

МИНИСТЕРСТВО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА  
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ  
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА ПО ВЕЛОСИПЕДНОМУ СПОРТУ»

П Р И К А З

« 06 » июль 2023 г.

№ 247

**Об утверждении Положения о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся в государственном бюджетном учреждении дополнительного образования Краснодарского края «Спортивная школа олимпийского резерва по велосипедному спорту»**

В соответствии с пунктом 10 части 3 статьи 28, части 1 статьи 58 Федерального закона от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказами Министерства спорта Российской Федерации от 30 ноября 2022 года № 1099 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта велосипедный спорт», от 3 августа 2022 года №634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки» п р и к а з ы в а ю:

1. Утвердить Положение о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся в государственном бюджетном учреждении дополнительного образования Краснодарского края «Спортивная школа олимпийского резерва по велосипедному спорту» (приложение).
2. Контроль за исполнением данного приказа оставляю за собой.
3. Приказ вступает в силу с момента подписания.

Директор



А.И. Мельник

Рассмотрено  
на педагогическом совете ГБУ ДО КК  
«СШОР по велосипедному спорту»  
Протокол №1 от 30.06.2023г.

Приложение

УТВЕРЖДЕНО  
приказом государственного  
бюджетного учреждения  
дополнительного образования  
Краснодарского края «Спортивная  
школа олимпийского резерва по  
велосипедному спорту»  
от 06.07. 2023 г. № 247/1

**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости,**  
**промежуточной аттестации обучающихся**  
**в государственном бюджетном учреждении дополнительного образования**  
**Краснодарского края «Спортивная школа олимпийского резерва по**  
**велосипедному спорту»**

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся в государственном бюджетном учреждении дополнительного образования Краснодарского края «Спортивная школа олимпийского резерва по велосипедному спорту» (далее – Положение, Учреждение) разработано в соответствии с пунктом 10 части 3 статьи 28, части 1 статьи 58 Федерального закона от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказами Министерства спорта Российской Федерации от 30 ноября 2022 года № 1099 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта велосипедный спорт», от 3 августа 2022 года №634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки» и на основании решения педагогического совета Учреждения.

1.2. Настоящее Положение определяет формы, периодичность, порядок текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта велосипедный спорт, а также порядок ликвидации академической задолженности.

1.3. Текущий контроль успеваемости и результаты промежуточной аттестации являются частью системы мониторинга качества оценки результатов реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта велосипедный спорт и отражают динамику индивидуальных достижений обучающихся, в соответствии с планируемыми

результатами прохождения спортивной подготовки применительно к этапам спортивной подготовки.

1.4. Внесение изменений и дополнений в настоящее Положение осуществляется по решению педагогического совета и утверждается приказом директора Учреждения.

## 2. Формы, периодичность и порядок текущего контроля успеваемости обучающихся

2.1. Текущий контроль успеваемости обучающихся осуществляется в целях систематической проверки достижений обучающихся, в соответствии с планируемыми результатами прохождения спортивной подготовки, посредством сдачи контрольных нормативов, на каждом этапе спортивной подготовки (согласно периоду обучения спортивной подготовки или году спортивной подготовки) в течение учебно-тренировочного года.

2.2. Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится для всех обучающихся Учреждения, реализующих дополнительную образовательную программу спортивной подготовки по виду спорта велосипедный спорт.

2.3. Текущий контроль успеваемости обучающихся осуществляется тренером-преподавателем самостоятельно, в зависимости от планирования учебно-тренировочного процесса.

2.4. Периодичность проведения текущего контроля успеваемости обучающихся определяется директором Учреждения, но не реже 1 раза в полугодие.

Проведение текущего контроля успеваемости обучающихся на каждом этапе спортивной подготовки (согласно периоду обучения спортивной подготовки или году спортивной подготовки) в течение учебно-тренировочного года, осуществляется в соответствии с ежегодным планом проведения текущего контроля успеваемости обучающихся.

План проведения текущего контроля успеваемости обучающихся утверждается приказом Учреждения, форма которого представлена в приложении 1 к настоящему Положению.

2.5. Текущий контроль успеваемости обучающихся осуществляется в форме «зачет – не зачет» по следующим направлениям:

- сдача контрольных нормативов – систематическая проверка достижений обучающихся при сдаче нормативов общей физической и специальной физической подготовки соответствующего этапа спортивной подготовки, предусмотренных дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта велосипедный спорт;

- учет выполнения и (или) подтверждения уровня спортивной квалификации обучающихся (выполнение спортивных разрядов, спортивных званий), соответствующего этапа спортивной подготовки (согласно периоду обучения спортивной подготовки или году спортивной подготовки);

- учет участия в спортивных соревнованиях, предусмотренных дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта велосипедный спорт.

2.6. Результаты текущего контроля успеваемости каждого обучающегося фиксируются тренером-преподавателем в протоколе, форма которого утверждена приложение 2 к настоящему Положению.

