Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Спортивная школа «Закамск» г. Перми

Принято
На педагогическом совете
МБУ ДО «СШ
«Закамск» г. Перми
Протокол №11 от 28.12.2023 г.

положение

о проведении индивидуального отбора поступающих в муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Спортивная школа «Закамск» г. Перми

1. Общие положения

- 1.1. Настоящее Положение о проведении индивидуального отбора поступающих в муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Спортивная школа «Закамск» г. Перми (далее положение, учреждение) разработано в соответствии с Федеральным законом "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" от 04.12.2007 № 329-ФЗ, Приказом Министерства спорта РФ от 27 января 2023 г. № 57 «Об утверждении порядка приема на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки», Федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта, культивируемым в Учреждении, утвержденными приказами Минспорта России; Уставом Учреждения.
- 1.2. Положение разработано с целью определения порядка и метода проведения индивидуального отбора, результаты которого являются основанием для зачисления поступающих в Учреждение.
- 1.3. При организации приема поступающих Учреждение обеспечивает соблюдение их прав, прав их родителей (законных представителей), установленных законодательством Российской Федерации, гласность и открытость работы приемной и апелляционной комиссий, объективность оценки способностей и склонностей поступающих.

II. Организация проведения индивидуального отбора

- 2.1. В целях проведения индивидуального отбора в Учреждении создаются приемная (не менее 5 человек) и апелляционная (не менее 3 человек) комиссии. Составы данных комиссий утверждаются приказом директора Учреждения на год. В состав комиссий входят председатель комиссии, заместитель председателя комиссии, секретарь комиссии (при необходимости) и иные члены комиссии.
- 2.2. Приемная комиссия формируется из числа работников Учреждения, участвующих в реализации дополнительных образовательных программ спортивной подготовки. Председателем приемной комиссии является руководитель Организации или лицо, им уполномоченное.
- 2.3. Апелляционная комиссия формируется из числа работников Учреждения, участвующих в реализации дополнительных образовательных программ спортивной подготовки и не входящих в состав приемной комиссии. Председателем апелляционной комиссии является руководитель Учреждения в случае, если он не является председателем приемной комиссии) или лицо, им уполномоченное.
- 2.4. Организацию работы приемной и апелляционной комиссий, организацию личного приема руководителем Учреждения совершеннолетних поступающих, а также законных представителей несовершеннолетних поступающих осуществляет секретарь приемной комиссии.
 - 2.5. Регламент деятельности приемной и апелляционной комиссий утверждается приказом директора Учреждения.

- 2.3. Учреждение самостоятельно устанавливает сроки приема документов в соответствующем году, но не позднее чем за месяц до проведения индивидуального отбора поступающих.
- 2.4. Прием поступающих в Учреждение для прохождения спортивной подготовки и индивидуальный отбор проводится не позднее чем за 1 месяц до проведения комплектования групп, а также при наличии вакантных мест ежемесячно в течение календарного года.
- 2.5. Для проведения индивидуального отбора Учреждение проводит прием нормативов, а также, при необходимости, предварительные просмотры, анкетирование и консультации в порядке, установленном ее локальными нормативными актами. Нормативы для поступления лиц соответствуют Федеральным стандартам спортивной подготовки и программам спортивной подготовки, реализуемым в Учреждении (приложение 1).
- 2.6. Для зачисления в учебно-тренировочные группы на этапы спортивной подготовки в Учреждение применяется бальная система оценки.
- 2.6. Минимальный возраст лиц, поступающих на этап спортивной подготовки, определяется в соответствии с федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта.
- 2.7. Во время проведения индивидуального отбора поступающих присутствие посторонних лиц допускается только с письменного разрешения руководителя учреждения.

3. Оформление результатов индивидуального отбора

- 3.1. Результаты индивидуального отбора заносятся в протокол приемной комиссии.
- 3.2. Зачисление на бюджетные места происходит согласно рейтинга набранных баллов. Рейтинг выстраивается на основе полученных баллов по результатам выполнения нормативов. Если количество поступающих, сдавших нормативы, больше, чем количество бюджетных мест, то зачисляются те поступающие, у которых сумма набранных баллов выше.
- 3.3. При равном количестве баллов у поступающих решение о зачислении в Учреждение принимается путем открытого голосования членов приемной комиссии. При равном количестве "за" и "«против» голос председателя приемной комиссии является решающим.
- 3.4. Заключение приемной комиссии заносится в протокол приемной комиссии.
- 3.5. Протокол подписывается всеми членами приемной комиссии.
- 3.6. Результаты индивидуального отбора объявляются не позднее чем через три рабочих дня после его проведения.
- 3.7. Объявление указанных результатов осуществляется путем размещения пофамильного списка с указанием системы оценок, применяемой в Учреждении, и самих оценок (отметок, баллов, показателей в единицах

измерения), полученных каждым поступающим по итогам индивидуального отбора.

