

## РЕГЛАМЕНТ ПРОВЕДЕНИЯ ИНДИВИДУАЛЬНОГО ОТБОРА НА 2021 ГОД ПО ВИДУ СПОРТА «ФИГУРНОЕ КАТАНИЕ НА КОНЬКАХ»

### 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Настоящий Регламент определяет сроки и порядок проведения индивидуального отбора поступающих в ГБУ СШОР Колпинского района на этап начальной подготовки по виду спорта «Фигурное катание на коньках».

Прием поступающих осуществляется в соответствии с Федеральным Законом № 329-ФЗ от 04.12.2007 «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», Распоряжением Комитета по физической культуре и спорту Санкт-Петербурга № 585-р от 19.12.2017 «Об утверждении порядка приема лиц в физкультурно-спортивные организации, созданные Санкт-Петербургом или внутригородскими муниципальными образованиями Санкт-Петербурга и осуществляющими спортивную подготовку», на основании «Положения о порядке приема, перевода и отчисления в ГБУ СШОР Колпинского района».

Прием осуществляется на основании результатов индивидуального отбора (тестирования) с учетом антропометрических данных поступающих, заключается в выявлении у поступающих физических способностей и двигательных умений, необходимых для освоения программы спортивной подготовки.

К тестированию допускаются поступающие, желающие заниматься спортом и не имеющие медицинских противопоказаний.

Количество бюджетных мест на этап начальной подготовки по виду спорта «Фигурное катание на коньках»: 15.

Тестирование проводится среди **девочек и мальчиков 2015** года рождения в соответствии с Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «Фигурное катание на коньках» (приказ Минспорта РФ № 38 от 19.01.2018 г.).

### 2. ЗАПИСЬ НА ТЕСТИРОВАНИЕ

**С 01 по 10 декабря 2020 г.** принимаются заявки на тестирование по телефону 463-85-38, по итогам сбора заявок тренером определяется день тестирования.

Дата и время прохождения тестирования не влияют на принятие решения о зачислении.

До прохождения тестирования необходимо ознакомиться с Регламентом и дать Согласие на прохождение тестирования.

**Без предварительной записи тестирование не проводится.**

### 3. ТЕСТИРОВАНИЕ

Адрес	Дата	Время
Колпино, ул. Танкистов, 26, корп. 2 ГБУ СШ им. Н. Дроздецкого Колпинского района Санкт-Петербурга	с 10 декабря по 20 декабря	по назначению тренера

*При прохождении индивидуального отбора (тестирования) поступающий должен соблюдать правила посещения спортивной школы.*

День и время проведения тестирования согласовываются с тренером.

Самостоятельный перенос даты и время тестирования не разрешен.

Присутствие родителей (законных представителей) поступающих при проведении индивидуального отбора не допускается.

На тестирование необходимо прийти за 10 мин до назначенного времени и переодеться в форму: удобная форма для катания на коньках, фигурные коньки.

- Перед тестированием надо предъявить копию свидетельства о рождении поступающего, медицинская справка Ф-86У о допуске прохождения спортивной подготовки по виду спорта фигурное катание на коньках;

Тестирование проводится по нормативам обще физической и специальной физической подготовки по виду спорта «фигурное катание на коньках», результаты фиксируются в протокол.

Итоговые протоколы тестирования публикуются до 21 декабря 2020 г. на сайте учреждения <http://skatingspb.ru/>

#### **4. ПОРЯДОК ПРИЕМА ДОКУМЕНТОВ И ЗАЧИСЛЕНИЯ ПОСТУПАЮЩИХ**

Прием документов от родителей (законных представителей) поступающих осуществляется членами приемной комиссии в период с 21 по 25 декабря 2020 г.

При подаче документов предоставляются:

- заявление о приеме;
- согласие родителей (законных представителей) на обработку персональных данных;
- копия свидетельства о рождении поступающего;
- полис обязательного медицинского страхования поступающего;
- медицинская справка Ф-86У о допуске прохождения спортивной подготовки по виду спорта фигурное катание на коньках;

Приказ директора учреждения о зачислении издается до 31 декабря 2020 г. на основании решения приемной комиссии и при наличии необходимых документов поступающих, успешно прошедших индивидуальный отбор.

## 5. НОРМАТИВЫ ОТБОРА

**Антропометрические данные:** рост не более 120 см, вес не более 19 кг, телосложение пропорциональное, соответствие морфотипа поступающего виду спорта фигурное катание на коньках

### Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки

ФССП по виду спорта «фигурное катание на коньках»

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	мальчики	девочки
Быстрота	Бег на 30 м (не более 7,8 с)	Бег на 30 м (не более 7,8 с)
Координация	Челночный бег 3x10 м (не более 9,9 с)	Челночный бег 3x10 м (не более 10,0 с)
	Прыжки на скакалке на двух ногах за 60 с (не менее 47 раз)	Прыжки на скакалке на двух ногах за 60 с (не менее 47 раз)
	Прыжки на скакалке на одной ноге за 60 с (не менее 28 раз)	Прыжки на скакалке на одной ногах за 60 с (не менее 28 раз)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 97 см)	Прыжок в длину с места (не менее 98 см)
	Прыжок вверх с места (не менее 22 см)	Прыжок вверх с места (не менее 20 см)
	Подъем туловища из положения лежа за 60 с (не менее 10 раз)	Подъем туловища из положения лежа за 60 с (не менее 9 раз)
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа за 60 с (не менее 9 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа за 60 с (не менее 9 раз)
Гибкость	Выкрут прямых рук вперед-назад (ширина хвата не более 55 см)	Выкрут прямых рук вперед- назад (ширина хвата не более 55 см)
Техническое мастерство *	Обязательная техническая программа	Обязательная техническая программа

\* Примечание техническое мастерство

№ п/п	Этап подготовки	Контрольные показатели
1	НП-1	Навыки катания на коньках, скольжение вперед-назад, простейшие повороты, вращения, скольжение в позе ласточка и pistolетик.