

Принято  
на педагогическом совете  
МБУ ДО г. Мурманска ДЮСАШ № 15  
Протокол № 1 от 02.09.2019



Утверждаю  
Директор МБУ ДО г. Мурманска  
ДЮСАШ № 15  
И.Ю. Горохова  
02.09.2019

## ПОЛОЖЕНИЕ об аттестации учащихся МБУ ДО г. Мурманска ДЮСАШ № 15

### 1. Общие положения

- 1.1. Положение об аттестации учащихся МБУ ДО г. Мурманска ДЮСАШ № 15) разработано в соответствии с ч.10 ст.28 ФЗ «Об образовании в Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ, п.17 «Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 № 120/н».
- 1.2. Настоящее Положение регламентирует порядок проведения исходной, промежуточной и итоговой аттестации.
- 1.3. Аттестация учащихся проводится на основании Приказа директора по всем программам в ДЮСАШ № 15 дополнительным адаптированным общеобразовательным программам в соответствии с программными требованиями.
- 1.4. Результаты аттестации учащихся утверждаются решением аттестационной комиссии ДЮСАШ № 15.
- 1.5. В целях максимального информирования учащихся и их родителей (законных представителей) ДЮСАШ № 15 размещает дополнительные адаптированные общеобразовательные общеразвивающие программы (допускается размещение листов, пояснительной записки, плана учебно-тренировочных занятий на нормативов) на информационных стендах и официальном сайте.

### 2. Цели и задачи аттестации

- 2.1. Основной целью проведения аттестации по годам обучения является определение уровня освоения учащимися дополнительных адаптированных общеобразовательных программ, определение их физической, спортивной подготовки по теоретической подготовке.
- 2.2. Задачи исходной аттестации – установить уровень физических и спортивных показателей учащихся.
- 2.3. Задачи промежуточной аттестации - установить динамику физических, спортивных, технико-тактических показателей учащихся.
- 2.4. Задачи итоговой аттестации – оценить физические, специальные физические и тактические показатели учащихся, в конце учебного года в соответствии с требованиями.

### 3. Порядок проведения аттестации (Приложение 1)

#### 3.1. Порядок проведения исходной аттестации

- 3.1.1. Исходная аттестация проводится в форме сдачи контрольных нормативов по дополнительным адаптированным общеобразовательным программам при зачислении учащихся в ДЮСАШ № 15.
- 3.1.2. Исходная аттестация проводится в сентябре текущего года или в течение учебного года при зачислении учащихся.

#### 3.2. Порядок проведения промежуточной аттестации

3.3.1. Итоговая аттестация проводится в форме сдачи контрольных нормативов по ОФП СФП, ТТП, согласно дополнительным адаптированным общеобразовательным общеразвивающим программам ДЮСАШ № 15 на всех годах обучения.

3.3.2. Итоговая аттестация проводится в мае текущего года.

3.4. Для обучающихся с 5 до 8 лет в соответствии с законом РФ «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 (гл. 7, ст. 64) «освоение образовательных программ дошкольного образования не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации обучающихся».

3.5. Учащийся считается аттестованным при соблюдении следующих требований:

- прохождение итоговой аттестации;
- выполнение в полном объеме количества часов программного материала.

#### **4. Документация и отчетность**

4.1. По результатам аттестации оформляется:

- протокол исходной, промежуточной; итоговой аттестации (приложение 1, 3);
- оценочная ведомость (приложение 2, 4);
- протокол аттестационной комиссии (приложение 5).

4.2. В Оценочной ведомости выполнения контрольных упражнений (в зависимости от программных требований) пишется:

- «динамика положительная»/ «динамика отрицательная», «стабильный показатель»;
- «выполнил» /«не выполнил»;
- «отлично», «хорошо», «удовлетворительно»;
- оценка в баллах (1-5).

#### **5. Компетентность, ответственность, права**

5.1. Представление (протокол, оценочная ведомость) на аттестацию учащихся возлагается на тренера-преподавателя.

5.2. Принятие решения по аттестации учащихся возлагается на Аттестационную комиссию ДЮСАШ № 15.

5.3. Тренер-преподаватель несет ответственность за:

- достоверность оценки результатов аттестации учащихся;
- своевременное доведение решений до учащихся и родителей (законных представителей).

5.4. Аттестационная комиссия несет ответственность за соответствие результатов аттестации учащихся программным требованиям.

5.4. Права учащихся:

5.4.1. Учащиеся имеют право быть аттестованными на любом году обучения и получить письменное подтверждение своей аттестации – справку о стаже занятий, разрядную квалификационную книжку (при наличии).

### АТТЕСТАЦИЯ УЧАЩИХСЯ

Дополнительная адаптированная общеобразовательная общеразвивающая программа  
«Основы легкой атлетики», срок реализации 5 лет

#### Контрольные нормативы по ОФП

№ п/п	Контрольные упражнения	Оценка итоговой аттестации
1	Ходьба Бег 30 м (сек)	динамика положительная/ динамика отрицательная, стабильный показатель
2	Метание мяча на дальность	
3	Прыжок в длину с места (см)	

Примечание: оценка результативности выполнения заданий проводится с учётом физических возможностей ребёнка - пассивно (с помощью тренера), активно-пассивно (ребёнком с помощью тренера), активно (ребёнком самостоятельно).

