

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
г.Мурманска детско-юношеская спортивная школа № 11
по фитнес аэробике и пауэрлифтингу

Принято тренерским советом
Протокол № 08
от «01» сентября 2021 г.
Председатель _____ О.Ф. Лупандина

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДО
г. Мурманска ДЮСШ № 11
_____ Г.В. Попенко

01.09.2021

X 

Попенко Г.В.
директор
Подписано: МБУ ДО г. Мурманска ДЮСШ №11

ПОЛОЖЕНИЕ
об аттестации обучающихся
(формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости
и промежуточной аттестации обучающихся)
муниципального бюджетного учреждения дополнительного
образования г. Мурманска детско-юношеской спортивной школе № 11
по фитнес аэробике и пауэрлифтингу.

Мурманск,
2021

1. Общие положения

1.1. Положение об аттестации обучающихся муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования г.Мурманска детско-юношеской спортивной школы № 11 по фитнес аэробике и пауэрлифтингу (далее – «Учреждение») разработано в соответствии с частью 9 статьи 2 ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ, «Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 09.11.2018 № 196.

1.2. Настоящее Положение регламентируют:

- порядок проведения первичной, аттестации обучающихся МБУ ДО г.Мурманска ДЮСШ № 11 зачисленных на обучение по дополнительным общеразвивающим программам, реализуемым в Учреждении;
- порядок и периодичность проведения текущей и промежуточной аттестации учащихся необходимой для перевода на следующий год обучения по дополнительным общеразвивающим программам, реализуемым в Учреждении, сроком 3 года и четыре года обучения;
- порядок и периодичность проведения итоговой аттестации учащихся по окончанию обучения по дополнительным общеразвивающим программам.
- устанавливает формы проведения различных видов аттестации.

1.3. Аттестация учащихся проводится по всем реализуемым в Учреждении дополнительным общеразвивающим программам в соответствии с учебными планами и утверждается решением аттестационной комиссии.

1.4. В целях максимального информирования учащихся и их родителей (законных представителей) в Учреждение на своих информационных стендах и официальных сайтах в информационно-телекоммуникационной сети Интернет размещают:

- титульный лист и пояснительную записку дополнительных общеобразовательных программ, реализуемых в Учреждении;
- нормативы по общей физической и специальной физической подготовке разработанные и утвержденные в соответствии с возрастом обучающихся.
- формы проведения аттестации.
- периодичность проведения аттестации.

2. Порядок, форма и периодичность проведения первичной аттестации

2.1. После зачисления претендентов на обучение по дополнительным общеразвивающим программам, реализуемым в Учреждении, в сформированных учебных группах проводится первичная индивидуальная аттестация обучающихся в форме без бального оценивания умений и навыков.

2.2. Форма проведения первичной аттестация - сдача контрольных нормативов по общей физической подготовке в соответствии с возрастом.

2.3. Периодичность проведения первичной аттестация - аттестация проводится перед началом обучения по выбранной дополнительной общеразвивающей программе.

2.4. Аттестационная комиссия принимает контрольные нормативы, заполняет протокол сдачи контрольных нормативов и оценочную ведомость сдачи контрольных нормативов с показателями уровней подготовки обучающихся (отлично-хорошо-удовлетворительно).

3. Порядок, форма и периодичность проведения текущей и промежуточной аттестации

3.1. Для отслеживания динамики прироста физических показателей учащихся и перевода их на следующий год обучения по многолетним дополнительным общеразвивающим программам проводится текущая и промежуточная аттестация учащихся без балльного оценивания умений и навыков.

3.2. Текущая аттестация обучающихся проводится тренером-преподавателем во время учебного процесса для оценки уровня усвоения нового материала.

3.3. Текущая аттестация проводится в форме:

- теоретической оценки (анкетирование, опрос)
- практической форме (выполнение отдельных двигательных действий, выполнение двигательных комбинаций определённой сложности) с отметкой в журнале о проведении контрольного занятия.

