

Порядок
работы приемной комиссии по зачислению граждан для обучения по
дополнительным образовательным программам спортивной подготовки на
этапе начальной подготовки

1. Общие положения

1.1. Настоящий регламент определяет сроки и порядок приема граждан на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки в Государственное автономное учреждение дополнительного образования Рязанской области «Спортивная школа олимпийского резерва «Академия единоборств» (далее – прием).

1.2. Прием поступающих осуществляется в соответствии с частью 3 статьи 34.1 Федерального закона от 04.12.2007 № 329 ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», Приказом Минспорта России от «27» января 2023 г. № 57 «Об утверждении порядка приема на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки», Федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта, Порядком приема лиц на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки в ГАУ ДО РО «СШОР «Академия единоборств» утвержденным приказом ГАУ ДО РО «СШОР «Академия единоборств» от 08.07.2025 г. № 112, Уставом ГАУ ДО РО «СШОР «Академия единоборств».

1.3. Прием осуществляется на основании результатов индивидуального отбора поступающих для освоения дополнительных образовательных программ спортивной подготовки.

1.4. Индивидуальный отбор заключается в выявлении у поступающих их физических и двигательных умений, необходимых для освоения соответствующих программ спортивной подготовки. Для проведения индивидуального отбора учреждение проводит тестирование.

1.5. Прием на программы физической подготовки с элементами вида спорта (занятия на платной основе) осуществляется на основании анализа индивидуальных морфофункциональных, антропометрических и физических показателей. Индивидуальный отбор на программы физической подготовки осуществляется на основании предварительных просмотров и консультаций.

1.6. К индивидуальному отбору на этап начальной подготовки допускаются лица, не имеющие медицинских противопоказаний и достигшие установленного возраста в календарный год зачисления:

- по виду спорта «художественная гимнастика» – 6 лет;
- по виду спорта «тхэквондо» – 7 лет;
- по виду спорта «дзюдо» – 7 лет;
- по виду спорта «самбо» – 7 лет;

по виду спорта «спортивная борьба» – 7 лет;
по виду спорта «бокс» – 9 лет.
по виду спорта «практическая стрельба» – 11 лет;

1.7. К индивидуальному отбору на программы физической подготовки с элементами вида спорта допускаются лица, не имеющие медицинских противопоказаний и достигшие установленного возраста в календарный год зачисления:

по виду спорта «художественная гимнастика» – 4 года;
по виду спорта «спортивная борьба» – 4 года;
по виду спорта «тхэквондо» – 4 года;
по виду спорта «дзюдо» – 5 лет;
по виду спорта «самбо» – 5 лет.

2. Количество мест для зачисления в 2025 году:

2.1. Количество бюджетных мест по реализуемым дополнительным образовательным программам спортивной подготовки, определенных учредителем в соответствии с государственным заданием на оказание государственных услуг по спортивной подготовке на этапе начальной подготовки первого года обучения:

по виду спорта «бокс» – 40 человек;
по виду спорта «дзюдо» – 50 человек;
по виду спорта «практическая стрельба» – 0 человек;
по виду спорта «самбо» – 55 человек;
по виду спорта «спортивная борьба» – 10 человек;
по виду спорта «тхэквондо» – 0 человек;
по виду спорта «художественная гимнастика» – 20 человек.

2.2. Количество мест для приема занимающихся на программы физической подготовки с элементами вида спорта (занятия на платной основе):

по виду спорта «дзюдо» – 30 человек;
по виду спорта «самбо» – 30 человек;
по виду спорта «спортивная борьба» – 20 человек;
по виду спорта «тхэквондо» – 20 человек;
по виду спорта «художественная гимнастика» – 40 человек.

3. Сроки приема документов, необходимых для зачисления в ГАУ ДО РО «СШОР «Академия единоборств» с 15 августа по 30 сентября текущего года.

4. Требования, предъявляемые к уровню физических способностей и двигательных умений поступающих.

