

Принято на Педагогическом совете  
КГУ «СДЮСШОР № 5»  
29 августа 2025 года

Утверждаю  
Руководитель КГУ «СДЮСШОР № 5»  
Д.Канатканов  
29 августа 2025 года



## **П Р А В И Л А**

### **набора и зачисления учащихся в группы начальной подготовки по КГУ «СДЮСШОР № 5»**

#### **1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

Настоящие правила разработаны на основе Закона РК от 03 июля 2014 года № 228-V «О физической культуре и спорте», приказа Министра культуры и спорта Республики Казахстан от 22 ноября 2014 года № 106 «Об утверждении перечня видов физкультурно-оздоровительных организаций и правил их деятельности, в которых осуществляется учебно-тренировочный процесс по подготовке спортивного резерва и спортсменов высокого класса», Приказа Министра культуры и спорта Республики Казахстан от 20 октября 2014 года № 42 «Об утверждении возраста спортсменов по видам спорта в физкультурно – спортивных организациях, в которых осуществляется учебно-тренировочный процесс по подготовке спортивного резерва и спортсменов высокого класса», Положении деятельности и Устава КГУ «СДЮСШОР № 5» акимата г.Астаны (далее - Учреждение).

Система отбора перспективных спортсменов начинается с массового просмотра детей, в целях их ориентации к занятиям тем или иным видом спорта и проводится как учителями физической культуры так и тренерами – преподавателями спортивных школ на уроках физической культуры и на школьных соревнованиях.

Этап начальной подготовки связан с проведением физкультурно – оздоровительной и воспитательной работы направленной на разностороннюю физическую подготовку и овладение основами техники избранного вида спорта учащимися общеобразовательных школ, которые проявляют интерес к занятиям спортом и имеют письменное разрешение врача.

На этапе начальной подготовки определяется спортивная специализация и осуществляется подготовка к сдаче контрольных нормативов для перехода на следующий этап подготовки.

Этап начальной подготовки (1-3 года) – занятия проводятся с учащимися, желающими заниматься спортом, в соответствии с установленным для данного вида спорта возрастом с целью отбора одаренных учащихся в учебно-тренировочные группы.

Занятия в группах начальной подготовки могут проводиться в зданиях общеобразовательных школ и других учебных заведениях на протяжении учебного года и учетом имеющихся спортивных сооружений. При наличии

контингента учащихся в установленных для групп количествах, занятия с ними продолжаются и во время каникул.

Для обеспечения круглогодичных учебных занятий и активного отдыха учащихся в период каникул могут организовываться оздоровительные спортивные лагеря.

Продолжительность одного занятия в группах начальной подготовки не должна превышать 2-3 академических часов при не менее чем 3 х разовых занятиях в неделю.

Работа тренерско - преподавательского состава школы в группах начальной подготовки оценивается с учетом стабильности состава учебных групп, уровня освоения учащимися программ спортивной школы, включая требования по общей физической подготовке и количества занимающихся, переведенных в учебно – тренировочные группы.

Набор и комплектация групп начальной подготовки на новый учебный год проводится в период с 25 августа по 01 октября ежегодно. Учебный год начинается с 01 сентября ежегодно. Продолжительность учебного года 52 рабочие недели, до 31 августа следующего года.

Прием документов в группы начальной подготовки первого года обучения по видам спорта осуществляется 30 календарных дней.

Зачисление учащихся в группы начальной подготовки Учреждения производится после предоставления следующих документов:

- заявление от родителей или иных законных представителей поступающего в произвольной форме;
- копия свидетельства о рождении поступающего с наличием индивидуального идентификационного номера;
- копия документа, удостоверяющего личность родителя или иного законного представителя;
- медицинская справка, выданная участковым врачом, с указанием допуска к занятиям по выбранному виду спорта (должен быть написан вид спорта на который поступает ребенок).

Приказ на зачисление в группы начальной подготовки производится приказом руководителя Учреждения не позднее 01 октября.

В случае выбытия учащихся из группы тренер – преподаватель обязан доукомплектовать ее в месячный срок.

### **2.ЗАДАЧИ И ПРЕИМУЩЕСТВЕННАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ ЭТАПА НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ**

- укрепление здоровья, улучшение физического развития;
- овладение основами техники выполнения физических упражнений;
- приобретение разносторонней физической подготовленности на основе занятий различными видами спорта;
- выявление задатков и способностей детей;

- воспитание черт спортивного характера;
- привитие стойкого интереса к занятиям спортом.

Комплектование групп начальной подготовки в Учреждении проводится из числа детей, успешно сдавших пробное тестирование, утвержденное администрацией и тренерским советом школы, в соответствии с утвержденным возрастным цензом.