3.4. Промежуточная аттестация проводится в форме сдачи учащимися контрольных нормативов по общефизической и специальной физической подготовке.

3.5. Периодичность промежуточной аттестация – аттестация учащихся проводится два раза в год, в сентябре текущего года (по итогам работы по индивидуальным планам в летний период) и апреле-мае месяце (по итогам обучения за год).

3.6. Тренеры-преподаватели заполняют протокол сдачи контрольных нормативов и оценочную ведомость сдачи контрольных нормативов с показателями уровней подготовки учащихся (отлично-хорошо-удовлетворительно).

3.7. Обучающийся по дополнительным общеразвивающим программам считается аттестованным при соблюдении следующих требований:

- положительное выполнение не менее 7 нормативных показателей общей и специальной физической подготовленности с положительным результатом (хорошо-отлично) с учетом возраста учащегося;
- выполнение учебного плана в полном объеме.

3.8. Учащимся, не выполнившим требования нормативных показателей, предоставляется возможность сдать их повторно.

4. Порядок, форма и периодичность проведения итоговой аттестации

4.1. По окончании обучения по дополнительным общеразвивающим программам проводится итоговая аттестация обучающихся без бального оценивания умений и навыков обучающихся.

4.2. К итоговой аттестации допускаются учащиеся выпускных групп по программам обучения.

4.3. Периодичность итоговой аттестации – аттестация учащихся проводится один раз в год, в период с 10 по 25 мая текущего года.

4.4. Форма проведения аттестации – аттестация проводится в форме сдачи контрольных нормативов, установленных осваиваемой дополнительной общеразвивающей программой

4.5. Тренеры-преподаватели заполняют протокол сдачи контрольных нормативов и оценочную ведомость сдачи контрольных нормативов с показателями уровней подготовки обучающихся.

4.6. Учащийся считается аттестованным при соблюдении следующих требований:

- выполнение не менее 7 нормативных показателей общей и специальной физической подготовленности с результатом оценки (хорошо или отлично) с учетом возраста учащегося;
- выполнение учебного плана в полном объеме.

Приложение 1

ПЕРВИЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ
Контрольные нормативы (фитнес-аэробика)
в МБУ ДО г. Мурманска ДЮСШ № 11

Общая физическая подготовка

№	Тесты	возраст	Уровень подготовки		
			удовлетворит.	хорошо	отлично
1	Отжимания	7-8	1 и ниже	2-9	10 и выше
		9-10	4 и ниже	5-12	13 и выше
		11-12-13	6 и ниже	7-14	15 и выше
		14-15-16	9 и ниже	10-17	18 и выше
		17+	11 и ниже	12-19	20 и выше
2	Пресс за 30сек	7-8	8 и ниже	9-13	14 и выше
		9-10	10 и ниже	11-15	16 и выше
		11-12-13	13 и ниже	14-18	19 и выше
		14-15-16	16 и ниже	17-21	22 и выше
		17+	18 и ниже	19-23	24 и выше
3	Прыжки на скакалке за 1 мин	7-8	40 и ниже	41-84	85 и выше
		9-10	50 и ниже	49-94	95 и выше
		11-12-13	80 и ниже	81-124	125 и выше
		14-15-16	110 и ниже	111-154	155 и выше

		17+	130 и ниже	131-174	175 и выше
4	Прыжок в длину с места	7-8 9-10 11-12-13 14-15-16 17+	80 и ниже 110 и ниже 145 и ниже 155 и ниже 165 и ниже	81-109 111-129 144-159 154-169 165-179	110 и выше 130 и выше 160 и выше 170 и выше 180 и выше
5	Бег 30 м	7-8 9-10 11-12-13 14-15-16 17+	7,8 и больше 7,3 и больше 6,6 и больше 6,0 и больше 5,7 и больше	7,7-6,5 7,2-6,4 6,5-6,1 5,9-5,7 5,6-5,3	6,4 и меньше 6,3 и меньше 6,0 и меньше 5,6 и меньше 5,2 и меньше

Приложение 2

ТЕКУЩАЯ АТТЕСТАЦИЯ в МБУ ДО г. Мурманска ДЮСШ № 11

Текущая оценка теоретических знаний проводится в форме анкетирования или опроса при установлении непосредственного контакта между участниками образовательного процесса:

- определяет уровень индивидуального усвоения изучаемого материала;
- оценивает развитие речи, памяти, мышления обучающихся.

