

Муниципальное автономное физкультурно-спортивное учреждение
«Спортивная школа олимпийского резерва «Металлург»



ПОЛОЖЕНИЕ
о контрольно-переводных нормативах для зачисления
спортсменов, проходящих спортивную подготовку на этап совершенствования
спортивного мастерства по виду спорта хоккей.

1. Общие положения

Настоящее Положение разработано в соответствии с Приказом Министерства спорта РФ от 27 марта 2013 г. N 149 «ОБ УТВЕРЖДЕНИИ ФЕДЕРАЛЬНОГО СТАНДАРТА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА ХОККЕЙ»

1.1 Настоящее Положение определяет требования для лиц, проходящих спортивную подготовку по виду спорта хоккей для зачисления на этап совершенствования спортивного мастерства (далее ЭССМ).

1.2 Контрольно-переводные испытания являются обязательными для всех спортсменов МАФСУ «СШОР «Металлург».

2. Цели контрольно-переводных испытаний.

Целью сдачи контрольно-переводных нормативов (далее КПН) по общефизической (далее ОФП) и специальной спортивной подготовки (далее СФП) является измерение и оценка различных показателей спортсмена для оценки эффективности спортивной тренировки и перевода его на следующий этап спортивной подготовки.

3. Порядок проведения контрольно-переводных испытаний.

3.1 К контрольно-переводным испытаниям допускаются все спортсмены прошедшие тренировочный этап подготовки и имеющие врачебный допуск на день сдачи КПН.

3.2 Спортсмены, выезжающие на тренировочные и спортивные мероприятия могут пройти итоговые испытания досрочно.

3.3 Оценка показателей ОФП и СФП проводится в соответствии с КПН по виду спорта

«Хоккей».

3.4 КНП принимаются один раз в год по СФП (май) по ОФП (август), результаты заносятся в протокол, обсуждаются на тренерском совете и выносятся на утверждение тренерским советом.

3.5 КНП принимаются комиссией, созданной в СШОР «Металлург» приказом директора, в которую входит тренер, директор, старший тренер, заместитель по СР, инструктор-методист.

3.6 По итогам контрольно-переводных испытаний заполняется протокол сдачи тестов.

3.7 Перед проведением тестирования необходимо объяснить спортсменам его цель, методику выполнения, критерии оценки за отдельные задания, обоснование средней оценки за все тесты.

3.8 Перед тестированием должна быть проведена разминка.

3.9 Все измерения проводятся по единой методике. Могут проводиться как на тренировочных занятиях, так и в форме внеучебных мероприятий.

3.10 Форма проведения тестирования спортсменов СШОР «Металлург» должна предусматривать их стремление показать наилучший результат.

3.11 В период проведения КНП приказом директора создается конфликтная комиссия для решения спорных вопросов при проведении контрольно-переводных испытаний.

4. Порядок зачисления спортсмена на этап совершенствования спортивного мастерства МАФСУ «СШОР «Металлург».

4.1 Спортсмен переводится на ЭССМ при условии выполнения КНП от 80 до 100% по ОФП и СФП и положительной динамики индивидуальной игровой статистики.

4.2 Перевод спортсмена досрочно на ЭССМ может проводиться по решению тренерского совета на основании выполнения КНП по ОФП, СФП и показанных высоких спортивных результатах.

4.3 Спортсмен, успешно сдавший КНП и принимавший участие в официальных спортивных мероприятиях по виду спорта «хоккей», переводится на следующий этап спортивной подготовки.

4.4. Спортсмен, не выполнивший требования программы спортивной подготовки и не сдавший КНП не переводится на следующий этап спортивной подготовки и имеет возможность продолжить тренировочный процесс на том же этапе или в продолжение занятия хоккеем в группах по общеразвивающей программе с элементами хоккея, но не

более одного года.

4.5. Вопрос о продолжении тренировок для данной категории спортсменов рассматривается на тренерском совете, на основании КПН спортсменов и рекомендации тренерского совета.

**5. НОРМАТИВЫ
ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ
ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ В ГРУППЫ НА ЭТАПЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ
СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА**

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
Быстрота	Бег 30 м старт с места (не более 4,1 с)	Бег 30 м старт с места (не более 5,2 с)
	Бег на коньках 30 м (не более 4,3 с)	Бег на коньках 30 м (не более 5,6 с)
	Бег 400 м (не более 59 с)	Бег 400 м (не более 74 с)
Сила	Приседания со штангой с весом 100% собственного веса (не менее 22 раза)	Приседания со штангой с весом 100% собственного веса (не менее 10 раз)
	Пятикратный прыжок в длину (не менее 13 м 20 см)	Пятикратный прыжок в длину (не менее 8 м)
	Подтягивание на перекладине (не менее 15 раз)	Подтягивание на перекладине (не менее 10 раз)
Выносливость	Челночный бег на коньках 5 x 54 м (не более 38 с)	Челночный бег на коньках 5 x 54 м (не более 46 с)
Координационные способности	Бег по малой восьмерке лицом и спиной вперед (не более 21 с)	Бег по малой восьмерке лицом и спиной вперед (не более 27 с)
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа	Обязательная техническая программа
Спортивный разряд	Первый спортивный разряд	