Дополнительная адаптированная общеобразовательная общеразвивающая программа  
«Легкая атлетика», срок реализации 5 лет

#### Контрольные нормативы по ОФП

№ пп	Контрольные упражнения	сентябрь	май	Оценка итоговой аттестации
1	Поднимание туловища из положения лежа на спине за 30 с:	Кол-во раз	Кол-во раз	Динамика положительная/ динамика отрицательная/ стабильный показатель
2	Прыжок в длину с места	См	См	
3	Бег 30 м	Время (сек)	Время (сек)	
4	Сгибание-разгибание рук	Кол-во раз	Кол-во раз	
5	Челночный бег 3x10 м	Время (сек)	Время (сек)	

#### Контрольные нормативы по СФП

№ пп	Контрольные упражнения	сентябрь	май	Оценка итоговой аттестации
1	Бег 200 м	Время (сек)	Время (сек)	Динамика положительная/ динамика отрицательная/ стабильный показатель
2	Тройной прыжок с места	См	См	
3	Бег 60 м	Время (сек)	Время (сек)	
4	Бросок набивного мяча 1 кг из-за головы в положении сидя	См	См	

Примечание:

При отсутствии физических возможностей, необходимых для выполнения контрольного упражнения, проводится альтернативное контрольное упражнение или таковое не проводится. Аттестация засчитывается по выполненным контрольным упражнениям.

Дополнительная адаптированная общеобразовательная общеразвивающая программа  
«Совершенствование в легкой атлетике», срок реализации 5 лет

#### Контрольные нормативы по ОФП 2 год обучения

	Контрольные упражнения		Оценка итоговой аттестации
	Мальчики	Девочки	

<ul style="list-style-type: none"> <li>- поднимание туловища из положения лежа на спине за 30 с: 13-15 лет -37 раз; 16-18 лет-41 раз;</li> <li>- прыжок в длину с места: 13-15 лет -155 см; 16-18 лет-177 см;</li> <li>- бег 30 м: 13-15 лет -5,6 с; 16-18 лет-5,3 с;</li> <li>- сгибание-разгибание рук: 13-15 лет -20 раз; 16-18 лет-27 раз;</li> <li>- челночный бег 3x10 м: 13-15 лет -8,8 с; 16-18 лет-8,3 с.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- поднимание туловища из положения лежа на спине за 30 с: 13-15 лет -31 раз; 16-18 лет-36 раз;</li> <li>- прыжок в длину с места: 13-15 лет -150 см; 16-18 лет-165 см;</li> <li>- бег 30 м: 13-15 лет -5,7 с; 16-18 лет-5,4 с;</li> <li>- сгибание-разгибание рук: 13-15 лет -16 раз; 16-18 лет-18 раз;</li> <li>- челночный бег 3x10 м: 13-15 лет -9,7 с; 16-18 лет-9,3 с</li> </ul>	Динамика положительная/ динамика отрицательная/ стабильный показатель
---	--	---

### Контрольные нормативы по ОФП 5 год обучения

	Контрольные упражнения		Оценка итоговой аттестации
	Мальчики	Девочки	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- поднимание туловища из положения лежа на спине за 30 с: 13-15 лет -40 раз; 16-18 лет-45 раз;</li> <li>- прыжок в длину с места: 13-15 лет -170 см; 16-18 лет-185 см;</li> <li>- бег 30 м: 13-15 лет -5,4 с; 16-18 лет-5,1 с;</li> <li>- сгибание-разгибание рук: 13-15 лет -21 раз; 16-18 лет-28 раз;</li> <li>- челночный бег 3x10 м: 13-15 лет -8,5 с; 16-18 лет-7,9 с.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- поднимание туловища из положения лежа на спине за 30 с: 13-15 лет -33 раз; 16-18 лет-38 раз;</li> <li>- прыжок в длину с места: 13-15 лет -165 см; 16-18 лет-175 см;</li> <li>- бег 30 м: 13-15 лет -5,5 с; 16-18 лет-5,2 с;</li> <li>- сгибание-разгибание рук: 13-15 лет -17 раз; 16-18 лет-19 раз;</li> <li>- челночный бег 3x10 м: 13-15 лет -9,4 с; 16-18 лет-8,9 с</li> </ul>	Динамика положительная/ динамика отрицательная/ стабильный показатель	

