

Приложение № 10 к Положению
 об особенностях индивидуального отбора
 поступающих для обучения по
 дополнительным общеобразовательным
 программам утверждённым приказом
 №100 от 28.04.2018г.

**Вступительные испытания по общей физической подготовке для приема
 поступающих в МБОУ ДО ДЮСШ «Виктория» на дополнительную
 предпрофессиональную программу по «БАДМИНТОНУ»
 на тренировочный этап 1 года обучения (10,5 -11,11 лет)
 Для зачисления необходимо набрать не менее 15 баллов**

ОФП, СФП		Баллы		
		5	4	3
1	Бег 30 м, сек	не более 5,3 не более 5,9	не более 5,5 не более 6,2	не более 5,7 не более 6,4
2	Челночный бег 6 х 5м	не более 8,9 не более 9,3	не более 9,0 не более 9,2	не более 9,5 не более 9,7
3	Прыжок в длину с места, см	не менее 197 не менее 187	не менее 195 не менее 185	не менее 193 не менее 183
4	Метание волана, м	не менее 6,0 не менее 5,0	не менее 5,8 не менее 4,8	не менее 5,5 не менее 4,5
5	Прыжки через гимнастическую скамейку за 30сек. (кол-во раз)	не менее 15 не менее 12	не менее 13 не менее 10	не менее 12 не менее 9
6	Бег 400м, с	не более 1мин 30с не более 2мин	не более 1мин 35с не более 2 мин 05с	не более 1мин 40с не более 2 мин 10с
* - нормативы в числителе для юношей, в знаменателе для девушек				
Развитие творческого мышления				
7	задания (тест Гилфорда на беглость, гибкость, оригинальность, точность)	нет	несущественные	*

**Вступительные испытания по общей физической подготовке для приема
 поступающих в МБОУ ДО ДЮСШ «Виктория» на дополнительную
 предпрофессиональную программу по «БАДМИНТОНУ»
 на тренировочный этап 2 года обучения (11,5 -12,11 лет)
 Для зачисления необходимо набрать не менее 20 баллов**

ОФП, СФП		Баллы		
		5	4	3
1	Бег 30 м, сек	не более 5,0 не более 5,6	не более 5,2 не более 5,8	не более 5,5 не более 6,0

2	Челночный бег 6 х 5м	не более 8,8 не более 9,2	не более 8,9 не более 9,3	не более 9,3 не более 9,5
3	Прыжок в длину с места, см	не менее 200 не менее 190	не менее 195 не менее 185	не менее 190 не менее 180
4	Метание волана, м	не менее 6,5 не менее 5,5	не менее 6,3 не менее 5,3	не менее 6,0 не менее 5,1
5	Прыжки боком через гимнастическую скамейку за 30сек. (кол-во раз)	не менее 16 не менее 13	не менее 14 не менее 11	не менее 12 не менее 10
6	Бег 400м, с	не более 1мин 20с не более 1 мин 50с	не более 1мин 25с не более 1 мин55с	не более 1мин 30с не более 2 мин 00с
* - нормативы в числителе для мальчиков, в знаменателе для девочек				
Развитие творческого мышления				
7	задания (тест Гилфорда на беглость, гибкость, оригинальность, точность)	нет	несущественные	*
Выполнение разрядных требований		При поступлении необходимо иметь не ниже 3 юношеского разряда		

**Вступительные испытания по общей физической подготовке для приема поступающих в МБОУ ДО ДЮСШ «Виктория» на дополнительную предпрофессиональную программу по «БАДМИНТОНУ» на тренировочный этап 3 года обучения (12,5-13,11 лет)
Для зачисления необходимо набрать не менее 25 баллов**