### 3. Формы, периодичность и порядок проведения промежуточной аттестации обучающихся

3.1. Промежуточная аттестация обучающихся осуществляется в целях оценки уровня подготовленности обучающихся посредством сдачи контрольно-переводных нормативов по видам спортивной подготовки на каждом этапе спортивной подготовки (согласно периоду обучения спортивной подготовки или году спортивной подготовки), которые предоставлены приложением 3 к настоящему Положению.

3.2. Промежуточная аттестация обучающихся проводится для всех обучающихся, реализующих дополнительную образовательную программу спортивной подготовки по виду спорта велосипедный спорт, на следующих этапах спортивной подготовки:

- этапе начальной подготовки: период обучения спортивной подготовки (год спортивной подготовки);

- учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):

- этапе совершенствования спортивного мастерства: период обучения спортивной подготовки (год спортивной подготовки) - не ограничивается срок реализации спортивной подготовки;

- этапе высшего спортивного мастерства: период обучения спортивной подготовки (год спортивной подготовки) - не ограничивается срок реализации спортивной подготовки.

3.3. Требования к проведению промежуточной аттестации обучающихся на каждом этапе спортивной подготовки (согласно периоду обучения спортивной подготовки или году спортивной подготовки) включают:

3.3.1. на этапе начальной подготовки:

- период обучения спортивной подготовки (год спортивной подготовки) до года обучения, свыше года обучения – выполнение контрольно-переводных нормативов общей физической и специальной физической подготовки;

3.3.2. на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):

- период обучения спортивной подготовки (год спортивной подготовки) до трех лет – выполнение контрольно-переводных нормативов общей физической и специальной физической подготовки, и спортивных разрядов – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд»;

- период обучения спортивной подготовки (год спортивной подготовки) свыше трех лет – выполнение контрольно-переводных нормативов общей физической и специальной физической подготовки, и спортивных разрядов – «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»;

3.3.3. на этапе совершенствования спортивного мастерства;

- период обучения спортивной подготовки (год спортивной подготовки) – не ограничивается срок реализации спортивной подготовки – выполнение контрольно-переводных нормативов общей физической и специальной физической подготовки и выполнение (подтверждение) спортивного разряда «кандидат в мастера спорта»;

3.3.4. на этапе высшего спортивного мастерства;

- период обучения спортивной подготовки (год спортивной подготовки) – не ограничивается срок реализации спортивной подготовки - выполнение контрольно-переводных нормативов общей физической и специальной физической подготовки, и спортивного звания «мастер спорта России».

3.4. Контрольно-переводные нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровни спортивной квалификации (спортивные разряды, спортивные звания) для этапов спортивной подготовки по периодам обучения спортивной подготовки (годам спортивной подготовки) утверждены локальными нормативными актами Учреждения.

3.5. Промежуточная аттестация обучающихся осуществляется тренером-преподавателем один раз в год по итогам учебно-тренировочного года в форме:

- зачет – удовлетворительный результат;
- не зачет – неудовлетворительный результат.

Сроки сдачи контрольно-переводных нормативов:

- по общей физической подготовке на каждом этапе спортивной подготовки (согласно периоду обучения спортивной подготовки или году спортивной подготовки) – ноябрь - декабрь месяц.

- по специальной физической подготовке на каждом этапе спортивной подготовки (согласно периоду обучения спортивной подготовки или году спортивной подготовки) – сентябрь - ноябрь месяц.

Выполнение уровня спортивной квалификации (спортивные разряды, спортивные звания) на каждом этапе спортивной подготовки (согласно периоду обучения спортивной подготовки или году спортивной подготовки) осуществляется с января по декабрь месяц учебно-тренировочного года обучения, в соответствии с требованиями дополнительной общеобразовательной программой спортивной подготовки по виду спорта велосипедный спорт к участию лиц, проходящих спортивную подготовку и лиц ее осуществляющих, в спортивных соревнованиях, а также согласно нормам и требованиям, предусмотренными Единой всероссийской спортивной классификацией, необходимых для присвоения соответствующих спортивных званий и спортивных разрядов по виду спорта велосипедный спорт.

3.6. Для проведения промежуточной аттестации обучающихся в Учреждении создается комиссия, состав которой утверждается приказом директора Учреждения.

3.7. Результаты промежуточной аттестации обучающихся оформляются:

- протоколом – при сдаче контрольно-переводных нормативов общей физической и специальной физической подготовки на каждом этапе спортивной подготовки (согласно периоду обучения спортивной подготовки или году спортивной подготовки);

- протоколами спортивных соревнований – подтверждающие выполнение уровня спортивной квалификации (спортивный разряд, спортивное звание) на этапах спортивной подготовки (согласно периоду обучения спортивной подготовки или году спортивной подготовки).

- приказами о присвоении спортивного разряда, спортивного звания обучающимся.

3.8. На основании удовлетворительного результата (зачета) промежуточной аттестации обучающихся осуществляется перевод обучающихся на следующий этап спортивной подготовки или год этапа спортивной подготовки.

3.9. Неудовлетворительные результаты (незачет) промежуточной аттестации по одному из требований, предусмотренных пунктом 3.3 настоящего Положения для каждого этапа спортивной подготовки (согласно периоду обучения спортивной подготовки или году спортивной подготовки), или не прохождение промежуточной аттестации при отсутствии уважительных причин признаются академической задолженностью.