### Контрольные нормативы по СФП

№ п/п	Контрольно-переводные нормативы	Мальчики					Оценка итоговой аттестации
		1	2	3	4	5	
1	Бег 60 м, с	13-15 лет -11,0с 16-18 лет-10,0 с	13-15 лет -10,9с 16-18 лет-9,9 с	13-15 лет -10,8с 16-18 лет-9,6 с	13-15 лет -10,7с 16-18 лет-9,4 с	13-15 лет -10,5с 16-18 лет-9,2 с	Динамика положительная/ динамика отрицательная/ стабильный показатель
2	Тройной прыжок с места, см	13-15 лет -370см 16-18 лет-390 см	13-15 лет -400см 16-18 лет-410 см	13-15 лет -410см 16-18 лет-420 см	13-15 лет -420см 16-18 лет-425 см	13-15 лет -425см 16-18 лет-430 см	
3	Бросок набивного мяча 1 кг из-за головы в положении сидя	13-15 лет-320см 16-18 лет-330см	13-15 лет-340см 16-18 лет-350см	13-15 лет-342см 16-18 лет-351см	13-15 лет-343см 16-18 лет-353см	13-15 лет-345см 16-18 лет-355см	
4	Бег 200 м, с	11-12 лет -37,9 с 13-15 лет -32,5 с	11-12 лет -37,5 с 13-15 лет -32,0 с	11-12 лет -37,0 с 13-15 лет -31,5 с	11-12 лет -36,8 с 13-15 лет -31,0 с	11-12 лет -36,5 с 13-15 лет -30,5 с	



	<b>нормативы</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	
1	Бег 60 м, с	13-15 лет -11,0с 16-18 лет-10,0 с	13-15 лет -10,9с 16-18 лет-9,9 с	13-15 лет -10,8с 16-18 лет-9,6 с	13-15 лет -10,7с 16-18 лет-9,4 с	13-15 лет -10,5с 16-18 лет-9,2 с	Динамика положительная/ динамика отрицательная/ стабильный показатель
2	Тройной прыжок с места, см	13-15 лет -370см 16-18 лет-390 см	13-15 лет -400см 16-18 лет-410 см	13-15 лет -410см 16-18 лет-420 см	13-15 лет -420см 16-18 лет-425 см	13-15 лет -425см 16-18 лет-430 см	
3	Бросок набивного мяча 1 кг из-за головы в положении сидя	13-15 лет-320см 16-18 лет-330см	13-15 лет-340см 16-18 лет-350см	13-15 лет-342см 16-18 лет-351см	13-15 лет-343см 16-18 лет-353см	13-15 лет-345см 16-18 лет-355см	

### Нормативы по СФП

№ п/п	Контрольно-переводные нормативы	Девочки					Оценка итоговой аттестации
		1	2	3	4	5	
1	Бег 60 м, с	13-15 лет -11,8 с 16-18 лет-11,2 с	13-15 лет -11,6 с 16-18 лет-11,0 с	13-15 лет -11,4 с 16-18 лет-10,8 с	13-15 лет -11,2 с 16-18 лет-10,6 с	13-15 лет -11,0 с 16-18 лет-10,4 с	Динамика положительная/ динамика отрицательная/ стабильный показатель
2	Тройной прыжок с места, см	13-15 лет-360см 16-18 лет-370см	13-15 лет -375см 16-18 лет-385см	13-15 лет-376см 16-18 лет-386 см	13-15 лет -377см 16-18 лет-387см	13-15 лет -380см 16-18 лет-390см	
3	Бросок набивного мяча 1 кг из-за головы в положении сидя	13-15 лет-291см 16-18 лет-305см	13-15 лет-315см; 16-18 лет-325см	13-15 лет-320см 16-18 лет-330см	13-15 лет-323см; 16-18 лет-325см	13-15 лет-330см; 16-18 лет-335см	
4	Бег 200 м, с	13-15 лет -34,4 с 16-18 лет-32,0 с	13-15 лет -34,2 с 16-18 лет-31,8 с	13-15 лет -34,0 с 16-18 лет-31,6 с	13-15 лет -33,8 с 16-18 лет-31,5 с	13-15 лет -33,5 с 16-18 лет-31,0 с	

Примечание:

При отсутствии физических возможностей, необходимых для выполнения контрольного упражнения, проводится альтернативное контрольное упражнение или такое не проводится. Аттестация засчитывается по выполненным контрольным упражнениям.

Дополнительная адаптированная общеобразовательная общеразвивающая программа  
**«Олимпийские резервы. Лёгкая атлетика», срок реализации 5 лет**

### Нормативы по ОФП 1 год обучения

	Контрольные упражнения		Оценка итоговой аттестации
	Мальчики	Девочки	
	- поднимание туловища из положения лежа на спине за 30 с: 13-15 лет -35 раз; 16-18 лет-40 раз; - прыжок в длину с места: 13-15 лет -150см; 16-18 лет-175см; - бег 30 м: 13-15 лет -5,7 с;	- поднимание туловища из положения лежа на спине за 30 с: 13-15 лет -30 раз; 16-18 лет-35раз; - прыжок в длину с места: 13-15 лет -145 см; 16-18 лет-160 см; - бег 30 м: 13-15 лет -5,8 с;	Динамика положительная/ динамика отрицательная/ стабильный показатель

16-18 лет-5,4 с; - сгибание-разгибание рук: 13-15 лет -18 раз; 16-18 лет-25 раз; - челночный бег 3x10 м: 13-15 лет -8,9 с; 16-18 лет-8,4 с	16-18 лет-5,5 с; - сгибание-разгибание рук: 13-15 лет -15 раз; 16-18 лет-17 раз; - челночный бег 3x10 м: 13-15 лет -9,8 с; 16-18 лет-9,4 с
--	--

