

Текущий контроль успеваемости

Текущей аттестации подлежат учащиеся всех отделений по видам спорта на всех этапах обучения.

Текущая аттестация включает в себя полугодовое оценивание результатов их учебы с фиксацией их нормативов в журналах учета групповых занятий.

Формы аттестации: осеннее и весеннее тестирование обучающихся по учебным нормативам. Учебные нормативы отражают три качественных уровня (показатели ОФ, СФ и технической подготовки).

На основании результатов выполненных норм ТУ в текущем учебном году определяется качественный уровень подготовки обучающихся. Результаты заносятся в журнал. Личные достижения заносятся в журнал учета групповых занятий в графу «Учет спортивных результатов» и личные карточки обучающихся.

Текущий контроль (ТК) успеваемости, промежуточный и итоговая аттестация являются неотъемлемой частью образовательного процесса, так как позволяет оценивать реальную результативность учебно-тренировочной деятельности.

Текущий контроль успеваемости – оценка качества усвоения содержания разделов программы, выполнение тренировочных занятий учащихся по результатам проверки. Формы текущего контроля успеваемости выбирает тренер-преподаватель с учетом контингента обучающихся и содержания тренировочных занятий.

Промежуточная аттестация (ПА) для перевода на следующий этап осуществляется один раз в год. Срок проведения апрель – май текущего года.

Форма промежуточной аттестации – сдача контрольно-переводных нормативов. Итоги ПА учащихся отражаются в протоколе сдачи контрольно-переводных нормативов, который является одним из отчетных документов и хранится в Учреждении. По итогам ПА издается приказ о переводе на следующий этап учащихся сдавших контрольно-переводные нормативы.

Учащиеся не сдавшие контрольно-переводные нормативы по болезни или другой уважительной причине, могут быть оставлены на прежнем этапе

подготовки или решением педагогического совета переведены на следующий этап подготовки.

Нормативы ОФП, СФП для зачисления в ГПП – 1 года обучения

ОФП

№№ п/п	Контрольные упражнения	Ед. измере ния	Оценка баллов				
			1	2	3	4	5
29 – 47 кг							
1.	Бег на 30 м	Сек.	6,7	6,6	6,5	5,6	5,1
2.	Прыжки в длину	см	120	130	140	160	180
3.	Подтягивание перекладины из ...перегнувшись		1	2	3	4	5
4.	Челночный бег (3x10)	Сек.	10	9,9	9,5	9	8,6
5.	Бег 800 м		5,5	5,4	5,1	4,5	4,2
53 – 56 кг							
1.	Бег на 30 м	Сек.	6,7	6,6	6,5	5,6	5,1
2.	Прыжки в длину	см	120	130	140	160	180
3.	Подтягивание перекладины из ...перегнувшись		1	2	3	4	5
4.	Челночный бег (3x10)	Сек.	10	9,9	9,5	9	8,6
5.	Бег 800 м		5,5	5,4	5,1	4,5	4,2
СФП							
1.	5-ти кратное вставание со стойки на мост	Сек	21	20	19	17	16
2.	Забегание 1,5-5, 2,15-15	Сек	23 51	22 49	21 47	19 44	18 42
3.	Бросок набивного мяча 3 кг назад	м	1,5	2,5	3,5	5,5	6,5

Нормативы ОФП, СФП в ГПП – 2 года обучения

ОФП

№№ п/п	Контрольные упражнения	Ед. измере ния	Оценка баллов				
			1	2	3	4	5
29 – 47 кг							
1.	Бег 30 м	м	6,4	6,3	6,1	5,5	5
2.	Прыжок в длину		120	140	160	180	195
3.	Протягивание на перекладине		1	2	3	4	5
4.	Челночный бег (3X10) м	м	9,8	9,7	9,3	8,8	8,5.
5.	Бег (800) м	м	5,3	5,2	4,5	4,3	4,0
53 – 66 кг							
1.	Бег 30 м	м	6,4	6,3	6,1	5,5	5
2.	Прыжок в длину		120	140	160	180	195
3.	Протягивание на перекладине		1	2	3	4	5
4.	Челночный бег (3X10) м	м	9,8	9,7	9,3	8,8	8,5.
5.	Бег (800) м	м	5,3	5,2	4,5	4,3	4,0

СФП

№№ п/п	Контрольные упражнения	Ед. измере ния	Оценка баллов				
			1	2	3	4	5
29 - 47 кг							
1.	5-ти кратный со стойки на мост	сек.	19,5	18,5	18	15,5	14,5
2.	Забегание на мосту: 5 – влево, 5 - вправо 15 – влево, 15 - вправо	сек.	22 50	28 48	20 46	18 43	17 41
3.	Бросок набивного мяча (3 кг) назад	м	2	3	4	6	7
53 – 66 кг							
1.	5-ти кратный со стойки на мост	сек.	19,5	18,5	18	15,5	14,5
2.	Забегание на мосту: 5 – влево, 5 - вправо 15 – влево, 15 - вправо	сек.	22 50	21 49	20 48	18 45	17 43
	Бросок набивного мяча (3 кг) назад	м	3	4	5	7	8

Нормативы ОФП, СФП для зачисления в УТГ – 1 года обучения

ОФП

№№ п/п	Контрольные упражнения	Ед. измере ния	Оценка баллов				
			1	2	3	4	5
29 - 47 кг							
1.	Бег на 30 (м)		6	5,9	5,6	5,2	4,8
2.	Прыжки в длину		140	150	170	190	205
3.	Подтягивание на перекладине		1	2	5	6	8
4.	Челночный бег 3x10 (м)		9,4	9,3	9	8,6	8,3
5.	Бег 800 (м)		5	4,4	4,2	4	3,4
53 – 66 кг							
1.	Бег на 30 (м)		6	5,9	5,6	5,2	4,8
2.	Прыжки в длину		140	150	170	190	205
3.	Подтягивание на перекладине		1	2	5	6	8
4.	Челночный бег 3x10 (м)		9,4	9,3	9	8,6	8,3
5.	Бег 800 (м)		5	4,4	4,2	4	3,4

