

В ДЮСШ МБУДО БДДТ реализуются следующие программы:

- **Общеобразовательная общеразвивающая программа по пауэрлифтингу. Срок обучения – 1 год. Принимаются дети 2003-2006 года рождения. В 2020-2021 учебном году количество бюджетных мест – 24. Прием документов 30 августа 2020 года с 10-00. К заявлению прилагаются медицинское заключение о принадлежности несовершеннолетнего к медицинской группы для занятий физической культурой в соответствии с приказом Министерства здравоохранения РФ от 10.08.2017г. № 514н, копия свидетельства о рождении (копия паспорта для лиц, достигших 14 летнего возраста).**

- **Дополнительная предпрофессиональная программа по художественной гимнастике. Срок обучения – 8 лет. Принимаются дети 2013-2014 года рождения. В 2020-2021 учебном году количество бюджетных мест для приема – 16. Прием осуществляется по результатам индивидуального отбора. Заявление и необходимые документы (медицинское заключение о принадлежности несовершеннолетнего к медицинской группы для занятий физической культурой в соответствии с приказом Министерства здравоохранения РФ от 10.08.2017г. № 514н, копия свидетельства о рождении, 2 фотографии 3х4) принимаются приемной комиссией с 03 по 18 августа 2020 года (график работы см. ниже).**

**- Дополнительная предпрофессиональная программа по кикбоксингу.**

**Прием в 2020-2021 учебном году**  
**не ведется.**

**- Общеобразовательная общеразвивающая программа по плаванию.** Срок обучения – 1 год. Принимаются дети 2013 года рождения. В 2020-2021 учебном году количество бюджетных мест – 60. Прием документов 30 августа 2020 года с 10-00. К заявлению прилагаются медицинское заключение о принадлежности несовершеннолетнего к медицинской группе для занятий физической культурой в соответствии с приказом Министерства здравоохранения РФ от 10.08.2017г. № 514н, копия свидетельства о рождении.

**- Дополнительная предпрофессиональная программа по плаванию.** Срок обучения – 8 лет. Принимаются дети 2012 года рождения. Количество бюджетных мест в 2020-2021 учебном году – 48. Прием осуществляется по результатам индивидуального отбора. Заявление и необходимые документы (медицинское заключение о принадлежности несовершеннолетнего к медицинской группе для занятий физической культурой в соответствии с приказом Министерства здравоохранения РФ от 10.08.2017г. № 514н, копия свидетельства о рождении, 2 фотографии 3х4) принимаются приемной комиссией с 03 по 18 августа 2020 года (график работы см. ниже).

- **Дополнительная предпрофессиональная программа по плаванию. Срок обучения – 8 лет. Принимаются дети 2011 года рождения на второй год обучения. Количество бюджетных мест в 2020-2021 учебном году – 32. Прием осуществляется по результатам индивидуального отбора. Заявление и необходимые документы (медицинское заключение о принадлежности несовершеннолетнего к медицинской группе для занятий физической культурой в соответствии с приказом Министерства здравоохранения РФ от 10.08.2017г. № 514н, 1 копия свидетельства о рождении, 2 фотографии 3х4) принимаются приемной комиссией с 03 по 18 августа 2020 года (график работы см. ниже).**

-

***График работы приемной и апелляционной комиссий:***

- график работы приемной комиссии: 03 - 31 августа 2020 года (пн-пт) с 10.00 до 13.00 часов (г. Белгород, ул. Садовая, д.3, каб.217, т. 26-62-10);
- график приема документов: 03-18 августа 2020 года (пн-пт) с 10.00 до 13.00 часов (г. Белгород, ул. Садовая, д.3, каб.217, т. 26-62-10);
- график работы апелляционной комиссии: 20 - 31 августа 2020 года (пн-пт) с 10.00 до 13.00 часов (г. Белгород, ул. Садовая, д.3, каб. 217, т. 26-62-10).

***Сроки проведения индивидуального отбора поступающих в 2020 году по отдельным видам спорта:***

- Отделение плавания: 19-21 августа 2020 года с 10.00 до 13.00;
- Отделение художественная гимнастика: 24 августа 2020 года с 10.00 до 13.00.

## **Контрольные нормативы общей и специальной физической подготовки**

### **для зачисления на базовый уровень**

#### **плавание 2012 г.р.**

**Развиваемое** физическое качество

**Контрольные** упражнения (тестирование двигательных умений)

Мальчики

Девочки

Оценка (баллов)

5

4

3

5

4

3

Скоростно-силовые качества

Бросок набивного мяча 1 кг

4 м

3,9 м

3,8 м

3,5 м

3,4 м

3,3 м

Челночный бег 3х10 м

10 сек.

10,5 сек.

11 сек.

10,5 сек.

11 сек.

11,5 сек.

