

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
спортивная школа «Юность» города Славянска-на-Кубани  
муниципального образования Славянский район**

**П Р И К А З**

от 30.08.2024 г.

№ 132/16

**Об утверждении Положения о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся в муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования спортивная школа «Юность»**

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 31 октября 2022 года № 884 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта настольный теннис», 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 МБУ ДО СШ «Юность» (приложение).
2. Контроль за исполнением данного приказа оставляю за собой.
3. Приказ вступает в силу с момента подписания.

Директор МБУ ДО  
СШ «Юность»

В.С. Боровик

## Приложение

### УТВЕРЖДЕНО

приказом МБУ ДО СШ «Юность»  
от 30.08.2024 г. № 132/16

## **ПОЛОЖЕНИЕ**

### **о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся в муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования спортивная школа «Юность» города Славянска-на-Кубани муниципального образования Славянский район**

#### 1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся в муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования Спортивная школа «Юность» (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 31 октября 2022 года № 884 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта настольный теннис», 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 настольный теннис, 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 настольный теннис 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 настольный теннис.

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 квартал.

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 – незачет» 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 настольный теннис;

- 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 настольный теннис.

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 настольный теннис, на следующих этапах спортивной подготовки:

- этапе начальной подготовки: период обучения спортивной подготовки (год спортивной подготовки) - до года обучения, свыше года обучения;

- учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации): период обучения спортивной подготовки (год спортивной подготовки) - до трех лет, свыше трех лет;

- 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 и специальной физической подготовке на каждом этапе спортивной подготовки (согласно периоду обучения спортивной подготовки или году спортивной подготовки) – июнь 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 настольный теннис 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 настольный теннис.

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 прохождения 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:

Зам. директора по УВР \_\_\_\_\_ Ж.В. Скородилова

Директор МБУ ДО  
СШ «Юность»

В.С. Боровик

## Приложение 1

к Положению о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся в МБУ ДО СШ «Юность»

от \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_

### 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 учебно-тренировочных занятий	Цель и основание проведения текущего контроля успеваемости обучающихся	Периодичность проведения текущего контроля успеваемости обучающихся
1	2	3	4	5	6
1	Крылов Вадим Валентинович	группа № УТГ-1 группа № УТЭ-3, группа № НП-1 группа № НП-2	г. Славянск-на-Кубани ул. Черноморская, 21 Спортивный зал	<i>Цель:</i> Систематическая проверка достижений обучающихся, в соответствии с планируемыми результатами прохождения спортивной подготовки, проводимая тренером-преподавателем, в ходе осуществления учебно-тренировочного процесса <i>Основание:</i> Положение о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся в муниципальном автономном учреждении дополнительного образования Спортивная школа «Юность» от _____ № _____	Март месяц Июнь месяц Сентябрь месяц

## Приложение 2

к Положению о формах, периодичности и порядке  
текущего контроля успеваемости, промежуточной  
аттестации обучающихся в МБУ ДО СШ «Юность»  
от \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_

**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***		
		<i>Нормативы ОФП (0 бал - не сдано, 1 бал - сдано, 2 бал. сдано с превышением)</i>			<i>Нормативы СФП (0 бал - не сдано, 1 бал - сдано, 2 бал. сдано с превышением)</i>			<i>Спортивный разряд</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 настольный теннис.

\*\*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***		
		<i>Нормативы ОФП (зачет, не зачет)</i>				<i>Нормативы СФП (зачет, не зачет)</i>	<i>До трех лет обучения (спортивный разряд)</i>	<i>Свыше трех лет обучения (спортивный разряд)</i>	<i>Контрольные (штук)</i>	<i>Отборочные (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 настольный теннис.

\*\*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*				Уровень спортивной квалификации**		Участие в спортивных соревнованиях***			
		<i>Нормативы ОФП (зачет, не зачет)</i>				<i>Нормативы СФП (зачет, не зачет)</i>	<i>Выполнение КМС</i>	<i>Подтверждение КМС</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 настольный теннис.

\*\*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**	Участие в спортивных соревнованиях***		
		<i>Нормативы ОФП (зачет, не зачет)</i>		<i>Нормативы СФП(зачет, не зачет)</i>		<i>Выполнение МС</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 настольный теннис.