3.10. Обучающиеся, имеющие академическую задолженность, вправе пройти промежуточную аттестацию не более двух раз в сроки, определяемые Учреждением, в пределах одного года с момента образования академической задолженности. В указанный период не включается время болезни обучающегося.

3.11. При проведении промежуточной аттестации во второй раз Учреждением создается комиссия, состав которой утверждается приказом директора Учреждения.

3.12. Обучающиеся, не сдавшие промежуточную аттестацию по уважительным причинам или имеющие академическую задолженность, переводятся на следующий год этапа спортивной подготовки условно.

3.13. Обучающиеся обязаны ликвидировать академическую задолженность в установленные Учреждением сроки.

3.14. Обучающиеся, не ликвидировавшие в установленные сроки академической задолженности с момента ее образования, по решению педагогического совета Учреждения отчисляются из Учреждения.

Подготовлено:  
Заместитель директора



Е.В. Коротыч

Приложение 1

к Положению о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся в государственном бюджетном учреждении дополнительного образования Краснодарского края «Спортивная школа олимпийского резерва по велосипедному спорту»

Рекомендуемая форма  
ПЛАН

проведения текущего контроля успеваемости обучающихся в \_\_\_\_\_ году

№ п/п	Фамилия, имя, отчество тренера-преподавателя	Наименование у тренера-преподавателя группы этапа спортивной подготовки, в которой осуществляется текущий контроль успеваемости обучающихся	Место проведения текущего контроля успеваемости обучающихся тренером-преподавателем в соответствии с расписанием учебных тренировочных занятий	Цель и основание проведения текущего контроля успеваемости обучающихся	Периодичность проведения текущего контроля успеваемости обучающихся
1	2	3	4	5	6
1	Сидоров С.С..	Группа: УТ-1, Группа УТ-2	г. Краснодар ул. ул. Железнодорожная, 49 (Северная трибуна)	<p><i>Цель:</i> Систематическая проверка достижений обучающихся, в соответствии с планируемыми результатами прохождения спортивной подготовки, проводимая тренером-преподавателем, в ходе осуществления учебно-тренировочного процесса</p> <p><i>Основание:</i> Положение о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся в государственном бюджетном учреждении дополнительного образования Краснодарского края «Спортивная школа олимпийского резерва по велосипедному спорту» от _____ № _____</p>	<p>февраль месяц ноябрь месяц</p>

Приложение 2

## Приложение 2

к Положению о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся в государственном бюджетном учреждении дополнительного образования Краснодарского края «Спортивная школа олимпийского резерва по велосипедному спорту»

### Рекомендуемая форма № 1

#### Протокол

результатов текущего контроля успеваемости обучающихся  
этапа начальной подготовки до года обучения, свыше года обучения,  
тренер-преподаватель \_\_\_\_\_

№ п/п	ФИ спортсмена	Контрольные нормативы*		Уровень спортивной квалификации**	Участие в спортивных соревнованиях***		
		Нормативы ОФП (зачет, не зачет)	Нормативы СФП (зачет, не зачет)		Контрольные (штук)	Отборочные (штук)	Основные (штук)

#### Примечание:

\*Контрольные нормативы - Нормативы по ОФП и СФП тренер-преподаватель выбирает выборочно в соответствии с реализуемой дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта велосипедному спорту.

\*\*Уровень спортивной квалификации – указывается спортивный разряд (спортивное звание) на момент проведения текущего контроля.

\*\*\*Участие в спортивных соревнованиях – указывается количество соревнований, в которых принял участие обучающийся, на момент проведения текущего контроля.

#### Провел:

Тренер-преподаватель \_\_\_\_\_

Дата проведения \_\_\_\_\_.



Рекомендуемая форма № 2  
Протокол

результатов текущего контроля успеваемости обучающихся  
учебно-тренировочного этапа (этап спортивной специализации) до трех лет обучения, свыше трех лет обучения,  
тренер-преподаватель \_\_\_\_\_  
срок прохождения \_\_\_\_\_

№ п/п	ФИ спортсмена	Контрольные нормативы*		Уровень спортивной квалификации**		Участие в спортивных соревнованиях***		
		Нормативы ОФП (зачет, не зачет)	Нормативы СФП (зачет, не зачет)	До трех лет обучения (спортивный разряд)	Свыше трех лет обучения (спортивный разряд)	Контрольные (штук)	Отборочные (штук)	Основные (штук)

Примечание:

\*Контрольные нормативы - Нормативы по ОФП и СФП тренер-преподаватель выбирает выборочно в соответствии с реализуемой дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта велосипедный спорт.  
\*\*Уровень спортивной квалификации – указывается спортивный разряд (спортивное звание) на момент проведения текущего контроля.  
\*\*\*Участие в спортивных соревнованиях – указывается количество соревнований, в которых принял участие обучающийся, на момент проведения текущего контроля.

Провел:

Тренер-преподаватель \_\_\_\_\_  
Дата проведения \_\_\_\_\_.