### Нормативы по СФП

№ п/п	Контрольно-переводные нормативы	Мальчики					Оценка итоговой аттестации
		1	2	3	4	5	
		1	Бег 60 м, с	13-15 лет -11,0с 16-18 лет-10,0 с	13-15 лет -10,9с 16-18 лет-9,9 с	13-15 лет -10,8с 16-18 лет-9,6 с	
2	Тройной прыжок с места, см	13-15 лет -370см 16-18 лет-390 см	13-15 лет -400см 16-18 лет-410 см	13-15 лет -410см 16-18 лет-420 см	13-15 лет -420см 16-18 лет-425 см	13-15 лет -425см 16-18 лет-430 см	
3	Бросок набивного мяча 1 кг из-за головы в положении сидя	13-15 лет-320см 16-18 лет-330см	13-15 лет-340см 16-18 лет-350см	13-15 лет-342см 16-18 лет-351см	13-15 лет-343см 16-18 лет-353см	13-15 лет-345см 16-18 лет-355см	

### Нормативы по СФП

№ п/п	Контрольно-переводные нормативы	Девочки					Оценка итоговой аттестации
		1	2	3	4	5	
		1	Бег 60 м, с	13-15 лет -11,8 с 16-18 лет-11,2 с	13-15 лет -11,6 с 16-18 лет-11,0 с	13-15 лет -11,4 с 16-18 лет-10,8 с	
2	Тройной прыжок с места, см	13-15 лет-360см 16-18 лет-370см	13-15 лет -375см 16-18 лет-385см	13-15 лет-376см 16-18 лет-386 см	13-15 лет -377см 16-18 лет-387см	13-15 лет -380см 16-18 лет-390см	
3	Бросок набивного мяча 1 кг из-за головы в положении сидя	13-15 лет-291см 16-18 лет-305см	13-15 лет-315см; 16-18 лет-325см	13-15 лет-320см 16-18 лет-330см	13-15 лет-323см; 16-18 лет-325см	13-15 лет-330см; 16-18 лет-335см	
4	Бег 200 м, с	13-15 лет -34,4 с 16-18 лет-32,0 с	13-15 лет -34,2 с 16-18 лет-31,8 с	13-15 лет -34,0 с 16-18 лет-31,6 с	13-15 лет -33,8 с 16-18 лет-31,5 с	13-15 лет -33,5 с 16-18 лет-31,0 с	

Дополнительная адаптированная общеобразовательная общеразвивающая программа  
«Основы плавания», срок реализации 3 года

№ п/п	Контрольные упражнения	Оценка итоговой аттестации
1	Поднимание туловища из положения лёжа на животе, руки за голову	Динамика положительная /
2	Приседание	

3	Наклон вперёд к носкам прямых ног из положения сидя на полу	динамика отрицательная/ стабильный показатель
4	Бросок мяча из – за головы, из положения сидя	

Примечание:

При отсутствии физических возможностей, необходимых для выполнения контрольного упражнения, проводится альтернативное контрольное упражнение или таковое не проводится. Аттестация засчитывается по выполненным контрольным упражнениям.

Дополнительная адаптированная общеобразовательная общеразвивающая программа  
**«Юный пловец», срок реализации 5 лет**

№ п/п	Контрольные упражнения	Сентябрь	Декабрь	Май	Оценка итоговой аттестации
1	Поднимание туловища из положения лёжа на животе, руки за голову	Кол-во раз за 30 сек		Кол-во раз за 30 сек	Динамика положительная / динамика отрицательная/ стабильный показатель
2	Приседание	Кол-во раз за 30 сек		Кол-во раз за 30 сек	
3	Наклон вперёд к носкам прямых ног из положения сидя на полу	См		См	
4	Бросок мяча из – за головы, из положения сидя	См		См	
5	Оценка техники	-	в баллах кроль на спине	в баллах кроль на спине	

Примечание:

При отсутствии физических возможностей, необходимых для выполнения контрольного упражнения, проводится альтернативное контрольное упражнение или таковое не проводится. Аттестация засчитывается по выполненным контрольным упражнениям.

**Оценка техники в баллах**

5 баллов – пловец правильно выполняет все элементы техники (положение тела в воде обтекаемое и уравновешенное, гребки руками эффективные, продвижение вперед от гребков хорошее; ноги выполняют движения правильно; дыхание ритмичное, вдох выполняется своевременно, движения непринужденные, свободные).

4 балла – у пловца отмечаются небольшие ошибки в выполнении отдельных элементов движений или в их согласованности – при хорошем продвижении вперед, отсутствие напряженности и скованности.

3 балла – у пловца отмечаются существенные ошибки в выполнении отдельных элементов техники или в их согласовании; продвижение вперед с помощью гребков – среднее по величине; заметна излишняя мышечная напряженность.

