НА 2026 учебный год – 55 вакантных мест в соответствии с муниципальным заданием МБУ ДО СШОР №12 по волейболу г. Челябинска (предварительно)

Приём документов – сентябрь-октябрь через ГОСУСЛУГИ, (памятка прилагается); либо в приёмной комиссии расположенной по адресу

г. Челябинск, пер. Артиллерийский д.2, тел 775-40-04.

Режим работы приёмной комиссии понедельник-пятница с 10.00 до 15.00 часов.

**ДОКУМЕНТЫ:**

- заявления и согласия родителей (законных представителей) обязательно заполнение всех граф

- медицинского заключения (справка);

- фотография 3х4, 2 шт.;

- копия свидетельства о рождении (паспорта), СНИЛС поступающего;

- копия паспорта, СНИЛС родителя или законного представителя.

Вступительное тестирование – ноябрь-декабрь

Критерий зачисления в сезоне 2026 Примерные ростовые данные:

|  |  |
| --- | --- |
| 2016 г.р. - 145 см. | 2011 г.р. – 180 см. |
| 2015 г.р. - 149 см. | 2010 г.р. – 185 см. |
| 2014 г.р. - 154 см. | 2009 г.р. – 190 см. |
| 2013 г.р. – 162 см. | 2008 г.р. – 195 см. |
| 2012 г.р. – 170 см. | 2007 г.р. – 198 см. |
| 2016 г.р. - 145 см. |  |

 **Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки**

На этап начальной подготовки зачисляются учащиеся общеобразовательных школ, желающие заниматься спортом и не имеющие медицинских противопоказаний, с 9 лет, на основании выполнения нормативов общей и специальной физической подготовки.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Контрольные упражнения (тесты) | Норматив до годаобучения | Норматив свыше года обучения |
|  | Бег на 30 м  | не более 6,9 с | не более 6,2 с |
|  | Прыжок в длину с места | не менее 110 см | не менее 130 см |
|  | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | не менее 7 раз | не менее 10 раз |
|  | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке  | от уровня скамьине менее +1 см. | от уровня скамьине менее +2 см. |
|  | Челночный бег 5х6м. | не более 12 с. | не более 11,5 с. |
|  | Бросок мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками, стоя | не менее 8 м. | не менее 10 м. |
|  | Прыжок в высоту одновременным отталкиванием двумя ногами | не менее 36 см | не менее 40 см |

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)**

На этап спортивной специализации зачисляются спортсмены с 12 лет, не имеющие медицинских противопоказаний, на основании выполнения нормативов общей и специальной физической подготовки, выполнивших обязательную техническую программу.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
|  | Контрольные упражнения (тесты) | Норматив |
|  | Бег на 60 м |  не более 10,4 с. |
|  | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | Не менее 18 раз |
|  | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке (от уровня скамьи)  | Не менее +5 см. |
|  | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами  | Не менее 160 см. |
|  | Челночный бег 5х6м. | Не более 11,5 с. |
|  | Бросок мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками, стоя | Не менее 10 м. |
|  | Прыжок в высоту одновременным отталкиванием двумя ногами | Не менее 40 см.  |
|  | Спортивный разряд свыше ТЭ-3 | Минимум 3 юн. |

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на ССМ**

На этап совершенствования спортивного мастерства зачисляются спортсмены с 14 лет, не имеющие медицинских противопоказаний, на основании выполнения нормативов общей и специальной физической подготовки, выполнивших обязательную техническую программу, имеющих 1 спортивный разряд.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
| Упражнения  | Норматив |
| Бег на 60 м | Не более 8,2 с. |
| Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | Не менее 30 раз |
| Подтягивание из виса на высокой перекладине  | Не менее 12 раз |
| Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке (от уровня скамьи)  | Не менее +11см. |
| Прыжок в длину с места толчком двумя ногами  | Не менее 200см. |
| Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин | Не менее 45 раз |
| Челночный бег 5х6м. | Не более 11,0 с. |
| Бросок мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками, стоя | Не менее 16 м. |
| Прыжок в высоту одновременным отталкиванием двумя ногами | Не менее 45 см.  |
| Спортивный разряд  | 1й спортивный  |