Рекомендуемая форма № 3

Протокол

результатов текущего контроля успеваемости обучающихся  
этапа совершенствования спортивного мастерства,

тренер-преподаватель \_\_\_\_\_  
срок прохождения \_\_\_\_\_

№ п/п	ФИ спортсмена	Контрольные нормативы*		Нормативы СФП (зачет, не зачет)	Уровень спортивной квалификации**		Участие в спортивных соревнованиях***			
		Нормативы ОФП (зачет, не зачет)	Нормативы СФП (зачет, не зачет)		Выполнение КМС	Подтверждение КМС	Контрольные (штук)	Отборочные (штук)	Основные (штук)	

Примечание:

\*Контрольные нормативы - Нормативы по ОФП и СФП тренер-преподаватель выбирает выборочно в соответствии с реализуемой дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта велосипедный спорт.

\*\*Уровень спортивной квалификации – указывается спортивный разряд (спортивное звание) на момент проведения текущего контроля.

\*\*\*Участие в спортивных соревнованиях – указывается количество соревнований, в которых принял участие обучающийся на момент проведения текущего контроля.

Провел:

Тренер-преподаватель \_\_\_\_\_  
Дата проведения \_\_\_\_\_.

## Рекомендуемая форма № 4

### Протокол

результатов текущего контроля успеваемости обучающихся  
этапа высшего спортивного мастерства,

тренер-преподаватель \_\_\_\_\_  
срок прохождения \_\_\_\_\_

№ п/п	ФИ спортсмена	Контрольные нормативы*		Уровень спортивной квалификации** <i>Выполнение МС</i>	Участие в спортивных соревнованиях***		
		<i>Нормативы ОФП (зачет, не зачет)</i>	<i>Нормативы СФП (зачет, не зачет)</i>		<i>Контрольные (штук)</i>	<i>Отборочные (штук)</i>	<i>Основные (штук)</i>

Примечание:

\*Контрольные нормативы - Нормативы по ОФП и СФП тренер-преподаватель выбирает выборочно в соответствии с реализуемой дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта велосипедный спорт.

\*\*Уровень спортивной квалификации – указывается спортивный разряд (спортивное звание) на момент проведения текущего контроля.

\*\*\*Участие в спортивных соревнованиях – указывается количество соревнований, в которых принял участие обучающийся на момент проведения текущего контроля.

Провел:

Тренер-преподаватель \_\_\_\_\_

Дата проведения \_\_\_\_\_.

### Приложение 3

к Положению о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся в государственном бюджетном учреждении дополнительного образования Краснодарского края «Спортивная школа олимпийского резерва по велосипедному спорту»

#### 1. Требования к выполнению нормативов по общей физической и специальной физической подготовке для перевода на этапах начальной подготовки спортивной подготовки по виду спорта «велосипедный спорт»

Этап спортивной подготовки	Период на этапе спортивной подготовки	Минимальный возраст для зачисления	Уровень спортивной квалификации (разряд)	Уровень общей физической подготовленности и специальной физической подготовленности	
<b>Начальная подготовка</b>	2		Без разряда	юноши	<b>Не менее 150 баллов:</b> Не менее 75 баллов по общей физической подготовке (таблица 1) Не менее 75 баллов по специальной физической подготовке (таблица 2, 3 дисциплины «шоссе», таблица 4 дисциплина BMX)
			Без разряда	девушки	<b>Не менее 135 баллов:</b> Не менее 75 баллов по общей физической подготовке (таблица 1) Не менее 60 баллов по специальной физической подготовке (таблица 2, 3 дисциплины «шоссе», таблица 4 дисциплина BMX)
	3		Без разряда	юноши	<b>Не менее 300 баллов:</b> Не менее 200 баллов по общей физической подготовке (таблица 1) Не менее 100 баллов по специальной физической подготовке (таблица 2, 3 дисциплины «шоссе», таблица 4 дисциплина BMX)
			Без разряда	девушки	<b>Не менее 270 баллов:</b> Не менее 140 баллов по общей физической подготовке (таблица 1) Не менее 130 баллов по специальной физической подготовке (таблица 2, 3 дисциплины «шоссе», таблица 4 дисциплина BMX)
	4		Без разряда	юноши	<b>Не менее 450 баллов:</b> Не менее 240 баллов по общей физической подготовке (таблица 1) Не менее 210 баллов по специальной физической подготовке (таблица 2, 3 дисциплины «шоссе», таблица 4 дисциплина BMX)
			Без разряда	девушки	<b>Не менее 420 баллов:</b> Не менее 240 баллов по общей физической подготовке (таблица 1) Не менее 180 баллов по специальной физической подготовке (таблица 2, 3 дисциплины «шоссе», таблица 4 дисциплина BMX)

**2. Требования к выполнению нормативов**  
по общей физической и специальной физической подготовки для перевода на  
этапах учебно-тренировочных (спортивной специализации),  
спортивной подготовки по виду спорта «велосипедный спорт»

