баллов

**Контрольно-переводные нормативы
по ОФП, СФП и технической подготовке на этапе
совершенствования спортивного мастерства по дополнительной
образовательной программе по виду спорта танцевальный спорт**

Контрольные упражнения	зачет/ не зачет	Юноши	Девушки
		1 год	1 год
Прыжки с вращением скакалки вперед (за минуту)	зачет	160 и более	150 и более
	не зачет	159 и менее	149 и менее
зачет / не зачет			
Бег на 60 м	зачет	8,2 и менее	9,6 и менее
	не зачет	8,3 и более	9,7 и более
зачет / не зачет			
Прыжки в длину с места (см.)	зачет	215 и более	180 и более
	не зачет	214 и менее	179 и менее
зачет / не зачет			
Подъем туловища (количество раз в мин.)	зачет	49 и более	47 и более
	не зачет	48 и менее	46 и менее
зачет / не зачет			
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	зачет	36 и более	15 и более
	не зачет	37 и менее	14 и менее
зачет / не зачет			
Медленный вальс Running Spin Turn (Бегущий спин поворот)	5	Хорошая форма, большая амплитуда движения, постоянный контакт в паре.	Хорошая форма, большая амплитуда движения, правильная работа головы, постоянный контакт в паре.
	4	Маленькая амплитуда работы опорных ног, не постоянный контакт в паре	Маленькая амплитуда работы опорных ног, не постоянный контакт в паре

	3	Плохая форма, фигуры выполнены практически на прямых ногах. Правильно выполненные шаги, соблюдены все направления	Плохая форма, фигуры выполнены практически на прямых ногах. Правильно выполненные шаги, соблюдены все направления
Набрать не менее 4 баллов			
Танго Open Natural Turn (Passing Natural Turn) (Открытый натуральный поворот (Проходящий натуральный поворот))	5	Хорошая форма, ритмичное исполнение, на одном уровне, постоянный контакт в паре.	Хорошая форма, ритмичное исполнение, на одном уровне, постоянный контакт в паре.
	4	Хорошая форма, ритмичное исполнение, но не на одном уровне	Хорошая форма, ритмичное исполнение, но не на одном уровне
	3	Плохая форма, не ритмичное исполнение. Правильно выполненные шаги, соблюдены все направления	Плохая форма, не ритмичное исполнение. Правильно выполненные шаги, соблюдены все направления
Набрать не менее 4 баллов			
Квикстеп Running Cross Chasse (Бегущее кросс шассе)	5	Хорошая форма, большая амплитуда движения, постоянный контакт в паре.	Хорошая форма, большая амплитуда движения, постоянный контакт в паре.
	4	Маленькая амплитуда работы опорных ног, не постоянный контакт	Маленькая амплитуда работы опорных ног, не постоянный контакт
	3	Плохая форма, фигуры выполнены практически на прямых ногах. Правильно выполненные шаги, соблюдены все направления	Плохая форма, фигуры выполнены практически на прямых ногах. Правильно выполненные шаги, соблюдены все направления
Набрать не менее 4 баллов			

Румба Three Alemanas (Триалеманы)	5	Правильная постановка корпуса, ритмичное исполнение, высокая скорость на сменах направления	Правильная постановка корпуса, ритмичное исполнение, высокая скорость на повороте
	4	Правильная постановка корпуса, ритмичное исполнение, но медленные смены направления	Правильная постановка корпуса, ритмичное исполнение, но медленный поворот
	3	Правильная постановка корпуса, но не ритмичное исполнение и слабые стопы	Правильная постановка корпуса, но не ритмичное исполнение и слабые стопы
Набрать не менее 4 баллов			
Ча-ча-ча Rope Spinning (Роуп спиннинг)	5	Хорошая форма, выключение колен на каждом шаге, правильная работа стоп, правильное ведение	Хорошая форма, выключение колен на каждом шаге, правильная работа стоп, высокая скорость на сменах направления
	4	Хорошая форма, выключение колен на каждом шаге, правильная работа стоп, но не корректное ведение партнерши	Хорошая форма, выключение колен на каждом шаге, правильная работа стоп, но низкая скорость на сменах направления
	3	Полусогнутые ноги, не корректная работа стоп, отсутствие ведения	Полусогнутые ноги, не корректная работа стоп, низкая скорость на сменах направления
Набрать не менее 4 баллов			
Самба Shadow Travelling Volta (Вольта в продвижении в теневой позиции)	5	Хорошая форма, корректная работа опорных ног, ритмичное исполнение	Хорошая форма, корректная работа опорных ног, ритмичное исполнение