2 балла – пловец выполняет отдельные элементы техники с грубыми ошибками; движения скованные, продвижения вперед неэффективное.

1 балл – пловец не проплывает до конца контрольный отрезок или нарушает правила соревнований, регламентирующие плавание данным способом.

Дополнительная адаптированная общеобразовательная общеразвивающая программа  
**«Плавание», срок реализации 5 лет**

**Контрольные нормативы по ОФП и СТП**

№ п/п	Контрольные упражнения	Сентябрь	Декабрь	Май	Оценка итоговой аттестации
1	Поднимание туловища из положения лёжа на животе, руки за голову	Кол-во раз за 30 сек		Кол-во раз за 30 сек	Динамика положительная / динамика отрицательная/ стабильный показатель
2	Приседание	Кол-во раз за 30 сек		Кол-во раз за 30 сек	
3	Наклон вперёд к носкам прямых ног из положения сидя на полу	См		См	
4	Бросок мяча из – за головы, из	См		См	



	положения сидя			
5	Оценка техники	-	в баллах кроль на груди и на спине	в баллах кроль на груди и на спине

Примечание:

При отсутствии физических возможностей, необходимых для выполнения контрольного упражнения, проводится альтернативное контрольное упражнение или такое не проводится. Аттестация засчитывается по выполненным контрольным упражнениям.

**Дополнительная адаптированная общеобразовательная общеразвивающая программа  
«Лыжные гонки», срок реализации 5 лет**

Класс	Контрольные упражнения*		Итоговая аттестация
	Юноши	Девушки	
В 1	1. Бег 15 м, с 2. Бег 400м (без учета времени) 3. Сгибание-разгибание рук из упора лежа от гимнастической скамейки или подъем туловища из положения лежа на спине (кол-во раз) 4. Прыжок в длину с места, см	1. Бег 15 м, с 2. Бег 400м (без учета времени) 3. Сгибание-разгибание рук из упора лежа от гимнастической скамейки или подъем туловища из положения лежа на спине (кол-во раз) 4. Прыжок в длину с места, см	Динамика положительная / динамика отрицательная/ стабильный показатель
В 2-3	1. Бег 30 м, с 2. Челночный бег 3х10м, с 3. Бег 400м (без учета времени) 4. Сгибание - разгибание рук из упора лежа от гимнастической скамейки или подъем туловища из положения лежа на спине (кол-во раз) 5. Прыжок в длину с места, см	1. Бег 30 м, с 2. Челночный бег 3х10м, с 3. Бег 400м (без учета времени) 4. Сгибание - разгибание рук из упора лежа от гимнастической скамейки или подъем туловища из положения лежа на спине (кол-во раз) 5. Прыжок в длину с места, см	
ID	1. Бег 60 м, с 2. Сгибание-разгибание рук из упора лежа от гимнастической скамейки или подъем туловища из положения лежа на спине (кол-во раз) 3. Прыжок в длину с места или бросок набивного мяча весом 1 кг, см	1. Бег 30 м, с 2. Сгибание-разгибание рук из упора лежа от гимнастической скамейки или подъем туловища из положения лежа на спине (кол-во раз) 3. Прыжок в длину с места или бросок набивного мяча весом 1 кг, см	
Нарушение слуха	1. Сгибание-разгибание рук из упора лежа от гимнастической скамейки (кол-во раз) 2. Подъем туловища из положения лежа на спине или подъем туловища лежа на животе (кол-во раз) 3. Прыжок в длину с места или бросок набивного мяча весом 1 кг, см	1. Сгибание-разгибание рук из упора лежа от гимнастической скамейки (кол-во раз) 2. Подъем туловища из положения лежа на спине или подъем туловища лежа на животе (кол-во раз) 3. Прыжок в длину с места или бросок набивного мяча весом 1 кг, см	

Примечание:

При отсутствии физических возможностей, необходимых для выполнения контрольного упражнения, проводится альтернативное контрольное упражнение или такое не проводится. Аттестация засчитывается по выполненным контрольным упражнениям.

**Дополнительная адаптированная общеобразовательная общеразвивающая программа  
«Биатлон», срок реализации 5 лет**

**Примерные нормативы по ОФП и СФП**

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения		Оценка итоговой аттестации
	Юноши	Девушки	
Быстрота	Бег 60 м	Бег 60 м	Динамика

	Бег 100 м	-	положительная / динамика отрицательная / стабильный показатель
Скоростно- силовые качества	Подъем туловища в положении лежа за 30 сек.	Подъем туловища в положении лежа за 30 сек.	
	Подтягивание на перекладине	Подтягивание на перекладине	
	Прыжок в длину с места	Прыжок в длину с места	
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	
Выносливость	Бег 1000 м	Бег 500 м	
	Лыжная гонка 3 км	Лыжная гонка 3 км	
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа	Обязательная техническая программа	

Дополнительная адаптированная общеобразовательная общеразвивающая программа  
**Дзюдо, срок реализации 5 лет**