\*\*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 муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования спортивная школа «Юность»

от \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_

### 1. Требования к выполнению нормативов по общей физической и специальной физической подготовке для перевода на этап начальной подготовки 2-го года спортивной подготовки по виду спорта «настольный теннис»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив свыше года обучения		Зачет/не зачет	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>						
1.1.	Челночный бег 3x10 м	с	не более			
			10,0	10,4		
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее			
			12	10		
1.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее			
			120	115		
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее			
			+3	+5		
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>						
2.1.	Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м (5 попыток)	количество попаданий	не менее			
			3	2		
2.2.	Прыжки через скакалку за 30 с	количество раз	не менее			
			45	40		

**2. Требования к выполнению нормативов  
по общей физической и специальной физической подготовке и уровня  
спортивной квалификации (спортивные разряды) для перевода в группы на  
учебно-тренировочный этап 1-го года спортивной подготовки (этап спортивной  
специализации) по виду спорта «настольный теннис»**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив		Зачет/не зачет	
			юноши	девушки	юноши	девушки
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>						
1.1.	Бег на 30 м	с	не более			
			6,7	6,8		
1.2.	Челночный бег 3x10 м	с	не более			
			9,7	9,9		
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее			
			14	9		
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее			
			+5	+7		
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее			
			125	120		
1.6.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее			
			3	-		
1.7.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее			
			-	9		
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>						
2.1.	Прыжки через скакалку за 45 с	количество раз	не менее			
			75	65		
<b>3. Уровень спортивной квалификации</b>						
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)		спортивные разряды - "третий юношеский спортивный разряд", "второй юношеский спортивный разряд", "первый юношеский спортивный разряд"			

**3. Требования к выполнению нормативов  
по общей физической и специальной физической подготовке и уровня  
спортивной квалификации (спортивные разряды) для перевода в группы на  
учебно-тренировочный этап 2-го года спортивной подготовки (этап спортивной  
специализации) по виду спорта «настольный теннис»**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив		Баллы	
			юноши	девушки	юноши	девушки
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>						
1.1.	Бег на 30 м	с	не более			
			6,6	6,7		
1.2.	Челночный бег 3x10 м	с	не более			
			9,6	9,8		
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее			
			16	10		
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее			
			+5	+7		
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее			
			150	140		
1.6.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее			
			4	-		
1.7.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее			
			-	10		
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>						
2.1.	Прыжки через скакалку за 45 с	количество раз	не менее			
			80	70		
<b>3. Уровень спортивной квалификации</b>						
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)		спортивные разряды - "третий юношеский спортивный разряд", "второй юношеский спортивный разряд", "первый юношеский спортивный разряд"			

**4. Требования к выполнению нормативов  
по общей физической и специальной физической подготовке и уровня  
спортивной квалификации (спортивные разряды) для перевода в группы на  
учебно-тренировочный этап 3-го года спортивной подготовки (этап спортивной  
специализации) по виду спорта «настольный теннис»**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив		Баллы	
			юноши	девушки	юноши	девушки
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>						
1.1.	Бег на 30 м	с	не более			
			6,5	6,6		
1.2.	Челночный бег 3x10 м	с	не более			
			9,5	9,7		
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее			
			18	12		
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее			
			+5	+7		
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее			
			160	145		
1.6.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее			
			4	-		
1.7.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее			
			-	12		
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>						
2.1.	Прыжки через скакалку за 45 с	количество раз	не менее			
			85	75		
<b>3. Уровень спортивной квалификации</b>						
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)		спортивные разряды - "третий юношеский спортивный разряд", "второй юношеский спортивный разряд", "первый юношеский спортивный разряд"			

**5. Требования к выполнению нормативов общей физической и специальной физической подготовке и уровня спортивной квалификации (спортивные разряды) для перевода в группы на учебно-тренировочный этап 4-го года спортивной подготовки (этап спортивной специализации) по виду спорта «настольный теннис»**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив		Баллы	
			юноши	девушки	юноши	девушки
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>						
1.1.	Бег на 30 м	с	не более			
			6,4	6,5		
1.2.	Челночный бег 3x10 м	с	не более			
			9,4	9,6		
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее			
			19	13		
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее			
			+5	+6		
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее			
			170	150		
1.6.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее			
			5	-		
1.7.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее			
			-	14		
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>						
2.1.	Прыжки через скакалку за 45 с	количество раз	не менее			
			90	80		
<b>3. Уровень спортивной квалификации</b>						
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)		спортивные разряды - "третий спортивный разряд", "второй спортивный разряд", "первый спортивный разряд"			