СФП

№№ п/п	Контрольные упражнения	Ед. измере ния	Оценка баллов				
			1	2	3	4	5
29 - 47 кг							
1.	5-ти кратный со стойки на мост	сек.	17,5	16,5	15,5	14	13,5
2.	Забегание на мосту: 5 – влево, 5 - вправо 15 – влево, 15 - вправо	сек.	21 49	20 47	19 45	17,5 42	16,5 40
3.	Бросок набивного мяча (3 кг) назад	м	2,5	3,5	4,5	6,5	7,5
4.	Переворот на мосту 10 раз		32	30	29	26	24
53 – 66 кг							
1.	5-ти кратный со стойки на мост	сек.	17,5	16,5	15,5	14	13,5
2.	Забегание на мосту: 5 – влево, 5 - вправо 15 – влево, 15 - вправо	сек.	22 49	20 48	19 47	17,5 44	16,5 42
3.	Бросок набивного мяча (3 кг) назад	м	3,5	4,5	5,5	7,5	8,5
4.	Переворот на мосту 10 раз		33	31	30	27	25
Набрать 27 баллов – норматив 1 юношеский разряд							

Нормативы ОФП, СФП для зачисления в УТГ – 2 года обучения

ОФП

№№ п/п	Контрольные упражнения	Ед. измере ния	Оценка баллов				
			1	2	3	4	5
29 - 47 кг							
1.	Бег на 30 (м)		5,9	5,8	5,5	5,1	4,7
2.	Прыжки в длину		150	160	180	195	210
3.	Подтягивание на перекладине		1	2	5	7	8
4.	Челночный бег 3x10 (м)		9,1	9	8,7	8,3	8
5.	Бег 800 (м)		4,4	4,3	4,1	3,5	3,2
53 – 66 кг							
1.	Бег на 30 (м)		5,9	5,8	5,5	5,1	4,7
2.	Прыжки в длину		150	160	180	195	210
3.	Подтягивание на перекладине		1	2	5	7	8
4.	Челночный бег 3x10 (м)		9,1	9	8,7	8,3	8
5.	Бег 800 (м)		4,4	4,3	4,1	3,5	3,2

СФП

№№ п/п	Контрольные упражнения	Ед. измере ния	Оценка баллов				
			1	2	3	4	5
29 - 47 кг							
1.	5-ти кратный со стойки на мост	сек.	17	16	15	13,5	13
2.	Забегание на мосту: 5 – влево, 5 - вправо 15 – влево, 15 - вправо	сек.	20 48	19 46	18 44	16,5 41	15,5 39
3.	Бросок набивного мяча (3 кг) назад	м	3	4	5	7	8
4.	Переворот на мосту 10 раз		31	29	28	25	23
53 – 66 кг							
1.	5-ти кратный со стойки на мост	сек.	17	16	15,5	14	13,5
2.	Забегание на мосту: 5 – влево, 5 - вправо 15 – влево, 15 - вправо	сек.	20 48	19 47	18 46	16,5 43	15,5 41
3.	Бросок набивного мяча (3 кг) назад	м	4	5	6	8	9
4.	Переворот на мосту 10 раз		31	30	29	26	24
Набрать 27 баллов – норматив 3 спортивный разряд							

Нормативы ОФП, СФП для зачисления в УТГ – 3 года обучения

ОФП

№№ п/п	Контрольные упражнения	Ед. измере ния	Оценка баллов				
			1	2	3	4	5
29 - 47 кг							
1.	Бег на 30 (м)		5,6	5,5	5,3	4,9	4,5
2.	Прыжки в длину		170	175	190	205	220
4.	Челночный бег 3x10 (м)		8,7	8,6	8,4	8,0	7,7
5.	Бег 800 (м)		4,3	4,2	4	3,4	3,2
53 – 66 кг							
1.	Бег на 30 (м)		5,6	5,5	5,3	4,9	4,5
2.	Прыжки в длину		170	175	190	205	220
4.	Челночный бег 3x10 (м)		8,7	8,6	8,4	8,0	7,7
5.	Бег 800 (м)		4,3	4,2	4	3,4	3,2

СФП

№№ п/п	Контрольные упражнения	Ед. измере ния	Оценка баллов				
			1	2	3	4	5
29 - 47 кг							
1.	5-ти кратный со стойки на мост	сек.	16	15	14	12,5	12
2.	Забегание на мосту: 5 – влево, 5 - вправо 15 – влево, 15 - вправо	сек.	19 46	18,5 44	17,5 42	16 39	15 37
3.	Переворот на мосту 15 раз		29,5	27,5	26,5	23,5	22,5
4.	Бросок манекена		33	31	30	27	25
53 – 66 кг							
1.	5-ти кратный со стойки на мост	сек.	16	15	14	12,5	12
2.	Забегание на мосту: 5 – влево, 5 - вправо 15 – влево, 15 - вправо	сек.	19,5 47	18,5 46	17,5 45	16 42	15 40
3.	Переворот на мосту 10 раз		31	30	29	26	24
4.	Бросок манекен		35	33	32	29	27
Набрать 24 балла – норматив 3 спортивный разряд							