### **3.ВОЗРАСТ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ В ГРУППЫ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ**

Возраст учащихся в зависимости от вида спорта регламентируется Приказом Министра культуры и спорта РК от 20 октября 2014 года № 42 «Об утверждении возраста спортсменов по видам спорта в физкультурно – спортивных организациях , в которых осуществляется учебно – тренировочный процесс по подготовке спортивного резерва и спортсменов высокого класса».

<b>Возраст ( лет )</b>	<b>Виды спорта</b>
<b>8-10</b>	<b>БА С К Е Т Б О Л</b>
<b>9-11</b>	<b>Г А Н Д Б О Л</b>
<b>9-12</b>	<b>В О Л Е Й Б О Л</b>

### **4.ПРИМЕРНЫЕ СЕНЗИТИВНЫЕ (БЛАГОПРИЯТНЫЕ) ПЕРИОДЫ РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ КАЧЕСТВ**

<b>Морфофункциональ- ные показатели, физические качества</b>	<b>Возраст, лет</b>										
	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>
<b>Рост</b>						+	+	+	+		
<b>Мышечная масса</b>						+	+	+	+		
<b>Быстрота</b>			+	+	+						
<b>Скоростно –силовые качества</b>				+	+	+	+	+			
<b>Сила</b>						+	+	+			
<b>Выносливость (аэробные возможности)</b>		+	+	+					+	+	+
<b>Анаэробные возможности</b>			+	+	+				+	+	+
<b>Гибкость</b>	+	+	+	+							
<b>Координационные способности</b>			+	+	+	+					
<b>Равновесие</b>	+	+		+	+	+	+	+			

Часть школьников привлекается к занятиям спортом через систему массового поиска. В процессе занятий у детей в группах начальной подготовки выявляются предпосылки к успешному освоению программных требований в данном виде спорта. В конце года в группах начальной подготовки проводится тестирование в целях анализа работы за прошедший год, а по окончании начального периода обучения (1-3 года), с целью отбора наиболее одаренных детей и подростков в учебно- тренировочные группы.

## **5.МЕТОДИКА ТЕСТИРОВАНИЯ ПРИ МАССОВОМ ПРОСМОТРЕ ДЕТЕЙ ПРИ ОТБОРЕ В ГРУППЫ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ**

### **5.1.Методика оценки показателей здоровья**

Состояние здоровья определяет врач по данным осмотра. Оценка состояния здоровья имеет следующие виды заключения:

- 1) здоров, практически здоров (при отклонениях которые не ограничивают занятия спортом),
- 2) занятия спортом противопоказаны (при наличии заболеваний органов кровообращения, дыхания, пищеварения, мочевыделительной системы, психических и эндокринных заболеваний и т.д.).

При выдаче заключения о состоянии здоровья врач ориентируется на существующий перечень врачебно – медицинских показаний и противопоказаний для занятий спортом.

### **5.2.Методика оценки физического развития**

Показатели физического развития определяют по общепринятой методике их измерения. Комплекс информативных признаков определяется спецификой вида спорта. Измерение основных показателей физического развития проводят следующим образом.

Длина тела, см.

Определяют по расстоянию от верхушечной точки до пола.

Масса тела, кг.

Определяют с точностью до десятых долей с помощью медицинских весов, без верхней одежды и обуви.

### **5.3.Признаки необходимые для учета при массовом отборе юных спортсменов**

<b>Признаки</b>	<b>Массовый просмотр детей</b>
Состояние здоровья	+
Физическое развитие:	
А) длина тела	+
Б) ЖЕЛ	+
В) сила мышц сгибателей кисти	+
Общая физическая подготовленность :	
А) бег на 30 м со старта	+
Б) челночный бег 3x10 метров	+
Координационные способности	+

### **5.4.Оrientировочные нормативы оценки физического развития и физической подготовленности школьников 8- 11 лет**

#### **мальчики**

<b>№</b>	<b>Показатели</b>	<b>Уровень оценки</b>	<b>8 лет</b>	<b>9 лет</b>	<b>10 лет</b>	<b>11 лет</b>
1	Длина тела, см	5	140 и выше	154 и выше	160 и выше	168 и выше
		4	135-139	146-153	153-159	160-167

