

**Информация о наборе детей в бюджетное учреждение «Спортивная школа олимпийского резерва № 6»
2024-2025 учебно-тренировочном году**

Отделение «Плавание»				Отделение «Подводный спорт» (плавание в ластах, классических ластах)			
Количество поступающих запланировано	Возраст для зачисления	Сроки проведения набора	Документы, требуемые для поступления	Количество поступающих запланировано	Возраст для зачисления	Сроки проведения набора	Документы, требуемые для поступления
90 детей	8 лет	15.08-30.09	1. Копия свидетельства о рождении поступающего; 2. Копия паспорта родителя (законного представителя) несовершеннолетнего поступающего и (или) документ подтверждающий родство, установление опеки или попечительства; 3. Медицинское заключение о допуске к занятиям спортом; 4. Фотография поступающего 3x4	30 детей	8-9 лет	15.08-30.09	1. Копия свидетельства о рождении поступающего; 2. Копия паспорта родителя (законного представителя) несовершеннолетнего поступающего и (или) документ подтверждающий родство, установление опеки или попечительства; 3. Медицинское заключение о допуске к занятиям спортом; 4. Фотография поступающего 3x4
30 детей	9 лет						

Нормативы общей и специальной физической подготовки для зачисления в бюджетное учреждение «Спортивная школа олимпийского резерва № 6»

Отделение «Плавание»					Отделение «Подводный спорт» (плавание в ластах, классических ластах)				
Нормативы общей физической подготовки*					Нормативы общей физической подготовки**				
№	Упражнения	Единицы измерения	Норматив		№	Упражнения	Единицы измерения	Норматив	
			мальчики	девочки				мальчики	девочки
1.	Бег на 30 м	секунды	не более 6,9	не более 7,1	1.	Бег на 30 м	секунды	не более 6,2	не более 6,4
2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее 7	не менее 4	2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее 10	не менее 5
3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	сантиметры	не менее +1	не менее +3	3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	сантиметры	не менее +2	не менее +3
4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	сантиметры	не менее 110	не менее 105	4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	сантиметры	не менее 130	не менее 120

Нормативы специальной физической подготовки*				Нормативы общей физической подготовки**					
№	Упражнения	Единицы измерения	Норматив		№	Упражнения	Единицы измерения	Норматив	
			мальчики	девочки				мальчики	девочки
1.	Плавание (вольный стиль) 50 м	без учета времени	без учета времени		1.	Исходное положение – стоя, держа мяч весом 1 кг за головой. Бросок мяча вперед	метры	не менее 3,5	не менее 3
2.	Бег челночный 3x10 м с высокого старта	секунды	не более 10,1	не более 10,6					
3.	Исходное положение – стоя, держа мяч весом 1 кг за головой. Бросок мяча вперед	метры	не менее 3,5	не менее 3	2.	Исходное положение – стоя, держа гимнастическую палку, ширина хвата 50 см. Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад	количество раз	не менее 1	
4.	Исходное положение – стоя, держа гимнастическую палку, ширина хвата 50 см. Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад	количество раз	не менее 1						

* Согласно Федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «Плавание», утвержденному пр. Минспорта России от 01.06.2021 г. Приложение № 7

** Согласно Федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «Подводный спорт» пр. Минспорта России от 30.06.2021 г. Приложение № 7