- 3.8. Данные результаты размещаются на информационном стенде учреждения и доводятся до поступающих.
- 3.7. В Учреждении предусматривается проведение дополнительного отбора для лиц, не участвовавших в первоначальном индивидуальном отборе в установленные учреждением сроки по уважительной причине, в пределах общего срока проведения индивидуального отбора поступающих.

Приложение I

Вид спорта: баскетбол

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы по баскетболу на этап начальной подготовки до года

윋		Единица	Норматив	атив	Балл
п/п	Описание упражнения	измерения	измерения Мальчики Девочки	Девочки	
	1. Нормативы общей физической подготовки	изической п	одготовки		
	1 1 Петиопити бет 3×10 м		Не более	Не более	3
	M OLVE TOO HIRE	J	10,3	10,6	
12	1 2 Прыжок в длину с места толчком		Не менее	Не менее	m
1	двумя ногами	CM	110	105	
	2. Нормативы специальной физической подготовки	й физическо	й подготовк	и	
7 1	7 1 Прыжок вверх с места со взмахом	3.00	Не менее	Не менее	2
1.7	руками	CM	20	16	
2	2.2 Fer us 14 w	(Не более	Не более	2
1.1	DCI 114 14 M	o .	3,5	4,0	

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы по баскетболу на этап начальной подготовки свыше года

প্র	Описание упражиения	Единица	Норматив	атив	Балл
п/п		измерения	измерения Мальчики Девочки	Девочки	
	1. Нормативы общей физической подготовки	изической п	одготовки		
1.1.	1.1. Челночный бег 3х10 м	၁	Не более 9,6	Не более 9,9	3
1.2.	1.2. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	СМ	Не менее Не менее 130 120	Не менее 120	(C)
	2. Нормативы специальной физической подготовки	й физическо	й подготовк	и	
2.1	2. I Прыжок вверх с места со взмахом руками	СМ	Не менее 22	Не менее 18	2
2.2	2.2 Бег на 14 м	ပ	Не более 3,4	Не более 3,9	2

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы по баскетболу на учебно-тренировочный этап до трех лет

9	Описание упраживания	Единица	Норматив	атив	Балл
п/п		измерения	измерения Мальчики Девочки	Девочки	
	1. Нормативы общей физической подготовки	изической п	одготовки		
_	Стибание и разгибание рук в упоре количество	количество	He regree 13 He regree 7	Toomore ou	m
	лежа на полу	pa3	TIC MCHCLI	TTC WCHCC/	
1 2	1.2 Чепиочный бег 3×10 м	,	Не более	Не более	'n
	WOLLD TO THE STATE OF THE STATE	د	0,6	9,4	
C	Прыжок в длину с места толчком		Не менее	Не менее	m
	двумя ногами	W.	150	125	
7	1 д Поднимание туловища лежа на	количество	Не менее	He	ε
÷	спине (за 1 мин)	pa3	32	менее28	
	2. Нормативы специальной физической подготовки	й физическо	й подготовка	22	

	1 Comment of the Comm		Не более	He	2
4	2.1 Скоростное ведение мяча 20 м)	10,0	более10,7	in .
	Прыжок вверх с места со взмахом		3 Coomor of 1	He	2
4	руками	CM	LIC MCHCCCCC	менее30	
	, челночный бег 10 площадок по 28	,	Tr. Goree He fonce	Не более	2
٧	М.	ပ	rue ooriceo	70	
	2 / Far and 14		Не более Не более	Не более	2
4	.4 Del Ha 14 M	ပ	3,0	3,4	

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы по баскетболу на учебно-гренировочный этап свыше трех лет