Этап спортивной подготовки	Период на этапе спортивной подготовки	Минимальный возраст для зачисления	Уровень спортивной квалификации и (разряд)	Уровень общей физической подготовленности и специальной физической подготовленности	
<b>Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)</b>	1	11	Спортивные разряды - "третий юношеский спортивный разряд", "второй юношеский спортивный разряд", "первый юношеский спортивный разряд"	юноши	<b>Не менее 600 баллов:</b> Не менее 300 баллов по общей физической подготовке (таблица 1) Не менее 300 баллов по специальной физической подготовке (таблица 2, 3 дисциплины «шоссе», таблица 4 дисциплина BMX)
	2	девушки		<b>Не менее 555 баллов:</b> Не менее 255 баллов по общей физической подготовке (таблица 1) Не менее 300 баллов по специальной физической подготовке (таблица 2, 3 дисциплины «шоссе», таблица 4 дисциплина BMX)	
		юноши		<b>Не менее 800 баллов:</b> Не менее 400 баллов по общей физической подготовке (таблица 1) Не менее 400 баллов по специальной физической подготовке (таблица 2, 3 дисциплины «шоссе», таблица 4 дисциплина BMX)	
	3	девушки		<b>Не менее 745 баллов:</b> Не менее 345 баллов по общей физической подготовке (таблица 1) Не менее 400 баллов по специальной физической подготовке (таблица 2, 3 дисциплины «шоссе», таблица 4 дисциплина BMX)	
		юноши	<b>Не менее 1000 баллов:</b> Не менее 500 баллов по общей физической подготовке (таблица 1) Не менее 500 баллов по специальной физической подготовке (таблица 2, 3 дисциплины «шоссе», таблица 4 дисциплина BMX)		
		девушки	<b>Не менее 930 баллов:</b> Не менее 430 баллов по общей физической подготовке (таблица 1) Не менее 500 баллов по специальной физической подготовке (таблица 2, 3 дисциплины «шоссе», таблица 4 дисциплина BMX)		
		юноши	<b>Не менее 1200 баллов:</b> Не менее 600 баллов по общей физической подготовке (таблица 1) Не менее 600 баллов по специальной физической подготовке (таблица 2, 3 дисциплины «шоссе», таблица 4 дисциплина BMX)		
	4	девушки	<b>Не менее 1115 баллов:</b> Не менее 515 баллов по общей физической подготовке (таблица 1) Не менее 600 баллов по специальной физической подготовке (таблица 2, 3 дисциплины «шоссе», таблица 4 дисциплина BMX)		
		юноши	<b>Не менее 1115 баллов:</b> Не менее 515 баллов по общей физической подготовке (таблица 1) Не менее 600 баллов по специальной физической подготовке (таблица 2, 3 дисциплины «шоссе», таблица 4 дисциплина BMX)		

**3. Требования к выполнению нормативов  
по общей физической и специальной физической подготовки для перевода на  
этапах совершенствования спортивного мастерства,  
спортивной подготовки по виду спорта «велосипедный спорт»**

Этап спортивной подготовки	Период на этапе спортивной подготовки	Минимальный возраст для зачисления	Уровень спортивной квалификации и (разряд)	Уровень общей физической подготовленности и специальной физической подготовленности	
Этап совершенствования спортивного мастерства	До года	15	Спортивный разряд «Кандидат в мастера спорта»	юноши	<p style="text-align: center;"><b>Не менее 1400 баллов:</b></p> <p>Не менее 700 баллов по общей физической подготовке (таблица1)</p> <p>Не менее 700 баллов по специальной физической подготовке (таблица 2, 3 дисциплины «шоссе», таблица 4 дисциплина BMX)</p>
				девушки	<p style="text-align: center;"><b>Не менее 1295 баллов:</b></p> <p>Не менее 595 баллов по общей физической подготовке (таблица1)</p> <p>Не менее 700 баллов по специальной физической подготовке (таблица 2, 3 дисциплины «шоссе», таблица 4 дисциплина BMX)</p>
	Свыше года			юноши	<p style="text-align: center;"><b>Не менее 1500 баллов:</b></p> <p>Не менее 750 баллов по общей физической подготовке (таблица1)</p> <p>Не менее 750 баллов по специальной физической подготовке (таблица 2, 3 дисциплины «шоссе», таблица 4 дисциплина BMX)</p>
				девушки	<p style="text-align: center;"><b>Не менее 1400 баллов:</b></p> <p>Не менее 650 баллов по общей физической подготовке (таблица1)</p> <p>Не менее 750 баллов по специальной физической подготовке (таблица 2, 3 дисциплины «шоссе», таблица 4 дисциплина BMX)</p>

**4. Требования к выполнению нормативов  
по общей физической и специальной физической подготовки для перевода на  
этапах высшего спортивного мастерства,  
спортивной подготовки по виду спорта «велосипедный спорт»**