	4	Хорошая форма, корректная работа опорных ног, но не ритмичное исполнение	Хорошая форма, корректная работа опорных ног, но не ритмичное исполнение
	3	Хорошая форма, но не корректная работа опорных ног и не ритмичное исполнение	Хорошая форма, но не корректная работа опорных ног и не ритмичное исполнение
Набрать не менее 4 баллов			

Набрать не менее 24 баллов

**Контрольно-переводные нормативы
по ОФП, СФП и технической подготовке на этапе высшего
спортивного мастерства по дополнительной образовательной программе
по виду спорта танцевальный спорт**

Контрольные упражнения	зачет/ не зачет	Юноши	Девушки
Прыжки с вращением скакалки вперед (1мин)	зачет	180 и более	170 и более
	не зачет	179 и менее	169 и менее
зачет / не зачет			
Бег на 100 м	зачет	13,4 и менее	16,0 и менее
	не зачет	13,5 и более	16,1и более
зачет / не зачет			
Прыжки в длину с места (см.)	зачет	230 и более	185 и более
	не зачет	229 и менее	184 и менее
зачет / не зачет			
Подъем туловища (количество раз в мин.)	зачет	50 и более	47 и более
	не зачет	49 и менее	46 и менее
зачет / не зачет			
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	зачет	42 и более	16 и более
	не зачет	41 и менее	15 и менее
зачет / не зачет			
Медленный вальс Passing Natural Turn (Проходящий натуральный поворот)	5	Хорошая форма, большая амплитуда движения, постоянный контакт в паре.	Хорошая форма, большая амплитуда движения, правильная работа головы, постоянный контакт в паре.

	4	Маленькая амплитуда работы опорных ног, не постоянный контакт в паре	Маленькая амплитуда работы опорных ног, , не постоянный контакт в паре
	3	Плохая форма, фигуры выполнены практически на прямых ногах. Правильно выполненные шаги, соблюдены все направления	Плохая форма, фигуры выполнены практически на прямых ногах. Правильно выполненные шаги, соблюдены все направления
Набрать не менее 4 баллов			
Танго Reverse Pivot (Реверсивный пивот)	5	Хорошая форма, ритмичное исполнение, на одном уровне, постоянный контакт в паре.	Хорошая форма, ритмичное исполнение, на одном уровне, постоянный контакт в паре.
	4	Хорошая форма, ритмичное исполнение, но не на одном уровне	Хорошая форма, ритмичное исполнение, но не на одном уровне
	3	Плохая форма, не ритмичное исполнение. Правильно выполненные шаги, соблюдены все направления	Плохая форма, не ритмичное исполнение. Правильно выполненные шаги, соблюдены все направления
Набрать не менее 4 баллов			
Квикстеп Open Natural Turn from PP (Открытый натуральный поворот из ПП)	5	Хорошая форма, большая амплитуда движения, постоянный контакт в паре.	Хорошая форма, большая амплитуда движения, постоянный контакт в паре.
	4	Маленькая амплитуда работы опорных ног, не постоянный контакт	Маленькая амплитуда работы опорных ног, не постоянный контакт