**Контрольные нормативы по ОФП 2-5 года обучения  
мальчики**

Контрольные упражнения	Нормативы				Итоговая аттестация
	2 год	3 год	4 год	5 год	
«Челночный бег» 10 x 10, с	27,2	26,8	26,2	25,7	«выполнил» / «не выполнил»
Подтягивание на высокой перекладине из виса (кол-во раз)	14	15	17	19	«выполнил» / «не выполнил»
Отжимание в упоре лежа (кол-во раз)	40	50	60	70	«выполнил» / «не выполнил»
Прыжок в длину с места, см	230	240	245	250	«выполнил» / «не выполнил»
Метание набивного мяча (2 кг) из положения сидя на полу спиной по направлению броска, м	10	11	13	14	«выполнил» / «не выполнил»

**Контрольные нормативы по ОФП 2-5 года обучения  
девочки**

Контрольные упражнения	Нормативы				Итоговая аттестация
	2 год	3 год	4 год	5 год	
«Челночный бег» 10 x 10, с	30,5	29,8	28,9	28,2	«выполнил» / «не выполнил»
Подтягивание на высокой перекладине из виса (кол-во раз)	22	24	27	30	«выполнил» / «не выполнил»
Отжимание в упоре лежа (кол-во раз)	15	18	22	26	«выполнил» / «не выполнил»
Поднимание туловища из положения лежа на спине с фиксированными стопами (кол-во раз)	20	24	29	35	«выполнил» / «не выполнил»
Прыжок в длину с места, см	210	215	220	225	«выполнил» / «не выполнил»
Метание набивного мяча (1 кг) из положения сидя на полу спиной по направлению броска, м	13	14,5	15	16,5	«выполнил» / «не выполнил»

**Контрольные нормативы по ТГП 2 год обучения**

Контрольные упражнения	Нормативы	Итоговая аттестация
Демонстрация техники 4 «кю» - оранжевого пояса	Интегральная экспертная оценка (средний балл)	«выполнил» / «не выполнил»

### Контрольные нормативы по ТТП 4 год обучения

Контрольные упражнения	Нормативы	Итоговая аттестация
Демонстрация техники 2 «кю» - синего пояса	Интегральная экспертная оценка (средний балл)	«выполнил» / «не выполнил»

### Контрольные нормативы по СФП 2-5 года обучения мальчики

Контрольные упражнения	Нормативы				Итоговая аттестация
	2 год	3 год	4 год	5 год	
Забегания на «борцовском мосту» (5 – влево, 5 – вправо), с.	19,0	18,0	17,0	16,0	«выполнил» / «не выполнил»
10 переворотов из упора головой в татаме на «борцовский мост» и обратно, с.	25,0	23,0	21,0	20,0	«выполнил» / «не выполнил»
10 бросков партнера приемом о-гоши (каши-гурума, таи-отоши, харай-гоши, учи-мата, моте-сеои-наге, иппон-сеои-наге), с.	21,0	19,0	17,0	15,0	«выполнил» / «не выполнил»

### Контрольные нормативы по СФП 2-5 года обучения девочки

Контрольные упражнения	Нормативы				Итоговая аттестация
	2 год	3 год	4 год	5 год	
Забегания на «борцовском мосту» (5 – влево, 5 – вправо), с.	25,0	23,0	21,0	19,0	«выполнил» / «не выполнил»
10 переворотов из упора головой в татаме на «борцовский мост» и обратно, с.	28,0	26,0	24,0	22,0	«выполнил» / «не выполнил»
10 бросков партнера приемом о-гоши (каши-гурума, таи-отоши, харай-гоши, учи-мата, моте-сеои-наге, иппон-сеои-наге), с.	26,0	24,0	21,0	19,0	«выполнил» / «не выполнил»

### Дополнительная адаптированная общеобразовательная общеразвивающая программа «Основы каратэ», срок реализации 5 лет

#### Контрольные нормативы по ОФП

Контрольные упражнения	Итоговая аттестация
Бег 30, м	Динамика положительная/ Динамика отрицательная/ стабильный показатель
Прыжок в длину с места, м	
Челночный бег 4 x 20, сек.	
Подтягивание на перекладине, кол-во раз	
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа, кол-во раз	
Приседание, кол-во раз	
Поднимание туловища из положения лежа, кол-во раз	

Примечание:

При отсутствии физических возможностей, необходимых для выполнения контрольного упражнения, проводится альтернативное контрольное упражнение или таковое не проводится. Аттестация засчитывается по выполненным контрольным упражнениям.

