



УТВЕРЖДЕН
приказом ГБУ ДО СШОР по плаванию
№ 3 «Невская»
от 26.10.2026 № 117-УСР

Василисков И.Ю.
«26.10.2026» 2026 г.

РЕГЛАМЕНТ работы приемной комиссии по проведению индивидуального отбора поступающих на учебно-тренировочный этап 2026-2027 учебно- тренировочный год

I. Общие положения

1.1. Настоящий Регламент определяют сроки и порядок индивидуального отбора поступающих в ГБУ ДО СШОР по плаванию № 3 «Невская» (далее Учреждение) на учебно-тренировочный этап (далее Прием) по виду спорта «плавание».

1.2. Прием поступающих осуществляется в соответствии с Уставом, Порядком приема на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки по виду спорта «плавание» и Правилами приема лиц на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки по виду спорта «плавание» в Учреждение.

1.3. Индивидуальный отбор заключается в выявлении у поступающих физических способностей необходимых для освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по плаванию. Индивидуальный отбор проходит в виде сдачи нормативов по общей физической (ОФП) и специальной физической подготовке (СФП) в соответствии с Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «плавание» (Утвержден приказом Минспорта России от 05.11.2025 № 907) и технической подготовки по виду спорта «плавание» (Утвержден приказом ГБУ ДО СШОР по плаванию №3 «Невская» от 26.10.2026 № 116-УСР)

1.4. К сдаче нормативов допускаются лица **2017 года рождения и старше имеющих спортивный разряд не ниже 3 юношеского разряда**, желающие заниматься видом спорта «плавание», не имеющие медицинских противопоказаний для занятий спортом.

1.5. Прием в Учреждение производится по результатам конкурсного отбора. В Учреждение зачисляются лица, успешно сдавшие нормативы ОФП и СФП, а также набравшие наибольшее количество баллов по результатам сдачи нормативов по технической подготовке.

1.6. Количество вакантных мест для приема в Учреждении на этап начальной подготовки первого года обучения определяется в соответствии с государственным заданием на оказание государственных (муниципальных) услуг за счет бюджетных ассигнований.

II. Организация тестирования поступающих

2.1. Сведения о месте и времени проведения индивидуального отбора:

Место: г. Санкт-Петербург, ул. Варфоломеевская д. 7, стр. 1 (въезд на парковку с ул. Варфоломеевская)

Даты: 29.10.2026

Время:

11.00 (УТ 3 год обучения)

15.00 (УТ 2 год обучения)

2.2. Сдача нормативов осуществляется в назначенное время и день **по предварительной записи**. Предварительная запись проводится:

- на сайте учреждения: www.невская3.рф.

2.3. В день сдачи нормативов поступающим необходимо предоставить:

Документы:

1. Согласие на распространение персональных данных согласно **Приложению 1** к Регламенту;
2. Согласие на проведение процедуры оценки готовности согласно **Приложению 2** к Регламенту
3. Копия свидетельства о рождении поступающего;
4. Медицинское заключение педиатра о группе здоровья.

Вещи для тестирования:

1. Форма для зала: кроссовки, футболка, носки, шорты
2. Форма для бассейна: плавки/купальник, шапочка, полотенце, мыло, мочалка, шлёпки.

2.4. Результаты сдачи нормативов заносятся в протокол приемной комиссии.

2.5. Итоговый протокол утверждаются членами приемной комиссии, публикуется на сайте учреждения www.невская3.рф, размещаются на стенде учреждения при входе в ГБУ ДО СШОР по плаванию № 3 «Невская» Санкт-Петербург, ул. Варфоломеевская д. 7 стр. 1 – **30.10.2026**.

2.6. При наличии мест, оставшихся вакантными после зачисления по результатам индивидуального отбора и приема документов, учреждение может объявить дополнительный отбор. Дополнительный отбор поступающих осуществляется в сроки, установленные учреждением, в том же порядке, что и первоначальный отбор.

III. Порядок приема документов для зачисления

3.1. Прием документов и оформление пропуска осуществляют члены приемной комиссии по адресу: Санкт-Петербург, ул. Варфоломеевская д. 7. стр.1 (въезд на парковку с ул. Варфоломеевская).