Этап спортивной подготовки	Период на этапе спортивной подготовки	Минимальный возраст для зачисления	Уровень спортивной квалификации и (разряд)	Уровень общей физической подготовленности и специальной физической подготовленности	
<b>Этап высшего спортивного мастерства</b>	1 год	17	Спортивное звание «Мастер спорта России»	мужчины	<p><b>Не менее 1600 баллов:</b>            Не менее 800 баллов по общей физической подготовке (таблица 1)            Не менее 800 баллов по специальной физической подготовке (таблица 2, 3 дисциплины «шоссе», таблица 4 дисциплина BMX)</p>
				женщины	<p><b>Не менее 1480 баллов:</b>            Не менее 680 баллов по общей физической подготовке (таблица 1)            Не менее 800 баллов по специальной физической подготовке (таблица 2, 3 дисциплины «шоссе», таблица 4 дисциплина BMX)</p>
	2 год			мужчины	<p><b>Не менее 1700 баллов:</b>            Не менее 850 баллов по общей физической подготовке (таблица 1)            Не менее 850 баллов по специальной физической подготовке (таблица 2, 3 дисциплины «шоссе», таблица 4 дисциплина BMX)</p>
				женщины	<p><b>Не менее 1485 баллов:</b>            Не менее 685 баллов по общей физической подготовке (таблица 1)            Не менее 800 баллов по специальной физической подготовке (таблица 2, 3 дисциплины «шоссе», таблица 4 дисциплина BMX)</p>
	Свыше двух лет			мужчины	<p><b>Не менее 1800 баллов:</b>            Не менее 900 баллов по общей физической подготовке (таблица 1)            Не менее 900 баллов по специальной физической подготовке (таблица 2, 3 дисциплины «шоссе», таблица 4 дисциплина BMX)</p>
				женщины	<p><b>Не менее 1675 баллов:</b>            Не менее 875 баллов по общей физической подготовке (таблица 1)            Не менее 800 баллов по специальной физической подготовке (таблица 2, 3 дисциплины «шоссе», таблица 4 дисциплина BMX)</p>

Таблица 1.

N п/п	Упражнения	Единица измерения	Результат	Балл
1.	Бег на 3000 м	мин, с	0:14:45 и более	0,0
			0:14:40	0,1
			0:14:35	0,2
			0:14:30	0,3
			0:14:25	0,5
			0:14:20	0,8
			0:14:15	1,1
			0:14:10	1,4
			0:14:05	1,8
			0:14:00	2,3
			0:13:55	2,8
			0:13:50	3,3
			0:13:45	3,9
			0:13:40	4,6
			0:13:35	5,3
			0:13:30	6,1
			0:13:25	6,9
			0:13:20	7,8
			0:13:15	8,7
			0:13:10	9,7
			0:13:05	10,7
			0:13:00	11,8
			0:12:55	13,0
			0:12:50	14,2
			0:12:45	15,5
			0:12:40	16,8
			0:12:35	18,2
			0:12:30	19,7
			0:12:25	21,2
			0:12:20	22,8
			0:12:15	24,4
			0:12:10	26,1
			0:12:05	27,8
			0:12:00	29,6
			0:11:55	31,5
			0:11:50	33,4
			0:11:45	35,3
			0:11:40	37,3
			0:11:35	39,4
			0:11:30	41,5
			0:11:25	43,6
			0:11:20	45,8
			0:11:15	48,0
			0:11:10	50,3
			0:11:05	52,6
			0:11:00	54,9
			0:10:55	57,3
			0:10:50	59,7
			0:10:45	62,1
			0:10:40	64,5
			0:10:35	66,9
			0:10:30	69,3



	Бег на 3000 метров		0:10:25	71,7	
			0:10:20	74,0	
			0:10:15	76,4	
			0:10:10	78,7	
			0:10:05	81,0	
			0:10:00	83,2	
			0:09:55	85,4	
			0:09:50	87,5	
			0:09:45	89,4	
			0:09:40	91,3	
			0:09:35	93,1	
			0:09:30	94,7	
			0:09:25	96,1	
			0:09:20	97,3	
			0:09:15	98,4	
			0:09:10	99,2	
			0:09:05	99,7	
			0:09:00	100,0	
2.		Бег на 400 м	мин, с	01:24,0 и более	0,0
					01:23,5
				01:23,0	0,2
				01:22,5	0,4
				01:22,0	0,6
				01:21,5	0,9
				01:21,0	1,2
				01:20,5	1,7
				01:20,0	2,1
				01:19,5	2,7
				01:19,0	3,3
				01:18,5	3,9
				01:18,0	4,6
				01:17,5	5,4
				01:17,0	6,3
				01:16,5	7,2
				01:16,2	7,8
				01:16,0	8,2
				01:15,5	9,2
				01:15,0	10,4
				01:14,5	11,5
				01:14,0	12,8
				01:13,5	14,1
				01:13,0	15,5
				01:12,5	17,0
				01:12,0	18,5
				01:11,5	20,1
				01:11,0	21,7
				01:10,5	23,5
				01:10,0	25,3
				01:09,5	27,1
				01:09,0	29,0
				01:08,5	31,0
				01:08,0	33,1
				01:07,5	35,2
				01:07,0	37,3
		01:06,5	39,6		
		01:06,0	41,8		
		01:05,5	44,2		
		01:05,0	46,5		