Нормативы общей физической подготовки и специальной физической подготовки для зачисления на этап начальной подготовки по виду спорта «бокс»

Нормативы общей физической подготовки для возрастной группы 9-10 лет

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	мальчики	девочки
1.	Бег на 30 м	с	не более	
			6,2	6,4
2.	Бег на 1000 м	мин, с	не более	
			6.10	6.30
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			10	5
4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+2	+3
5.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			9,6	9,9
6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			130	120
7.	Метание мяча весом 150 г	м	не менее	
			19	13

Нормативы общей физической подготовки для возрастной группы 11-12 лет

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	мальчики	девочки
1.	Бег на 60 м	с	не более	
			10,9	11,3
2.	Бег на 1500 м	с, мин	не более	
			8.20	8.55
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			13	7
4.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			3	-
5.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			-	9
6.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+3	+4
7.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			9,0	10,4
8.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			150	135

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	мальчики	девочки
			не менее	
9.	Метание мяча весом 150 г	м	24	16

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для зачисления и перевода на этап начальной подготовки
по виду спорта «дзюдо»**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки для возрастной группы 7 лет				
1.1.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			2	1
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			4	3
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+1	+2
1.4.	Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м	количество попаданий	не менее	
			2	1
2. Нормативы общей физической подготовки для возрастной группы 8 лет				
2.1.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			3	2
2.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			6	5
2.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+2	+3
2.4.	Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м	количество попаданий	не менее	
			3	2
3. Нормативы общей физической подготовки для возрастной группы 9 лет				
3.1.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			5	4
3.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			8	7
3.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+3	+4
4. Нормативы общей физической подготовки для возрастной группы 10 лет и старше				
4.1.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			7	6
4.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			10	9
4.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+4	+5
5. Нормативы специальной физической подготовки для возрастной группы 7 лет				
5.1.	Челночный бег 3×10 м	с	не более	
			11,0	11,4
5.2.			не менее	

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			мальчики	девочки
	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 30 с)	количество раз	4	2
5.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			60	50
6. Нормативы специальной физической подготовки для возрастной группы 8 лет				
6.1.	Челночный бег 3×10 м	с	не более	
			10,6	11,2
6.2.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 30 с)	количество раз	не менее	
			6	4
6.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			70	60
7. Нормативы специальной физической подготовки для возрастной группы 9 лет				
7.1.	Челночный бег 3×10 м	с	не более	
			10,4	11,0
7.2.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 30 с)	количество раз	не менее	
			8	6
7.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			80	70
8. Нормативы специальной физической подготовки для возрастной группы 10 лет и старше				
8.1.	Челночный бег 3×10 м	с	не более	
			10,2	10,8
8.2.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 30 с)	количество раз	не менее	
			10	8
8.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			95	85

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «практическая стрельба»

п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			юноши	девушки	юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки для пневматических дисциплин						
1.1.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			5,7	6,0	5,5	5,8
1.2.	Бег на 2000 м	мин, с	не более		не более	
			11.10	13.00	10.20	12.10
1.3.	Сгибание и разгибание рук в по лежа на по	количество раз	не менее		не менее	
			13	7	18	9

1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье от уровня скамьи	см	не менее		не менее	
			+3	+4		+6
1.5.	Челночный бег 3x10 м	с	не более		не более	
					8,7	
1.6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее	
			150	135	160	145
1.7.	Метание мяча весом	м	не менее		не менее	
			24	16	26	18

2. Нормативы общей физической подготовки для непневматических дисциплин

2.1.	Бег на 60 м	С	не более		не более	
			9,6	10,6	8,8	10,5
2.2.	Бег на 2000 м	мин, с	не более		не более	
			10.00	12.10		12.00
2.3.	Бег на 3000 м	мин, с	не более		не более	
					15.00	
2.4.	Сгибание и разгибание рук в по е лежа на по	количество раз	не менее		не менее	
			20	8	27	9
2.5.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)		не менее		не менее	
			+4	+5	+6	+7
2.6.	Челночный бег 3x10 м	с	не более		не более	
					7,9	8,9
2.7.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее	
			170	150	195	160
2.8.	Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин	количество раз	не менее		не менее	
			35	31	36	33

3. нормативы специальной физической подготовки

3.1.	Прыжки со скакалкой без остановки	количество раз	не менее			
			15			

Нормативы общей физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «самбо»

Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины
«весовая категория»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения	
			мальчики	девочки
1.	Бег на 30 м	с	не более	
			6,2	6,4
2.	Бег на 1000 м	мин, с	не более	
			6.10	6.30
3.	Бег на 1500 м	мин, с	не более	
			–	–
4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+2	+3
5.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			9,6	9,9
6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			130	120
7.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			10	5
8.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			2	–
9.	Подтягивание из виса на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			–	7

Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины
«демонстрационное самбо»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения	
			мальчики	девочки
1.	Бег на 30 м	с	не более	
			6,9	7,1
2.	Смешанное передвижение на 1000 м	мин, с	не более	
			7.10	7.35
3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+1	+3
4.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			10,3	10,6
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			110	105