Гибкость

Выкруты прямых рук вперед-назад

уже ширины плеч на

2 кулака

на ширине плеч

на 2 кулака шире длины плеч

уже ширины плеч на

2 кулака

на ширине плеч

на 2 кулака шире длины плеч

Наклоны вперед, стоя на возвышении

ниже уровня стопы, касание пола ладонями

ниже уровня стопы, касание пола пальцами рук

до уровня стопы

ниже уровня стопы, касание пола ладонями

ниже уровня стопы, касание пола пальцами рук

до уровня стопы

Техническая и плавательная подготовка

кроль на груди



10 м

скольжение

на груди с работой ног более 6м

поплавок и звездочка

кроль на груди

10 м

скольжение

на груди более 6м

поплавок и звездочка

Рейтинговая оценка складывается из суммы баллов, полученных поступающими по результатам тестирования и проставляются в протоколе в соответствии со шкалой:

Отлично

Хорошо

Удовлетворительно

Неудовлетворительно

25 баллов

20 баллов

15 баллов

от 14 баллов и ниже

**Контрольные нормативы общей и специальной физической подготовки**

**для зачисления на базовый уровень**

**плавание 2011 г.р.**

Развиваемое физическое качество

Контрольные упражнения (тестирование двигательных умений)

Мальчики

Девочки

Оценка (баллов)

5

4

3

5

4

3

Скоростно-силовые качества

Бросок набивного мяча 1 кг

4,2 м

4,1 м

4 м

3,7 м

3,6 м

3,5 м

Челночный бег 3х10 м

9,8 сек.

10,3 сек.

10,8сек.

10,3 сек.

10,8 сек.

11,3 сек.

Гибкость

Выкруты прямых рук вперед-назад

уже ширины плеч на

2 кулака

на ширине плеч

на 2 кулака шире длины плеч

уже ширины плеч на

2 кулака

на ширине плеч

на 2 кулака шире длины плеч

Наклоны вперед, стоя на возвышении

ниже уровня стопы, касание пола ладонями

ниже уровня стопы, касание пола пальцами рук

до уровня стопы

ниже уровня стопы, касание пола ладонями

ниже уровня стопы, касание пола пальцами рук

до уровня стопы

Техническая и плавательная подготовка

4x25м

всеми способами плавания

25м кроль на груди

скольжение

на груди с работой ног более 6м

4x25м

всеми способами плавания

25м кроль на груди

скольжение

на груди с работой ног более 6м

**Рейтинговая оценка складывается из суммы баллов, полученных поступающими по результатам тестирования и проставляются в протоколе в соответствии со шкалой:**

Отлично

Хорошо



Удовлетворительно

Неудовлетворительно

25 баллов

20 баллов

15 баллов

от 14 баллов и ниже

**Контрольные нормативы общей и специальной физической подготовки**

**для зачисления на базовый уровень**

**художественная гимнастика**

Развиваемое физическое качество

Контрольные упражнения (тестирование двигательных умений)

Норматив (баллы)

5

4

3

Гибкость

И.п. сед, ноги вместе, колени прямые

Наклон вперед

фиксация положения 5 счетов

плотная складка, колени прямые

кисти рук выходят за линию стоп

кисти рук на линии стоп

И.П.-лежа на животе "Рыбка"- прогиб назад в упоре на руках со сгибанием ног. Измеряется рас

касание стопами лба

до 5 см

6-10 см

Мост из положения лежа

«мост» вплотную руками к пятке

2-5 см от рук до стоп

6-10 см от рук до стоп

Гибкость подвижность тазобедренного сустава

Шпагаты на полу

1-с правой ноги

2-с левой ноги

3-поперечный

плотное касание пола правым и левым бедром

1-5 см от пола до бедра

6-10см от пола до бедра

Координационные способности

Равновесие на одной ноге, другую согнуть вперед, стопа прижата к колену опорной ноги, руки

с обеих ног)

удержание положения в течение 5 секунд

удержание положения в течение

3секунды

удержание положения в течение

2 секунды

Скоростно-силовые качества

Прыжки толчком двух ног, ноги прямые, высота от пола не менее 5см (за 20сек.)

10

8

6

Пресс силовые способности

Из и.п. лежа на спине

1. Сед до горизонтали

2.И.п.

8

7

6

Силовые способности: сила мышц спины

Из и. п. лежа на животе руки за голову, ноги закреплены 1.Прогнуться назад (до горизонтали)

2. И.п.

8

7

6

**Рейтинговая оценка складывается из суммы баллов, полученных поступающими по результатам тестирования и проставляются в протоколе в соответствии со шкалой:**

Отлично

Хорошо

Удовлетворительно

Неудовлетворительно

40 баллов

32 баллов

24 баллов

от 23 баллов и ниже