	Бег на 400 метров		01:04,5	48,9
			01:04,0	51,4
			01:03,5	53,9
			01:03,0	56,4
			01:02,5	59,0
			01:02,0	61,5
			01:01,5	64,1
			01:01,0	66,7
			01:00,5	69,3
			01:00,0	71,9
			00:59,5	74,4
			00:59,0	76,9
			00:58,5	79,4
			00:58,0	81,8
			00:57,5	84,2
			00:57,0	86,4
			00:56,5	88,6
			00:56,0	90,7
			00:55,5	92,6
			00:55,0	94,3
			00:54,5	95,9
			00:54,0	97,2
			00:53,5	98,4
			00:53,0	99,2
			00:52,5	99,8
			00:52,0	100,0
3.	Бег на 60 м	с	10,0 и более	0,0
			9,9	0,1
			9,8	0,5
			9,7	1,4
			9,6	2,6
			9,5	4,2
			9,4	6,2
			9,3	8,5
			9,2	11,3
			9,1	14,4
			9,0	17,8
			8,9	21,6
			8,8	25,7
			8,7	30,1
			8,6	34,8
			8,5	39,7
			8,4	44,9
			8,3	50,2
			8,2	55,7
			8,1	61,2
			8,0	66,8
			7,9	72,2
			7,8	77,5
			7,7	82,6
			7,6	87,3
			7,5	91,5
			7,4	95,0
			7,3	97,8
			7,2	99,5
			7,1	100,0
4.	Подтягивание на перекладине	количество раз	0	0,0
			1	0,2

	Подтягивание на перекладине	количество раз	2	1,0
			3	2,5
			4	4,5
			5	7,0
			6	10,0
			7	13,4
			8	17,2
			9	21,3
			10	25,6
			11	30,2
			12	35,0
			13	39,9
			14	44,9
			15	50,0
			16	55,1
			17	60,1
			18	65,0
			19	69,8
			20	74,4
			21	78,8
			22	82,8
			23	86,6
			24	90,0
			25	93,0
			26	95,5
			27	97,5
			28	99,0
			29	99,8
			30	100,0
			5.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу
			1	0,1
			2	0,3
			3	0,5
			4	0,8
			5	1,1
			6	1,4
			7	1,8
			8	2,3
			9	2,8
			10	3,4
			11	4,0
			12	4,6
			13	5,3
			14	6,0
			15	6,8
			16	7,6
			17	8,4
			18	9,3
			19	10,2
			20	11,1
			21	12,1
			22	13,1
			23	14,2
			24	15,2
			25	16,3
			26	17,5
			27	18,6
			28	19,8

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	29	21,0
	30	22,2
	31	23,5
	32	24,8
	33	26,1
	34	27,4
	35	28,7
	36	30,0
	37	31,4
	38	32,8
	39	34,2
	40	35,6
	41	37,0
	42	38,4
	43	39,8
	44	41,3
	45	42,7
	46	44,2
	47	45,6
	48	47,1
	49	48,5
	50	50,0
	51	51,5
	52	52,9
	53	54,4
	54	55,8
55	57,3	
56	58,7	
57	60,2	
58	61,6	
59	63,0	
60	64,4	
61	65,8	
62	67,2	
63	68,6	
64	70,0	
65	71,3	
66	72,6	
67	73,9	
68	75,2	
69	76,5	
70	77,8	
71	79,0	
72	80,2	
73	81,4	
74	82,5	
75	83,7	
76	84,8	
77	85,8	
78	86,9	
79	87,9	
80	88,9	
81	89,8	
82	90,7	
83	91,6	
84	92,4	
85	93,2	
86	94,0	

	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		87	94,7
			88	95,4
			89	96,0
			90	96,6
			91	97,2
			92	97,7
			93	98,2
			94	98,6
			95	98,9
			96	99,2
			97	99,5
			98	99,7
			99	99,9
			100	100,0
6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	См	50,0	0,00
			55,0	0,03
			60,0	0,26
			65,0	0,70
			70,0	1,32
			75,0	2,13
			80,0	3,11
			85,0	4,26
			90,0	5,56
			95,0	7,02
			100,0	8,62
			105,0	10,36
			110,0	12,22
			115,0	14,20
			120,0	16,29
			125,0	18,49
			130,0	20,78
			135,0	23,16
			140,0	25,62
			145,0	28,15
			150,0	30,74
			155,0	33,39
			160,0	36,08
			165,0	38,82
			170,0	41,59
			175,0	44,38
			180,0	47,18
			185,0	50,00
			190,0	52,82
			195,0	55,62
			13,6	9,3
			13,8	10,2
			14,0	11,1
			14,2	12,1
			14,4	13,1
			14,6	14,2
			14,8	15,2
			15,0	16,3
			15,2	17,5
			15,4	18,6
			15,6	19,8
			15,8	21,0
			16,0	22,2
			16,2	23,5