### Дополнительная адаптированная общеобразовательная общеразвивающая программа «Основы настольного тенниса», срок реализации 5 лет

#### Контрольные нормативы по ОФП

№	Контрольные упражнения	Оценка итоговой аттестации
1	Бег с высокого старта 30 м	Динамика

2	Прыжок в длину с места, м	положительная / динамика отрицательная / стабильный показатель
3	Прыжок боком через гимнастическую скамейку за 30 сек.	
4	Поднимание туловища из положения лежа за 30 сек.	
5	Сгибание-разгибание рук в упоре лёжа. (для девочек - от гимн, скамейки.), кол-во раз	

Дополнительная адаптированная общеобразовательная общеразвивающая программа  
**«Бочче», срок реализации 4 года**

**Контрольные нормативы по ОФП**

Контрольные упражнения	Оценка итоговой аттестации
Прыжок в длину с места, см	Динамика положительная/ динамика отрицательная/ стабильный показатель
Бег 30 м, ходьба 30 м (в соответствии с функциональными возможностями), сек.	
Поднимание туловища из положения лёжа на спине (за 30 сек), кол-во раз	

**Контрольные нормативы по СФП**

Контрольные упражнения	Оценка итоговой аттестации
Гибкость, см	Динамика положительная/ динамика отрицательная/ стабильный показатель
Статическое равновесие («Проба Ромберга»), сек.	

**Контрольные нормативы по ТФП**

Контрольные упражнения	Оценка итоговой аттестации
Броски мяча на точность на заданное расстояние: 3, 5, 7, 10 м, кол-во попаданий	Динамика положительная / динамика отрицательная / стабильный показатель
Броски мяча на точность в определенные точки площадки: середина, по диагонали, по границам корта, кол-во попаданий	

Примечание:

При отсутствии физических возможностей, необходимых для выполнения контрольного упражнения (теста), проводится альтернативное контрольное упражнение (тест) или таковое не проводится, зачет осуществляется по выполненным контрольным упражнениям (тестам).

Дополнительная адаптированная общеобразовательная общеразвивающая программа  
**«Бочча», срок реализации 4 года**

**Контрольные нормативы по ОФП**

Контрольные упражнения	Оценка итоговой аттестации
Поднимание туловища из положения лёжа на спине (за 30 сек), кол-во раз	Динамика положительная / динамика отрицательная / стабильный показатель
Прыжок в длину с места (в соответствии с функциональными возможностями), см	
Бег 30 м, сек.	
ходьба 30 м, сек. передвижение на коляске 30 м, сек. (в соответствии с функциональными возможностями)	

**Контрольные нормативы по СФП**

Контрольные упражнения	Оценка итоговой аттестации

Метание мяча в цель, 2 м - 5 попыток, кол-во попаданий	Динамика положительная / динамика отрицательная / стабильный показатель
Занятие исходного положения на площадке с учетом времени, сек.	

### Контрольные нормативы по технической подготовке

Контрольные упражнения	Оценка итоговой аттестации
Броски мяча на точность на заданное расстояние: 3, 5, 7, 10 м, кол-во попаданий	Динамика положительная / динамика отрицательная / стабильный показатель
Броски мяча на точность в определенные точки площадки: середина, по диагонали, по границам корта, кол-во попаданий	

Дополнительная адаптированная общеобразовательная общеразвивающая программа  
**«Юнифайд-футбол», срок реализации 5 лет**

### Контрольные нормативы по физической подготовке

№ пп	Контрольные нормативы	Наименование групп			Оценка итоговой аттестации
		3 год обучения	4 год обучения	5 год обучения	
<b>Общая физическая подготовка</b>					
1	Бег 60 метров (сек)	9,6	9,2	9,0	«выполнил» / «не выполнил»
2	Подтягивание на перекладине (кол-во повторений)	7	8	10	
3	Поднимание туловища (из положения лежа руки за голову за 30 сек.)	16	20	22	
4	Прыжок в длину с места (см)	185	195	210	
<b>Специальная физическая подготовка</b>					
1	Челночный бег 3 x 10	9,2	8,6	8,6	«выполнил» / «не выполнил»
2	Бег 100 м (сек)	14,8	14,8	14,6	
3	Ведение мяча 2 x 18 м	35	35	30	
4	Жонглирование	10	10	12	

Примечание:

При отсутствии физических возможностей, необходимых для выполнения контрольного упражнения, проводится альтернативное контрольное упражнение или таковое не проводится. Аттестация засчитывается по выполненным контрольным упражнениям.

Дополнительная адаптированная общеобразовательная общеразвивающая программа  
**«Основы верховой езды», срок реализации 5 лет**

### Контрольные нормативы по ОФП

Контрольные упражнения	Оценка итоговой аттестации
Поднимание туловища из положения лёжа на спине	Динамика положительная / динамика отрицательная / стабильный показатель
Метание мяча в цель, 2 м - 5 попыток	
Прыжок с места (в соответствии с функциональными возможностями)	
Бег 30м, ходьба 30 м, передвижение на коляске 30 м (в соответствии с функциональными возможностями)	

### Контрольные нормативы по СФП (на лошади)

Контрольные упражнения	Оценка итоговой
------------------------	-----------------

	<b>аттестации</b>
Правильное положение обучающегося на спине лошади с помощью/самостоятельно	Динамика положительная / динамика отрицательная / стабильный показатель
Повороты вправо/влево, руки на поясе	
Наклоны вперед/назад, руки на поясе	

### Контрольные нормативы по ТП

<b>Контрольные упражнения</b>	<b>Оценка итоговой аттестации</b>
Посадка с помоста с помощью / самостоятельно	Динамика положительная / динамика отрицательная / стабильный показатель

\* При отсутствии физических возможностей, необходимых для выполнения контрольного упражнения, проводится альтернативное контрольное упражнение или таковое не проводится. Аттестация засчитывается по выполненным контрольным упражнениям.