Текущая оценка выполнения отдельного двигательного действия (упражнение) проводится тренером-преподавателем для определения качества исполнения двигательного действия изучаемого в текущий период, оценивается:

- знание техники выполнения упражнения;
- знание техники безопасности во время исполнения упражнения;
- целесообразное использование мышечного контроля;
- точность и легкость выполнения движения.

Текущая оценка выполнения двигательной комбинации (связка из нескольких упражнений) проводится тренером-преподавателем для определения качества демонстрации комплекса упражнений, изучаемых в текущий период, оценивается:

- воспроизведение отдельных двигательных действий в установленной последовательности;
- демонстрация уверенного исполнения комбинации упражнений;
- умение выполнять двигательную комбинацию в условиях сбивающих факторов.

**Промежуточная и итоговая аттестация обучающихся
(фитнес-аэробика)**

МБУ ДО г. Мурманска ДЮСШ №11

Общая физическая подготовка

тесты	возраст	Уровень подготовки		
		Низкий N и меньше	Средний N	Высокий N и больше
Критерии оценки		удовлетворит.	хорошо	отлично
Отжимания	6-7 лет	1	2-10	11
	8-10 лет	4	5-12	13
	11-13 лет	7	8-15	16
	14-16 лет	10	11-18	19
	17 +	12	13-20	21
Пресс за 30 сек	6 -7 лет	8	9-14	15
	8-10 лет	11	12-16	17
	11-13 лет	14	15-19	20
	14-16 лет	17	18-22	23
	17 +	19	20-24	25
Прыжки на скакалке за 1 мин	6-7 лет	25	26-65	66
	8-10 лет	60	61-104	105
	11-13 лет	90	91-134	135
	14-16 лет	120	121-164	165
	17 +	140	141-184	185
Прыжок в длину с места	6-7 лет	97	98-125	126
	8-10 лет	135	136-149	150
	11-13 лет	150	151-164	165
	14-16 лет	160	161-174	175
	17 +	170	171-184	185
Бег 30 м	6-7 лет	8,2	8,1-6,9	6,8
	8-10 лет	7,3	7,2-6,3	6,2
	11-13 лет	6,4	6,3-6,0	5,9
	14-16 лет	5,8	5,7-5,5	5,4

	17 +	5,6	5,5-5,1	5,0
--	------	-----	---------	-----

Специальная физическая подготовка

№	тесты	возраст	Уровень подготовки		
			удовлетворит.	хорошо	отлично
1	Наклон вперед из положения стоя (см)	7-8 9-10 11-12-13 14-15-16 17+	6 см и меньше 10 см и меньше 11 см и меньше 13 см и меньше 15 см и меньше	7-11 11-14 12-16 14-18 16-20	12 см и больше 15 см и больше 17 см и больше 19 см и больше 21 см и больше
2	Прыжок в высоту по Абалакову (см)	7-8 9-10 11-12-13 14-15-16 17+	15 см и ниже 18 см и ниже 20 см и ниже 22 см и ниже 24 см и ниже	16-20 19-24 21-28 23-30 25-33	21 см и выше 25 см и выше 29 см и выше 31 см и выше 34 см и выше
3	шпагат продольный правый, продольный левый, поперечный	7-8 9-10 11-12-13 14-15-16 17+	Зачет, незачет	Зачет, незачет	Зачет, незачет
4	Выполнение махов (уровень высоты) (правый, левый) (градусы)	7-8 9-10 11-12-13 14-15-16 17+	Угол ниже 90 Угол ниже 120 Угол ниже 140 Угол ниже 150 Угол ниже 160	90 120-140 140-150 150-170 160-170	Угол выше 90 Угол выше 140 Угол выше 150 Угол выше 170 Угол выше 170