**6. Требования к выполнению нормативов  
по общей физической и специальной физической подготовке и уровня  
спортивной квалификации (спортивные разряды) для перевода в группы на  
учебно-тренировочный этап 5-го года спортивной подготовки (этап спортивной  
специализации) по виду спорта «настольный теннис»**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив		Баллы	
			юноши	девушки	юноши	девушки
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>						
1.1.	Бег на 30 м	с	не более			
			6,3	6,4		
1.2.	Челночный бег 3x10 м	с	не более			
			9,3	9,5		
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее			
			20	15		
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее			
			+5	+7		
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее			
			180	160		
1.6.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее			
			6	-		
1.7.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее			
			-	16		
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>						
2.1.	Прыжки через скакалку за 45 с	количество раз	не менее			
			100	85		
<b>3. Уровень спортивной квалификации</b>						
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)		спортивные разряды - "третий спортивный разряд", "второй спортивный разряд", "первый спортивный разряд"			

**7. Требования к выполнению нормативов  
по общей физической и специальной физической подготовке и уровня  
спортивной квалификации (спортивные разряды) для перевода в группы на этап  
совершенствования спортивного мастерства до года по виду спорта  
«настольный теннис»**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив		Баллы		
			мальчики/ юноши/ юниоры/ мужчины	девочки/ девушки/ юниорки/ женщины	мальчики/ юноши/ юниоры/ мужчины	девочки/ девушки/ юниорки/ женщины	
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>							
1.1.	Бег на 60 м	с	не более				
			8,1	9,8			
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее				
			29	14			
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее				
			+9	+12			
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее				
			180	165			
1.5.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее				
			10	-			
1.6.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее				
			-	15			
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>							
2.1.	Прыжки через скакалку за 45 с	количество раз	не более				
			115	105			
<b>3. Уровень спортивной квалификации</b>							
3.1.	Спортивный разряд "кандидат в мастера спорта"						

**8. Требования к выполнению нормативов  
по общей физической и специальной физической подготовке и уровня  
спортивной квалификации (спортивные разряды) для перевода в группы на этап  
совершенствования спортивного мастерства свыше года по виду спорта  
«настольный теннис»**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив		Баллы		
			мальчики/ юноши/ юниоры/ мужчины	девочки/ девушки/ юниорки/ женщины	мальчики/ юноши/ юниоры/ мужчины	девочки/ девушки/ юниорки/ женщины	
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>							
1.1.	Бег на 60 м	с	не более				
			8,1	9,8			
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее				
			29	14			
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее				
			+9	+12			
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее				
			180	165			
1.5.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее				
			10	-			
1.6.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее				
			-	15			
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>							
2.1.	Прыжки через скакалку за 45 с	количество раз	не более				
			115	105			
<b>3. Уровень спортивной квалификации</b>							
3.1.	Спортивный разряд "кандидат в мастера спорта"						

**9. Требования к выполнению нормативов  
по общей физической и специальной физической подготовке и уровня  
спортивной квалификации (спортивные звания) для перевода (подтверждения) в  
группы на этап высшего спортивного мастерства по виду спорта «настольный  
теннис»**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив		Баллы	
			юноши/ юниоры/ мужчины	девушки/ юниорки/ женщины	юноши/ юниоры/ мужчины	девушки/ юниорки/ женщины
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>						
1.1.	Бег на 60 м	с	не более			
			8,2	9,6		
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее			
			36	15		
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее			
			+11	+15		
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее			
			215	180		
1.5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее			
			49	43		
1.6.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее			
			12	-		
1.7.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее			
			-	18		
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>						
2.1.	Прыжки через скакалку за 45 с	количество раз	не более			
			128	115		
<b>3. Уровень спортивной квалификации</b>						
3.1.	Спортивное звание "мастер спорта России"					