### Дополнительная адаптированная общеобразовательная общеразвивающая программа «Конный спорт», срок реализации 5 лет

#### Контрольные нормативы по ОФП

<b>Контрольные упражнения</b>		<b>Оценка итоговой аттестации</b>
Поднимание туловища из положения лёжа на спине, колени согнуты	кол-во раз	Положительная/ отрицательная динамика/ стабильный показатель
Сгибание-разгибание рук в положении лежа на животе	кол-во раз	
Прыжок с места или бросок набивного мяча	см	
Бег, ходьба, передвижение на коляске - 30м	с	

#### Контрольные нормативы по СФП (на лошади стоя на месте и в движении)

<b>Контрольные упражнения</b>	
Правильное положение обучающегося на спине лошади самостоятельно	Положительная/ отрицательная динамика/ стабильный показатель
Повороты вправо/влево, руки на поясе	
Наклоны вперед/назад, руки на поясе	
Наклоны к разноименным носкам голеностопов - коснуться рукой носка стопы	

#### Контрольные нормативы по ТП подготовке (на лошади стоя на месте и в движении)

<b>Контрольные упражнения</b>	<b>Оценка итоговой аттестации</b>
Посадка с помоста с помощью / самостоятельно	Положительная/ отрицательная динамика/ стабильный показатель
Выполнять огибание предметов	
Выполнять остановку лошади и продолжение движения вперед, движение от стенки манежа к противоположной стенке манежа	
Спешиваться самостоятельно/с помощью	

**Примечание:** если учащийся по состоянию своих физических и умственных возможностей не может выполнить какое-либо упражнение, то оно заменяется другим по усмотрению тренера-преподавателя.

### Дополнительная адаптированная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный баскетбол», срок реализации 3 года

№	Контрольные упражнения	Оценка, итоговая аттестация
<b>Общая физическая подготовка</b>		
1	Бег 20 м с высокого старта	Динамика положительная /отрицательная, стабильный показатель
2	Скоростное ведение мяча 20 м	
3	Прыжок в длину с места	
4	Прыжок вверх с места со взмахом рук	

**ПРОТОКОЛ ИСХОДНОЙ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

Контрольные нормативы по \_\_\_\_\_

Программа \_\_\_\_\_, год обучения \_\_\_\_\_

Тренер–преподаватель \_\_\_\_\_

№ п/п	№ гр.	Фамилия, имя	Возраст, лет	Функциональный класс	Вид аттестации	Контрольные упражнения				

Дата \_\_\_\_\_ Подпись \_\_\_\_\_

**ОЦЕНОЧНАЯ ВЕДОМОСТЬ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

по \_\_\_\_\_

Программа \_\_\_\_\_, год обучения \_\_\_\_\_

Тренер–преподаватель \_\_\_\_\_

№ п/п	№ гр.	Фамилия, имя	Оценка контрольных упражнений				

Дата \_\_\_\_\_ Подпись \_\_\_\_\_

**ПРОТОКОЛ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ**

Контрольные нормативы по ОФП, СФП (СТП, ТТП)

Программа \_\_\_\_\_, год обучения \_\_\_\_\_

Тренер–преподаватель \_\_\_\_\_

№ п/п	№ гр.	Фамилия, имя	Возраст, лет	Функциональный класс	Контрольные упражнения по ОФП				Контрольные упражнения по СФП (СТП, ТТП)				

Дата \_\_\_\_\_ Подпись \_\_\_\_\_



## ОЦЕНОЧНАЯ ВЕДОМОСТЬ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

Программа \_\_\_\_\_, год обучения \_\_\_\_\_  
 Тренер – преподаватель \_\_\_\_\_

№ п/п	№ гр.	Фамилия, имя	Оценка контрольных упражнений по ОФП					Оценка контрольных упражнений по СФП (СТП, ТТП)					Отчислен, переведён, передан, выпущен

Дата \_\_\_\_\_ Подпись \_\_\_\_\_

**ПРОТОКОЛ №**  
**заседания аттестационной комиссии**

\_\_\_\_\_ (дата)

**Присутствовали:**

Председатель аттестационной комиссии \_\_\_\_\_

Члены комиссии \_\_\_\_\_

Секретарь \_\_\_\_\_

**Отсутствовали:****Повестка заседания:**

1. Подведение итогов проведения исходной / промежуточной / итоговой / аттестации по \_\_\_\_\_

**Слушали:****Постановили:**

1. По результатам исходной / промежуточной / итоговой / аттестации учащихся аттестовать (не аттестовать).

2. Обеспечить доступность результатов исходной / промежуточной / итоговой / аттестации по \_\_\_\_\_

для всех учащихся и родителей (законных представителей).

Председатель аттестационной комиссии \_\_\_\_\_ (подпись)

Члены комиссии \_\_\_\_\_ (подпись)

Секретарь \_\_\_\_\_ (подпись)