		3	130-134	138-145	146-152	152-159
		2	125-129	130-137	139-145	144-151
		1	124 и ниже	129 и ниже	138 и ниже	143 и ниже
2	ЖЕЛ, см <sup>3</sup>	5	1901 и выше	3101 и выше	3501 и выше	3801 и выше
		4	1701-1900	2601-3100	3001-3500	3301-3800
		3	1501-1700	2101-2600	2501-3000	2801-3300
		2	1301-1500	1501-2100	2001-2500	2301-2800
		1	1300 и ниже	1500 и ниже	2000 и ниже	2300 и ниже
3	Сила кисти (сильнейшей), кг	5	23 и больше	28 и выше	35 и выше	40 и выше
		4	20-22	23-27	29-34	33-39
		3	17-19	18-22	23-28	26-32
		2	14-16	13-17	17-22	19-25
		1	13 и меньше	12 и ниже	16 и ниже	18 и ниже
4	Бег 30 м	5	5,7 и меньше	5,6 и меньше	5,3 и меньше	5,1 и меньше
		4	5,8-5,9	5,7-5,8	5,4-5,5	5,2-5,3
		3	6,0-6,1	5,9-6,0	5,6-5,7	5,4-5,5
		2	6,2-6,3	6,1-6,2	5,8-5,9	5,6-5,7
		1	6,4 и больше	6,3 и больше	6,0 и больше	5,8 и больше
5	Челночный бег 3x10 м	5	8,4-	7,9-	7,7-	7,7-
		4	9,1-8,5	8,6-8,0	8,3-7,8	8,2-7,8
		3	10,5-9,2	10,1-8,7	9,4-8,4	9,5-8,3
		2	11,2-10,6	10,8-10,2	9,9-9,5	10,0-9,6
		1	-11,3	-10,9	-10,0	-10,1

#### девочки

№	Показатели	Уровень оценки	8 лет	9 лет	10 лет	11 лет
1	Длина тела, см	5	136 и выше	154 и выше	160 и выше	168 и выше
		4	131-135	146-153	153-159	160-167
		3	126-130	138-145	146-152	152-159
		2	121-125	130-137	139-145	144-151
		1	120 и ниже	129 и ниже	138 и ниже	143 и ниже
2	ЖЕЛ, см <sup>3</sup>	5	1801 и выше	3101 и выше	3501 и выше	3801 и выше
		4	1601-1800	2601-3100	3001-3500	3301-3800
		3	1401-1600	2101-2600	2501-3000	2801-330
		2	1201-1400	1501-2100	2001-2500	2301-2800
		1	1200 и ниже	1500 и ниже	2000 и ниже	2300 и ниже
3	Сила кисти (сильнейшей), кг	5	22 и больше	28 и выше	35 и выше	40 и выше
		4	18-21	23-27	29-34	33-39
		3	14-17	18-22	23-28	26-32
		2	10-13	13-17	17-22	19-25
		1	9 и меньше	12 и ниже	16 и ниже	18 и ниже
4	Бег 30 м	5	5,9 и менее	5,6 и меньше	5,3 и меньше	5,1 и меньше
		4	6,0-6,1	5,7-5,8	5,4-5,5	5,2-5,3
		3	6,2-6,3	5,9-6,0	5,6-5,7	5,4-5,5
		2	6,4-6,5	6,1-6,2	5,8-5,9	5,6-5,7
		1	6,6 и более	6,3 и больше	6,0 и больше	5,8 и больше
5	Челночный бег 3x10 м	5	9,0-	7,9-	8,1-	7,9-
		4	9,5-9,1	8,6-8,0	8,7-8,2	8,5-8,0
		3	10,7-9,6	10,2-8,7	9,9-8,8	9,2-8,6
		2	11,1-10,8	10,9-10,3	10,5-10,0	10,3-9,3
		1	-11,2	-11,0	-10,6	-10,4

## **5.5.Методика тестирования показателей физической подготовленности**

**Бег 30 м, сек.** Проводится на стадионе или в зале с высокого старта, в спортивной форме без шиповок.

**Челночный бег 3x10 м, сек.** Тест проводят на ровной дорожке длиной 10 метров. Дистанция ограничена линиями старта и финиша. За каждой линией обозначены два полукруга радиусом 50 см с центром на черте. Из положения высокого старта по команде «марш» испытуемый пробегает 10 м и берет из полукруга на финишной линии фишку, затем поворачивается кругом и пробегает 10 м к линии старта, кладет фишку в полукруг фишку и возвращается, пересекая финишную черту.

### **Исключения**

Спортсмены – учащиеся, не сдавшие тестирование, не зачисляются.

Учащиеся, не достигшие установленного возрастного ценза для зачисления в состав Учреждения, не зачисляются.

В случае форс-мажора и обстоятельствам, не зависящим от воли обеих сторон, прием документов производится в течении 1 (одного) месяца через канцелярию организации нарочно. Зачисление производится приказом руководителя Учреждения, но учебно-тренировочные занятия начинаются после полного снятия ограничений и разрешения на проведение.

**Зам.руководителя по УВР**

**И.Новикова**