ОФП, СФП		Баллы		
		5	4	3
1	Бег 30 м, сек	не более 4,7 не более 5,3	не более 4,9 не более 5,6	не более 5,0 не более 5,8
2	Челночный бег 6 х 5м	не более 8,7 не более 9,1	не более 8,8 не более 9,2	не более 9,2 не более 9,4
3	Прыжок в длину с места, см	не менее 205 не менее 195	не менее 200 не менее 190	не менее 195 не менее 185
4	Метание волана, м	не менее 6,5 не менее 5,5	не менее 6,3 не менее 5,3	не менее 6,0 не менее 5,1
5	Прыжки боком через гимнастическую скамейку за 30сек. (кол-во раз)	не менее 16 не менее 12	не менее 13 не менее 10	не менее 11 не менее 8
6	Бег 400м, с	не более 1мин 20с не более 1 мин50с	не более 1мин 35с не более 2 мин10с	не более 1мин 40с не более 2 мин 15с
* - нормативы в числителе для мальчиков, в знаменателе для девочек				

Развитие творческого мышления				
7	задания (тест Гилфорда на беглость, гибкость, оригинальность, точность)	нет	несущественные	*
Выполнение разрядных требований		При поступлении необходимо иметь не ниже 2 юношеского разряда		

**Вступительные испытания по общей физической подготовке для приема поступающих в МБОУ ДО ДЮСШ «Виктория» на дополнительную предпрофессиональную программу по «БАДМИНТОНУ» на тренировочный этап 4 года обучения (13,5 -14,11 лет)
Для зачисления необходимо набрать не менее 28 баллов**

ОФП, СФП		Баллы		
		5	4	3
1	Бег 30 м, сек	не более 4,4 не более 5,0	не более 4,6 не более 5,2	не более 4,8 не более 5,4
2	Челночный бег 6 х 5м	не более 8,5 не более 9,0	не более 8,7 не более 9,1	не более 9,0 не более 9,2
3	Прыжок в длину с места, см	не менее 210 не менее 200	не менее 205 не менее 195	не менее 200 не менее 190
4	Метание волана, м	не менее 7,0 не менее 6,0	не менее 6,5 не менее 5,5	не менее 6,2 не менее 5,2
5	Прыжки боком через гимнастическую скамейку за 30сек. (кол-во раз)	не менее 17 не менее 14	не менее 15 не менее 12	не менее 13 не менее 10
6	Бег 400м, с	не более 1мин 20с не более 1 мин50с	не более 1мин 35с не более 2 мин10с	не более 1мин 40с не более 2 мин 15с

* - нормативы в числителе для мальчиков, в знаменателе для девочек

Развитие творческого мышления				
7	задания (тест Гилфорда на беглость, гибкость, оригинальность, точность)	нет	несущественные	*
Выполнение разрядных требований		При поступлении необходимо иметь не ниже 1 юношеского разряда		

**Вступительные испытания по общей физической подготовке для приема поступающих в МБОУ ДО ДЮСШ «Виктория» на дополнительную предпрофессиональную программу по «БАДМИНТОНУ» на тренировочный этап 5 года обучения (15,5 -16,11 лет)
Для зачисления необходимо набрать не менее 30 баллов**

ОФП, СФП		Баллы		
		5	4	3
1	Бег 30 м, сек	не более 4,2 не более 4,5	не более 4,4 не более 4,7	не более 4,6 не более 5,0
2	Челночный бег 6 х 5м	не более 8,4 не более 8,9	не более 8,3 не более 9,0	не более 9,0 не более 9,1
3	Прыжок в длину с места, см	не менее 215 не менее 205	не менее 210 не менее 200	не менее 205 не менее 195
4	Метание волана, м	не менее 8,0 не менее 7,0	не менее 7,5 не менее 6,5	не менее 7,0 не менее 6,0
5	Прыжки боком через гимнастическую скамейку за 30сек. (кол-во раз)	не менее 18 не менее 15	не менее 16 не менее 13	не менее 15 не менее 12
6	Бег 400м, с	не более 1мин 20с не более 1 мин50с	не более 1мин 35с не более 2 мин10с	не более 1мин 40с не более 2 мин 15с
* - нормативы в числителе для мальчиков, в знаменателе для девочек				
Развитие творческого мышления				
7	задания (тест Гилфорда на беглость, гибкость, оригинальность, точность)	нет	несущественные	*
Выполнение разрядных требований		При поступлении необходимо иметь не ниже 3 спортивного разряда		

Методические указания по организации вступительных испытаний на тренировочный этап подготовки

Осуществляется в форме тестирования: выполнение нормативов по ОФП и СФП. При проведении тестирования следует обратить внимание на создание одинаковых условий для обучающихся при выполнении упражнений. Результаты тестирования оформляются протоколом.