윋		Единица	Норматив	атив	Балл
п/п	Описание упражнения	измерения	измерения Мальчики	Девочки	
	1. Нормативы общей физической подготовки	ризической п	одготовки		
1.1	Стибание и разгибание рук в упоре количество лежа на полу раз		Не менее15	Не менее 9	ć.
1.2.	1.2. Челночный бег 3х10 м	0	Не более 8,8	Не более 9,2	3
1.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	СМ	Не менее 160	Не менее 145	3
1.4	Поднимание туловища лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	Не менее 35	Не менее30	S.
	2. Нормативы специальной физической подготовки	ой физическо	й подготовк	И	
2.1	2.1 Скоростное ведение мяча 20 м	O	Не более 9,8	Не более10,5	2
2.2	2.2 Прыжок вверх с места со взмахом руками	CM	Не менее 38	Не менее 33	2
2.3	Челночный бег 10 площадок по 28 м	S	Не более 63	Не более 68	2
2.4	2.4 Бег на 14 м	o .	Не более 2,8	Не более 3,2	2

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы по баскетболу на этап совершенствования спортивного мастерства

Z	Ne l	Единица	Норматив	атив	Балл
п/п	/п	измерения	Мальчики	Девочки	
	1. Нормативы общей физической подготовки	я физической п	одготовки		
	Сгибание и разгибание рук в упоре количество	ое количество	Не менее 36	He	3
i	трежа на полу	pa3		15	
_	1.2 Uemaonurii 6er 3×10 w	· ·	Не более	Не более	3
;	2. ichic miniti coi caro m	>	7,2	8,0	2
	1, Прыжок в длину с места толчком		Не менее	Не менее	3
	двумя ногами	CM	215	180	
	Поднимание туловища лежа на	количество	Не менее	He	3
-;	4. спине (за 1 мин)	pa3	35	менее31	
	2. Нормативы специальной физической подготовки	ной физическо	й подготовк	И	
C	1 Corner everyoner everyoner		Не более	Не более	2
4	2.1 Chopociade beachae maya 20 m	د	8,6	9,4	
7	2.2 Прыжок вверх с места со взмахом	I CM	Не менее	не менее	2

	руками		39	34		
2.3	Челночный бег 10 площадок по 28 м	ပ	He более 60 He более 65	Не более 65	2	
2.4	2.4 Бег на 14 м	υ	He более Не более 2,6 2,9	Не более 2,9	2	

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы по баскетболу на этап высшего спортивного мастерства

왕	Onucanna anneam	Единица	Норматив	атив	Балл
п/п		измерения	измерения Мальчики	Девочки	
	1. Нормативы общей физической подготовки	изической п	одготовки		
1.1.	1.1.Ber 30 M	၁	Не более 4,7	Не более 5,0	3
1.2.	1.2. Сгибание и разгибание рук в упоре количество He менее36 раз	количество раз	Не менее36	Не менее 15	3
1.3.	1.3. Челночный бег 3х10 м	၁	Не более 7,2	Не более 8,0	c
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	СМ	Не менее 215	Не менее 180	. 8
1.5.	1.5. Поднимание туловища лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	Не менее 39	Не менее34	3
	2. Нормативы специальной физической подготовки	й физическо	й подготовк	Z	
2.1	2.1 Скоростное ведение мяча 20 м	၁	Не более 8,0	Не более 8,9	2
2.2	2.2 Прыжок вверх с места со взмахом руками	СМ	Не менее 49	Не менее 45	2
2.3	Челночный бег 10 площадок по 28 м	၁	Не более 55	Не более 60	2

Уровень спортивной квалификации для зачисления в группы по баскетболу по годам и этапам спортивной подготовки

			Promis in the second		
			Этапы и годы спортивной подготовки	U O I OBKA	
Этап начальной	альной	Учебно-1	Учебно-тренировочный этап (этап	Этап	ć
подготовки	FOBKI	спорт	спортивной специализации)	совершенствовани	Этап высшего
До года	Свыше года	До грех лег	Свыше трех лет	я спортивного мастерства	спортивного мастерства
	1		Спортивный разряд «третий коношеский»; Спортивный разряд «второй коношеский»; Спортивный разряд «первый коношеский» Спортивный разряд «третий спортивный разряд «третий спортивный разряд «третий спортивный разряд «третий спортивный разряд «второй спортивный разряд»;	Спортивный разряд «первый спортивный разряд»	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»

Вид спорта: бокс

Нормативы общей физической подготовки для зачисления в группы по боксу на этап начапьюй поптотовки по голя