Контактный телефон для консультирования по вопросам записи, проведения и результатов индивидуального отбора **620-33-39** (с 10:00 до 11:00 и с 15:00 до 16:00 с понедельника по пятницу за исключением праздничных и выходных дней)

3.2. Прием в учреждение осуществляется по письменному Заявлению родителей (законных представителей).

3.3. При подаче Заявления предоставляются следующие документы:

- копия свидетельства о рождении, поступающего;
- копия документа, удостоверяющего личность родителя (законного представителя) поступающего, и документа, подтверждающего родство, установление опеки или попечительства (при необходимости);
- анализ соскоб на энтеробиоз (срок действия справки 3 месяца);
- фотографии поступающего 3х4 в количестве 2 шт.;
- копия полиса ОМС поступающего;
- копия СНИЛС поступающего;
- медицинское заключение о допуске к прохождению спортивной подготовки;

Зачисление в учреждение производится только при наличии Заключения врача по спортивной медицине!

3.4. Поступающие считаются зачисленными в учреждение с момента издания приказа о зачислении.

IV. Подача и рассмотрение апелляции.

4.1. Законные представители несовершеннолетних поступающих вправе подать письменное заявление на имя директора учреждения об апелляции по процедуре проведения индивидуального отбора не позднее следующего рабочего дня после объявления результатов отбора.

4.2. Апелляция рассматривается не позднее одного рабочего дня со дня ее подачи.

4.3. Апелляционная комиссия принимает решение о целесообразности повторного проведения индивидуального отбора в отношении поступающего и доводит его до сведения, подавшего апелляцию.

4.4. Повторное проведение индивидуального отбора проводится в течение 1 рабочего дня со дня принятия решения.

4.5 Подача апелляции по процедуре проведения повторного индивидуального отбора не допускается.

V. Перечень тестов индивидуального отбора.

Нормативы по общей физической и специальной физической подготовке

N п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			11	7

1.2.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+3	+5
1.3.	Челночный бег 3 x 10 м	с	не более	
			9,8	10,2
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			122	117
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Исходное положение - стоя, держа мяч весом 1 кг за головой. Бросок мяча вперед	м	не менее	
			4,0	3,5
3. Уровень спортивной квалификации				
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»		
3.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)	Спортивные разряды – «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»		
4. Уровень технической подготовки				
4.1.	Баттерфлай	Согласование работы рук и ног (первый удар – в момент входа рук в воду, второй удар – в конце гребка)	Баллы за выполнение от 1 до 5	
		Дыхание (вдох выполняется в момент окончания гребка и выхода рук из воды, ключевой момент – руки должны накрывать голову в конце проноса)	Баллы за выполнение от 1 до 5	
		Одновременная работа ног (ноги работают синхронно, соединены вместе, стопы оттянуты, носки развернуты внутрь, не допускается «разножка» в работе ног)	Баллы за выполнение от 1 до 5	
		Одновременная работа рук (руки одновременно входят в воду после проноса и выходят из воды во время окончания гребка)	Баллы за выполнение от 1 до 5	
		Выполнение положения «стрелочка» после отталкивания от стенки	Баллы за выполнение от 1 до 5	
		Обязательное касание двумя руками стенки при выполнении поворота и касания на финише.	Баллы за выполнение от 1 до 5	