	Прыжок в длину с места, толчком двумя ногами	см	16,4	24,8
			16,6	26,1
			16,8	27,4
			17,0	28,7
			17,2	30,0
			17,4	31,4
			17,6	32,8
			17,8	34,2
			18,0	35,6
			18,2	37,0
			18,4	38,4
			18,6	39,8
			18,8	41,3
			19,0	42,7
			19,2	44,2
			19,4	45,6
			19,6	47,1
			19,8	48,5
			20,0	50,0
			20,2	51,5
			20,4	52,9
			20,6	54,4
			20,8	55,8
			21,0	57,3
			21,2	58,7
			21,4	60,2
			21,6	61,6
			21,8	63,0
			22,0	64,4
			200,0	58,41
			205,0	61,18
			210,0	63,92
			215,0	66,61
			220,0	69,26
			225,0	71,85
			230,0	74,38
			235,0	76,84
			240,0	79,22
			245,0	81,51
			250,0	83,71
	255,0	85,80		
	260,0	87,78		
	265,0	89,64		
	270,0	91,38		
	275,0	92,98		
	280,0	94,44		
	285,0	95,74		
	290,0	96,89		
	295,0	97,87		
	300,0	98,68		
	305,0	99,30		
	310,0	99,74		
	315,0	99,97		
	320,0	100,00		
7.	Десятерной прыжок с места	м	10,0	0,0
			10,2	0,1
			10,4	0,3
			10,6	0,5

	Десятерной прыжок с места	м	10,8	0,8
			11,0	1,1
			11,2	1,4
			11,4	1,8
			11,6	2,3
			11,8	2,8
			12,0	3,4
			12,2	4,0
			12,4	4,6
			12,6	5,3
			12,8	6,0
			13,0	6,8
			13,2	7,6
			13,4	8,4
			22,2	65,8
			22,4	67,2
			22,6	68,6
			22,8	70,0
			23,0	71,3
			23,2	72,6
			23,4	73,9
			23,6	75,2
			23,8	76,5
			24,0	77,8
			24,2	79,0
			24,4	80,2
			24,6	81,4
			24,8	82,5
			25,0	83,7
			25,2	84,8
			25,4	85,8
			25,6	86,9
			25,8	87,9
			26,0	88,9
			26,2	89,8
			26,4	90,7
			26,6	91,6
			26,8	92,4
			27,0	93,2
			27,2	94,0
	27,4	94,7		
	27,6	95,4		
	27,8	96,0		
	28,0	96,6		
	28,2	97,2		
	28,4	97,7		
	28,6	98,2		
	28,8	98,6		
	29,0	98,9		
	29,2	99,2		
	29,4	99,5		
	29,6	99,7		
	29,8	99,9		
	30,0	100,0		
8.	Запрыгивание в упор присев на препятствие	См	30,0	0,0
			35,0	0,3
			40,0	1,4
			45,0	3,4

	Запрыгивание в упор присев на препятствие	см	50,0	6,0
			55,0	9,3
			60,0	13,1
			65,0	17,5
			70,0	22,2
			75,0	27,4
			80,0	32,8
			85,0	38,4
			90,0	44,2
			95,0	50,0
			100,0	55,8
			105,0	61,6
			110,0	67,2
			115,0	72,6
			120,0	77,8
			125,0	82,5
			130,0	86,9
			135,0	90,7
			140,0	94,0
			145,0	96,6
	150,0	98,6		
	155,0	99,7		
	160,0	100,0		
9.	Подъем и опускание туловища из положения "вис на согнутых ногах" (с опорой на голени)	количество раз	0	0,0
			1	0,1
			2	0,5
			3	1,4
			4	2,5
			5	4,0
			6	5,7
			7	7,7
			8	10,0
			9	12,5
			10	15,2
			11	18,2
			12	21,3
			13	24,5
			14	27,9
	15	31,4		
	Подъем и опускание туловища из положения "вис на согнутых ногах" (с опорой на голени)	количество раз	16	35,0
			17	38,7
			18	42,4
			19	46,2
			20	50,0
			21	53,8
			22	57,6
			23	61,3
			24	65,0
			25	68,6
			26	72,1
			27	75,5
			28	78,8
			29	81,8
			30	84,8
			31	87,5
			32	90,0
			33	92,3
			34	94,3



	Подъем и опускание туловища из положения "вис на согнутых ногах" (с опорой на голени)	количество раз	35	96,0
			36	97,5
			37	98,6
			38	99,5
			39	99,9
			40	100,0
10.	Приседания на одной ноге	количество раз	0	0,0
			2	0,2
			4	0,5
			6	1,0
			8	1,6
			10	2,3
			12	3,2
			14	4,2
			16	5,3
			18	6,6
			20	7,9
			22	9,4
			24	10,9
			26	12,6
			28	14,3
			30	16,2
			32	18,1
			34	20,0
			36	22,1
			38	24,2
	40	26,3		
	42	28,6		
	44	30,8		
	46	33,1		
	48	35,5		
	50	37,8		
	Приседания на одной ноге	количество раз	52	40,2
			54	42,7
			56	45,1
			58	47,5
			60	50,0
			62	52,5
			64	54,9
			66	57,3
			68	59,8
			70	62,2
			72	64,5
			74	66,9
			76	69,2
			78	71,4
			80	73,7
			82	75,8
			84	77,9
			86	80,0
			88	81,9
			90	83,8
	92	85,7		
	94	87,4		
	96	89,1		
	98	90,6		
100	92,1			
102	93,4			

	Приседания на одной ноге	количество раз		
			104	94,7
			106	95,8
			108	96,8
			110	97,7
			112	98,4
			114	99,0
			116	99,5
			118	99,8
			120	100,0