	3	Плохая форма, фигуры выполнены практически на прямых ногах. Правильно выполненные шаги, соблюдены все направления	Плохая форма, фигуры выполнены практически на прямых ногах. Правильно выполненные шаги, соблюдены все направления
Набрать не менее 4 баллов			
Румба Advanced Hip Twist (Усложненный хип твист)	5	Правильная постановка корпуса, ритмичное исполнение, высокая скорость на сменах направления	Правильная постановка корпуса, ритмичное исполнение, высокая скорость на повороте
	4	Правильная постановка корпуса, ритмичное исполнение, но медленные смены направления	Правильная постановка корпуса, ритмичное исполнение, но медленный поворот
	3	Правильная постановка корпуса, но не ритмичное исполнение и слабые стопы	Правильная постановка корпуса, но не ритмичное исполнение и слабые стопы
Набрать не менее 4 баллов			
Ча-ча-ча Follow My Leader (Следуй за мной)	5	Хорошая форма, выключение колен на каждом шаге, правильная работа стоп, ритмичное исполнение	Хорошая форма, выключение колен на каждом шаге, правильная работа стоп, ритмичное исполнение
	4	Хорошая форма, выключение колен на каждом шаге, правильная работа стоп, но не ритмичное исполнение	Хорошая форма, выключение колен на каждом шаге, правильная работа стоп, но не ритмичное исполнение
	3	Полусогнутые ноги, не корректная работа стоп, отсутствие ведения, не ритмичное исполнение	Полусогнутые ноги, не корректная работа стоп, отсутствие ведения, не ритмичное исполнение
Набрать не менее 4 баллов			

Самба Cruzados Locks in Shadow Position (Крузадо локи в теневой позиции)	5	Хорошая форма, корректная работа опорных ног, правильное ведение партнерши, ритмичное исполнение	Хорошая форма, корректная работа опорных ног, следует за партнером, ритмичное исполнение
	4	Хорошая форма, корректная работа опорных ног, правильное ведение партнерши, но не ритмичное исполнение	Хорошая форма, корректная работа опорных ног, следует за партнером, но не ритмичное исполнение
	3	Хорошая форма, но не корректная работа опорных ног и не ритмичное исполнение	Хорошая форма, но не корректная работа опорных ног и не ритмичное исполнение
Набрать не менее 4 баллов			

Набрать не менее 24 баллов

**Контрольно-переводные нормативы
по ОФП, СФП, технической подготовке обучения на этапе
начальной подготовки по дополнительной образовательной программе
по виду спорта акробатический рок-н-ролл**

№ п/ п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальч ики	девоч ки	мальч ики	дево чки
1. Нормативы общей физической подготовки						
1.1	Бег 20 м	с	не более		не более	
			4,7	5,0	4,6	4,9
1.2	Челночный бег 3×10 м	с	не более		не более	
			16,0		15,0	
1.3	Бег непрерывный в свободном темпе	мин	не менее		не менее	
			5	4	5	4
1.4	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее	
			110	105	120	115
1.5	Прыжок в высоту с места толчком двумя ногами	с	не менее		не менее	
			20	15	20	15
1.6	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			7	4	10	6
1.7	И.П. – лежа на спине. Ноги	количество	не менее		не менее	

	согнуты в коленях на ширине плеч, руки согнуты и сжаты в замок за головой. Подъем туловища до касания бедер с возвратом в И.П.	о раз	8	7	8	7
2. Нормативы специальной физической подготовки						
2.1	И.П. – стойка на одной ноге, другая согнута в колене и поднята вперед до прямого угла, руки подняты вверх. Удерживание равновесия	с	не менее		не менее	
			5,0		5,0	
2.2	Наклон вперед из положения сидя, ноги вместе, колени выпрямленные. Фиксация положения.	с	не менее		не менее	
			5,0		5,0	

**Контрольно-переводные нормативы
по ОФП, СФП, технической подготовке обучения на учебно-тренировочном этапе по дополнительной образовательной программе по
виду спорта акробатический рок-н-ролл**

№ п/ п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юно ши	девуш ки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1	Бег на 20 м	с	не более	
			4,5	4,8
1.2	Челночный бег 3×10 м	с	не более	
			13,0	13,5
1.3	Бег непрерывный в свободном темпе	мин	не менее	
			12	10
1.4	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			130	120
1.5	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количеств о раз	не менее	
			6	3
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1	И.П. – стойка на одной ноге, другая согнута в колене и поднята вперед до прямого угла, руки подняты вверх. Удерживание равновесия	с	не менее	
			10,0	
2.2	И.П. – лежа на спине. Руки и ноги на ширине плеч, выгнуть спину назад с опорой на ладони и стопы. Отклонение плеч от вертикали на более 45° (упражнение мост). Фиксация положения	с	не менее	
			10,0	
2.3	Сгибание и разгибание рук из положения в упоре на параллельных скамейках	количеств о раз	не менее	
			15	10

