# Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «водное поло»

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Упражнения | Единица измерения | Норматив до года  обучения | | | Норматив свыше  года обучения | |
| мальчики | | девочки | мальчики | девочки |
| 1. Нормативы общей физической подготовки | | | | | | | |
| 1.1. | Бег на 30 м | с | не более | | | не более | |
| 6,9 | | 7,1 | 5,9 | 6 |
| 1.2. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | | | не менее | |
| 110 | | 105 | 130 | 120 |
| 1.3. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | | | не менее | |
| 7 | | 4 | 10 | 5 |
| 1.4. | Наклон вперед из положения стоя на  гимнастической скамье (от уровня скамьи) | см | не менее | | | не менее | |
| +1 | | +3 | +2 | +3 |
| 1.5. | Челночный бег 3х10 м | с | не более | | | не более | |
| - | - | | 9,6 | 9,9 |
| 2. Нормативы специальной физической подготовки | | | | | | | |
| 2.1. | Плавание 25 м | - | без учета времени | | | без учета времени | |

Зачисление на определенный этап спортивной подготовки, перевод лиц, проходящих спортивную подготовку, в группу следующего этапа спортивной подготовки производится по приказу директора ПМАОУ ДО СШ «Евразия», на основании решения органа самоуправления (тренерского совета) с учетом стажа занятий, выполнения контрольно-переводных нормативов.

При объединении в одну группу обучающихся, проходящих спортивную подготовку разных по спортивной подготовленности, разница в уровне их спортивного мастерства не должна превышать двух спортивных разрядов.

Перевод обучающихся, в том числе досрочно, на следующий этап подготовки (в другую группу подготовки) осуществляется приказом директора ПМАОУ ДО «СШ «Евразия», на основании решения органа самоуправления (тренерского совета), на основании выполненного объема спортивной подготовки, установленных контрольно- переводных нормативов, а также при отсутствии медицинских противопоказаний.

Если на одном из этапов спортивной подготовки результаты прохождения спортивной подготовки не соответствуют требованиям Программы спортивной подготовки по водному поло, перевод на следующий этап спортивной подготовки не допускается. Обучающимся, не выполнившим требования, предъявляемые Программой, предоставляться возможность продолжить спортивную подготовку на том же этапе спортивной подготовки в порядке, предусмотренном Локальными актами организации, осуществляющей спортивную подготовку. Такие обучающиеся могут решением органа самоуправления учреждением (тренерского совета) продолжать спортивную подготовку повторно, но не более одного раза на данном этапе.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Этапы спортивной подготовки | Срок реализации этапов спортивной подготовки  (лет) | | Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку  (лет) | Наполняемость (человек) | |
| Этап начальной  подготовки | | 3 | 8 | | от 12 |
| Учебно-тренировочный этап (этап спортивной  специализации) | | 2-5 | 11 | | от 12 |
| Этап совершенствования  спортивного мастерства | | не  ограничивается | 13 | | до 6 |
| Этап высшего спортивного  мастерства | | не  ограничивается | 14 | | до 4 |