4.2.	На спине	Положение тела в воде (тело лежит горизонтально у поверхности, подбородок чуть приподнят, взгляд направлен вверх-назад, таз не должен проваливаться)	Баллы за выполнение от 1 до 5
		Согласование работы рук (руки работают попеременно, когда одна гребет, другая проносится над водой)	Баллы за выполнение от 1 до 5
		Работа ног (ноги работают попеременно, не допускается выход колена из воды)	Баллы за выполнение от 1 до 5
		Оценка техники плавания (при вкладывании рук не допускается пересечение линии головы, «сидячее положение» (проваленный таз), выход колена из воды при плавании ногами, отсутствие согласования рук и ног (допускается 6-ти, 4-х или 2-х ударное плавание ногами на спине), опущенный или слишком задранный подбородок)	Баллы за выполнение от 1 до 5
		Выполнение положения «стрелочка» после отталкивания от стенки	Баллы за выполнение от 1 до 5
4.3.	Брасс	Работа ног брассом (ноги работают синхронно, обязательно выполнение разворота стоп, ноги не должны «прорывать» воду во время удара)	Баллы за выполнение от 1 до 5
		Работа рук брассом (руки работают синхронно, локти не должны «прорывать» (разрывать поверхность воды) воду во время гребка, вдох в первой фазе гребка при разведении рук, выдох на вытягивании и погружении в воду)	Баллы за выполнение от 1 до 5
		Согласование рук и ног (основной критерий – это попадание удара ногами в окончание гребка руками, в вынос рук вперед, с последующей фазой скольжения)	Баллы за выполнение от 1 до 5
		Длинный выход брассом (отталкивание в стрелочке – удар ногами дельфином (или его отсутствие) – мощный гребок руками до бедер – возвращение рук вперед с одновременным ударом ногами брассом)	Баллы за выполнение от 1 до 5
		Выполнение положения «стрелочка» после отталкивания от стенки, обязательное касание стенки одновременно двумя руками	Баллы за выполнение от 1 до 5
4.4.	Вольный стиль	Положение тела и вращение (тело лежит на груди горизонтально у поверхности и вращается вокруг продольной оси вслед за рукой, выполняющей гребок, голова при этом остается в нейтральном положении)	Баллы за выполнение от 1 до 5
		Согласование работы рук (руки работают попеременно: когда одна гребет, другая проносится над водой, возможные ошибки – короткий гребок, касание/соединение рук в стрелочку)	Баллы за выполнение от 1 до 5

		Согласование дыхания (вдох выполняется в момент проноса руки, не допускается «поздний вдох», когда рука уже прошла линию головы и опускание головы попадает на вкладывание руки, грубая ошибка при выполнении вдоха «заваливание» на спину)	Баллы за выполнение от 1 до 5
		Работа ног (ноги работают попеременно, удар от бедра, стопы оттянуты, носки развернуты внутрь)	Баллы за выполнение от 1 до 5
		Выполнение положения «стрелочка» после отталкивания от стенки	Баллы за выполнение от 1 до 5
4.5.	Выполнение старта и поворотов	После выполнения старта, выход под водой выполняется в положении «стрелочка» (можно задать теоретический вопрос о том, сколько метров разрешено проплыть под водой после выполнения старта и поворота)	Баллы за выполнение от 1 до 5
		Поворот дельфин-спина (касание выполняется строго, одновременно двумя руками, группировка, далее выполняется поворот «маятник», отталкивание в положении «на спине» затем идет выход в положении «стрелочка»)	Баллы за выполнение от 1 до 5
		Поворот спина-брасс (касание стенки в обязательном порядке в положении «на спине», далее выполняется группировка, поворот «маятник» и отталкивание на груди с последующим выполнением длинного выхода брассом)	Баллы за выполнение от 1 до 5
		Поворот брасс-кроль (касание выполняется строго, одновременно двумя руками, группировка, далее выполняется поворот «маятник», отталкивание на груди в положении «стрелочка»)	Баллы за выполнение от 1 до 5

Итоговая оценка

- «рекомендован к зачислению» выводится при зачете по нормативам общей физической подготовки, специальной физической подготовки, технической подготовки и при соответствии уровню спортивной квалификации;
- «не рекомендован к зачислению» выводится при незачете по одному или более нормативам по общей физической подготовки, специальной физической подготовки, технической подготовки или несоответствии требованиям по уровню спортивной квалификации;
- Рейтинг обучающихся, получивших оценку «рекомендован к зачислению», формируется на основании результатов, показанных по уровню технической подготовки.

Состав приёмной комиссии:

1. Председатель комиссии: Полякова Р.Р. – заведующий отделением по виду спорта «плавание»
2. Члены комиссии: Кузнецова О.М. – инструктор-методист
Томчук Е.Н. – тренер-преподаватель
Столбов И.Ю. – тренер-преподаватель
3. Секретарь комиссии: Радух Ю.М. – инструктор-методист

Состав апелляционной комиссии:

1. Председатель комиссии: Василисков И.Ю. – Директор
2. Члены комиссии: Фуртикова А.А. – инструктор-методист
Фролова З.В. – тренер-преподаватель
3. Секретарь комиссии: Седова А.В. – секретарь

Регламент СОГЛАСОВАН:

Заведующий отделением
по виду спорта «плавание»


 (подпись)

Р.Р. Полякова

26.10.2026
 (дата)