2.4	И.П. – лежа на спине. Ноги согнуты в коленях на ширине плеч, руки согнуты и сжаты в замок за головой. Подъем туловища до касания бедер с возвратом в И.П. в течение 30 с	количество раз	не менее 15
3.Уровень спортивной квалификации			
3.1	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	Третий-первый юношеский спортивный разряды	
3.2	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)	Третий-первый спортивный разряды	

**Контрольно-переводные нормативы
по ОФП, СФП, технической подготовке обучения на этапе
совершенствования спортивного мастерства по дополнительной
образовательной программе по виду спорта акробатический рок-н-ролл**

№ п/ п	Упражнения	Единица измерени я	Норматив	
			Юно ши	Девуш ки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1	Бег на 20 м	с	не более	
			3,8	4,4
1.2	Бег непрерывный в свободном темпе	мин	не менее	
			15	12
1.3	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			180	165
1.4	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количест во раз	не менее	
			10	6
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1	Подъем ног до угла 90° из виса на гимнастической стенке	количест во раз	не менее	
			13	8
2.2	Подъем ног до угла 90° из положения в упоре на гимнастических стояках. Фиксация положения.	с	не менее	
			5,0	
3.Уровень спортивной квалификации				
3.1	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»			

**Контрольно-переводные нормативы
по ОФП, СФП, технической подготовке обучения на этапе
высшего спортивного мастерства по дополнительной образовательной
программе по виду спорта акробатический рок-н-ролл**

№ п/ п	Упражнения	Единица измерен ия	Норматив	
			Юно ши	Девуш ки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1	Бег на 20 м	с	не более	

			3,6	4,3
1.2	Бег непрерывный в свободном темпе	мин	не менее	
			20	15
1.3	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			215	180
1.4	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количес тво раз	не менее	
			15	10
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1	Подъем ног до угла 90° из виса на гимнастической стенке	количес тво раз	не менее	
			15	10
2.2	Подъем ног до угла 90° из положения в упоре на гимнастических стоялках. Фиксация положения	с	не менее	
			8,0	
3.Уровень спортивной квалификации				
3.1	Спортивное звание «мастер спорта»			

Техническое мастерство – техника рук и ног – принимается в обязательном порядке в группах тренировочного этапа и не требуется, но принимается на усмотрение тренеров спортивной школы (для проведения текущего среза успеваемости, в рамках подготовки к соревнованиям – в группах начальной подготовки).

Вид техники	Баллы	Пояснение
Техника ног	5	исполнение основного хода в музыку, высота броска не ниже 90°, 9 касаний пола стопами на пружинке, ровная спина и натянутые стопы
	4	исполнение основного хода в музыку, незначительное снижение высоты броска, не достаточный подъем колена на 5иб, включение спины в работу ног
	3	танцевание с выпадением из музыки при правильной технике исполнения основного хода/ недостаточная высота броска и колена на 5иб, неверная траектория броска, включение спины в работу ног
	2	танцевание с выпадением из музыки при правильной технике исполнения основного хода, недостаточная высота броска и колена на 5иб, неверная траектория броска, включение спины в работу ног
	1	танцевание с выпадением из музыки при правильной технике исполнения основного хода, недостаточная высота броска и колена на 5иб, неверная траектория броска, включение спины в работу ног, отсутствие 9 касаний стопой пола на основном ходе или полное отсутствие пружинки
Техника рук	5	движение рук в музыку, присутствует резкость и плавность движения рук, ровная спина
	4	движение рук в музыку, присутствует резкость движения рук, ровная спина

	3	движение рук с выпадением из музыки, присутствует резкость, включение спины в работу рук
	2	движение рук с выпадением из музыки, отсутствие резкости движений, включение спины в работу рук
	1	движение рук с выпадением из музыки, отсутствие правильной траектории движения рук, включение спины в работу рук