Приложение 3

ПЕРВИЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ

Контрольные нормативы в МБУ ДО г. Мурманска ДЮСШ № 11 ПАУЭРЛИФТИНГ

Общая физическая подготовка

№	Тесты	возраст	Уровень подготовки		
			удовлетворительно	хорошо	отлично
1	Отжимания	12-13 14-15-16	3 и ниже 5 и ниже	4-7 6-9	8 и выше 10 и выше

	или	17+	8 и ниже	9-12	13 и выше
	Подтягивания	12-13	2 и ниже	3-5	6 и выше
		14-15-16	6 и ниже	7-9	10 и выше
		17+	11 и ниже	12-14	15 и выше
2	Пресс за 30сек	12-13 14-15-16 17+	13 и ниже 16 и ниже 18 и ниже	14-16 17-20 19-22	17 и выше 21 и выше 23 и выше
3	Прыжки на скакалке за 1мин	12-13 14-15-16 17+	40 и ниже 50 и ниже 100 и ниже	41-60 51-80 101-130	61 и выше 81 и выше 131 и выше
4	Прыжок в длину с места	12-13 14-15-16 17+	100 и ниже 120 и ниже 140 и ниже	101-130 111-140 141-160	131 и выше 141 и выше 161 и выше
5	Бег 30 м	12-13 14-15-16 17+	7,5 и ниже 7,0 и ниже 6,5 и ниже	6,5-7,4 6,1-6,9 5,8-6,4	6,4 и выше 6,0 и выше 5,7 и выше

Приложение 4

Промежуточная и итоговая аттестация учащихся МБУ ДО г. Мурманска ДЮСШ №11

ПАУЭРЛИФТИНГ

Общая физическая подготовка

№	Тесты	возраст	Уровень подготовки		
			удовлетворит.	хорошо	отлично
1	Отжимания	12-13 14-15-16 17+	8 и ниже 10 и ниже 12 и ниже	9-12 11-13 13-15	13 и выше 14 и выше 16 и выше
2	Подтягивания	12-13 14-15-16 17+	7 и ниже 10 и ниже 16 и ниже	8-10 11-13 17-19	11 и выше 14 и выше 20 и выше
3	Пресс за 30сек	12-13 14-15-16 17+	18 и ниже 20 и ниже 22 и ниже	19-22 21-24 23-25	23 и выше 25 и выше 26 и выше
4	Прыжки на скакалке	12-13 14-15-16	100 и ниже 120 и ниже	101-130 121-140	131 и выше 141 и выше

	за 1 мин	17+	130 и ниже	131-150	161 и выше
5	Прыжок в длину с места	12-13 14-15-16 17+	140 и ниже 150 и ниже 160 и ниже	141-160 151-170 161-180	161 и выше 171 и выше 181 и выше
6	Бег 30 м	12-13 14-15-16 17+	6,5 и ниже 6,2 и ниже 6,0 и ниже	5,8-6,4 5,6-6,1 5,3-5,9	5,7 и выше 5,5 и выше 5,2 и выше

Контрольные нормативы по специальной физической подготовке

№	тесты	весовая категория	Уровень подготовки		
			удовлетворит	хорошо	отлично
1.	Приседание со штангой (кг)	44 – 60 кг	30-35	40-45	50-55
		67,5 – 75кг	40-45	55-60	65-70
		82,5-90 и св.	50-55	65-70	75-80
2.	Жим штанги лежа (кг)	44 – 60 кг	25-30	35-40	45-50
		67,5 – 75кг	35-40	45-50	55-60
		82,5-90 и св.	45-50	55-60	65-70
3.	Становая тяга (кг)	44 – 60 кг	45-50	60-65	70-75
		67,5 – 75кг	60-65	75-80	90-95
		82,5-90 и св.	65-70	85-90	100-105