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для зачисления и перевода на этап начальной подготовки
по виду спорта «спортивная борьба»**

Нормативы общей физической подготовки

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения	
			мальчики	девочки
1.	Бег на 30 м	с	не более	
			6,9	7,1
2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			7	4
3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+1	+3
4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			110	105
5.	Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м	количество попаданий	не менее	
			2	1

Нормативы специальной физической подготовки

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения	
			мальчики	девочки
1.	Стоя ровно, на одной ноге, руки на поясе. Фиксация положения	с	не менее	
			10,0	8,0
2.	Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке	количество раз	не менее	
			2	

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для зачисления и перевода на этап начальной подготовки
по виду спорта «тхэквондо»**

**Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины
«ВТФ – пхумсэ»**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения	
			мальчики	девочки
1.	Бег на 30 м	с	не более	
			6,9	7,1
2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			7	4
3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+1	+3
4.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			10,3	10,6
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			110	105

**Нормативы общей физической подготовки для спортивных дисциплин
«ВТФ – весовая категория», «ВТФ – командные соревнования»**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения	
			мальчики	девочки
1.	Бег на 30 м	с	не более	
			6,2	6,4
2.	Бег на 1000 м	мин, с	не более	
			6.10	6.30
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			10	5
4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+2	+3
5.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			9,6	9,9
6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			130	120

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «художественная гимнастика»

№ п/п	Упражнения	Единица оценки	Норматив
1.1.	Фиксация наклона в седе ноги вместе 5 счетов	балл	«5» – в наклоне кисти находятся за линией стоп, спина прямая, ноги выпрямлены; «4» – в наклоне кисти находятся на линии стоп, спина прямая, ноги выпрямлены; «3» – в наклоне кисти находятся на линии стоп, спина незначительно округлена, ноги выпрямлены.
1.2.	«Колечко» в положении лежа на животе	балл	«5» – касание стоп головы в наклоне назад; «4» – 10 см до касания; «3» – 15 см до касания; «2» – 20 см до касания; «1» – 25 см до касания.
1.3.	Исходное положение – стойка на одной ноге, другая нога согнута и ее стопа касается колена опорной ноги. Удерживание равновесия.	балл	«5» – сохранение равновесия на полной стопе 4 с; «4» – сохранение равновесия 3 с; «3» – сохранение равновесия 2 с.

5. Дата зачисления в ГАУ ДО РО «СШОР «Академия единоборств» 01 октября текущего года.

Приложение № 2
к Приказу ГАУ ДО РО
«СШОР «Академия единоборств»
от 08.07.2025 г. №113

Состав приемной комиссии по формированию групп начальной подготовки
первого года обучения в 2025 году

Рекша Ю.М. – председатель комиссии;
Чваливский Ю.В. – заместитель председателя комиссии;
Михалев В.Н. – ответственный секретарь комиссии;
Васильев И.И. – член комиссии.

Отделение приемной комиссии по виду спорта «бокс»
Величковский С. – член комиссии;
Колоева А.В. – секретарь комиссии.

Отделение приемной комиссии по виду спорта «художественная
гимнастика»
Горшкова Н.В. – член комиссии;
Котунова Г.П. – член комиссии;
Шатеева Н.Г. – член комиссии;
Подозерова О.В. – секретарь комиссии.

Отделение приемной комиссии по виду спорта «дзюдо»
Абашкина Ю.С. – член комиссии;
Кудинов А.К. – член комиссии;
Виниченко А.Ю. – секретарь комиссии.

Отделение приемной комиссии по виду спорта «самбо»
Блохин В.А. – член комиссии;
Еремина Л.В. – член комиссии;
Виниченко А.Ю. – секретарь комиссии.

Отделение приемной комиссии по виду спорта «спортивная борьба»
Колоев О.М. – член комиссии;
Черятников Р.А. – член комиссии;
Лабина Е.А. – секретарь комиссии.

Отделение приемной комиссии по виду спорта «тхэквондо»
Саидов Ш.Ш. – член комиссии;
Колоева А.В. – секретарь комиссии.

Приложение № 3
к Приказу ГАУ ДО РО «СШОР
«Академия единоборств»
от 08.07.2025 г. №113

Состав апелляционной комиссии для рассмотрения апелляций на результаты индивидуального отбора в отношении поступающих на этап начальной подготовки первого года обучения в 2025 году

Дианов В.Н. – председатель комиссии;
Лоц И.В. – член комиссии;
Рахманова Е.В. – секретарь комиссии.