1. Бег 30 м/с высокого старта.

Проводится на дорожке в спортивной обуви без шипов. Количество стартующих в забеге определяется условиям, при которых бегущие не мешают друг другу. Разрешается две попытки.

Оценка: бальная система (5-4-3 балла)

2. Челночный бег 3х10 метров.

Челночный бег проводится на открытых или закрытых площадках с твердым покрытием. Отмеряется отрезок длиной в 10 м с поперечными линиями для старта и финиша. На линии старта кладут 2 кубика размером не менее 7'7 см. Сдающий норму

принимает положение высокого старта и берет в руки один кубик. По команде «Марш» включается секундомер, сдающий бежит с кубиком на другой конец отрезка, кладет его, возвращается за следующим кубиком, и также переносит его на другой конец 10-метрового отрезка. В момент, когда второй кубик касается пола, выключается секундомер.

Оценка: бальная система (5-4-3 балла)

3. Прыжок в длину с места.

Выполняется толчком двух ног от линии на покрытие. Дается по две попытки. Записывается расстояние, которое преодолел ребенок от линии толчка до места приземления, показанное в каждом прыжке. Во внимание принимается лучший результат. Измерение длины прыжка осуществляется при помощи рулетки. Дальность прыжка измеряется в сантиметрах.

Оценка: бальная система (5-4-3 балла)

4. Метание волана на дальность.

Выполняется от стартовой линии. Одной рукой метается волан на дальность. Дается по две попытки. Записывается расстояние, которое преодолел волан от линии старта до места приземления, показанное в каждом метании. Во внимание принимается лучший результат. Измерение длины метания волана осуществляется при помощи рулетки. Дальность метания измеряется в метрах.

Оценка: бальная система (5-4-3 балла)

5. Прыжки боком через гимнастическую скамейку за 30сек.

Тестовое задание «прыжок в длину с места» предназначен для определения скоростно-силовых качеств.

Оборудование: гимнастическая скамейка, секундомер.

Указания для испытуемого: При выполнении этого упражнения важное значение имеет навык грамотного маха руками. Стоя боком к скамейке, необходимо сделать замах с одновременным неглубоким приседанием. Учащийся, в момент прыжка, должен «подхватить» себя руками, удерживая правильную осанку.

Оценка: бальная система (5-4-3 балла)

6. Бег 400м

Проводится на дорожке в спортивной обуви без шипов. Количество стартующих в забеге определяется условиям, при которых бегущие не мешают друг другу. Разрешается две попытки.

Оценка: бальная система (5-4-3 балла)

7. В области развития творческого мышления

Тест Гилфорда (модифицированный) (инструкция прилагается, приложение 1).

Данный тест направлен на изучение креативности, творческого мышления. Исследуемые факторы:

1) *Беглость* (легкость, продуктивность) - этот фактор характеризует беглость творческого мышления и определяется общим числом ответов.

2) *Гибкость* — фактор характеризует гибкость творческого мышления, способность к быстрому переключению и определяется числом классов (групп) данных ответов.

3) *Оригинальность* — фактор характеризует оригинальность, своеобразие творческого мышления, необычность подхода к проблеме и определяется числом редко приводимых ответов, необычным употреблением элементов, оригинальностью структуры ответа.

4) *Точность* — фактор, характеризующий стройность, логичность творческого мышления, выбор адекватного решения, соответствующего поставленной цели.

Данная батарея тестов была предложена Е. Туник.

Время проведения процедуры около 40 минут.

С обучающимися с 8 лет процедура проводится в индивидуальной форме. С возрастной группой от 9 до 15 лет работа с тестами проводится в групповой форме.

Оценка: бальная система (5-4-3 балла)