•		на этап начальной подготовки до года	гьной подго	говки до год	[2		Г
	প্র	випеплении еписэми)	Единица	Норматив	атив	Балл	
	п/п		измерения	Мальчики	Девочки		
		 Нормативы общей физической подготовки для возрастной группы 9-10 лет 	изической подгот группы 9-10 лет	овки для воз	растной	4	
	1.1.	Бег 30 м	၁	Не более 6,2	Не более 6,4	3	
	1.2.	Бег 1000 м	мин, с	Не более 6,10	Не более 6,30	£.	Γ
	1.3.	Стибание и разгибание рук в упорележа на полу	количество раз	Не менее10	Не менее 5	3	
	1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамья)	СМ	Не менее +2	Не менее +3	3	
	1.5.	Челночный бег 3х10 м	၁	Не более 9,6	Не более 9,9	3	
	1.6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	СМ	Не менее 130	Не менее 120	3	_
	1.7.	1.7. Метание мяча весом 150 г	M	Не менее 19	Не менее 13	2	
		 Нормативы общей физической подготовки для возрастной группы 11-12 лет и старше 	ей физической подготовки группы 11-12 лет и старше	вки для возр рше	растной		
	2.1	Бег 60 м	၁	Не более 10,9	Не более 11,3	3	
```	2.2	Бет 1500 м	мин, с	Не более 8,20	Не более 8,55	3	
``	2.3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	Не менее13	Не менее 7	3	
	2.4	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	Не менее 3		3	
• • •	2.5	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине	количество раз	1	Не менее 9	3	
	2.6	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьн)	СМ	Не менее +3	Не менее +4	3	
	2.7	Челночный бег 3х10 м	C	Не более 9,0	Не более 10,4	3	
```	2.8	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	СМ	Не менее 150	Не менее 135	3	
	2.9	2.9 Метание мяча весом 150 г	M	Не менее 24	Не менее 16	. 2	

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы по боксу на этап начальной подготовки свыше года

	на этап начальной подготовки свыше года	поправон	вки свыше	года	
왕 [№ п/п	Единица измерения	Мапъ	Норматив	Балл
	 Нормативы общей физической подготовки для возрастной группы 9-10 лет 	еской подгот	овки для во	зрастной	
1.1.	Бег 30 м	v	Не более 6,1	Не более 6,3	3
1.2.	2.Бег 1000 м	мин, с	Не более 5,50	Не более 6,20	3
1.3	Сги бание и разгибание рук в упорележа на полу	количество раз	Не менее13	Не менее 7	3
1.4	Наклон вперед из положения стоя 4. на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	CM	Не менее +3	Не менее +4	3
1.5.	. Челночный бег 3х10 м	С	Не более 9,0	Не более 10,4	3
1.6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	СМ	Не менее 150	Не менее 135	3
1.7	1.7. Метание мяча весом 150 г	M	Не менее 24	Не менее 16	æ
	 Нормативы общей физической полготовки для возрастной труппы 11-12 лет и старше 	ей физической подготовки группы 11-12 лет и старше	товки для вс гарше	эрастной	
2.1	Бег 60 м	၁	Не более 10,4	Не более 10,9	٤
2.2	: Бег 1500 м	с, мин	Не более 8,05	Не более 8,29	3
2.3	Стибание и разгибание рук в упоредежа на полу	количество раз	Не менее18	Не менее 9	3
2.4	Подтятивание из виса на высокой перекладине	количество раз	Не менее 4	-	m _.
2.5	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине	количество раз	-	Не менее 11	3
2.6	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамъе (от уровня скамъи)	СМ	Не менее +5	Не менее +6	3
2.7	Челночный бег 3х10 м	0	Не более 8,7	Не более 9,1	r.
2.8	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	СМ	Не менее 160	Не менее 145	3
2.9	Метание мяча весом 150 г	M	Не менее 26	Не менее 18	3
	3. Нормативы специальной физической подготовки	ьной физиче	ской подгот	ОВКИ	
3.1	Исходное положение – стоя, ноги согнуты в коленях. Бросок набивного мяча весом 2 кт снизувлеред двумя руками	M	Не менее 7 Не менее6	Не менееб	2

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы по боксу на учебно-тренировочный этап до трех лет

Балл			3		3	6	ĸ.	3	3	2		3	3	3	3	3	3	3	3	2		3	3	3
атив	Девочки	эзрастной	Не более 10,9	Не более 8,29	Не менее 9	ı	Не менее	Не более 10,4	Не менее 135	Не менее 16	зрастной	Не более 10,4	Не более 11,40	Не менее 10	Не менее 2	Не менее +8	Не более 8,8	Не менее 160	Не менее 34	Не менее 21	эрастной	Не более 17,2	Не более 11,20	,
Норматив	Мальчики	говки для вс	Не более 10,4	Не более 8,05	Не менее18	Не менее 4	Не менее +5	Не более 9,0	Не менее 150	Не менее 24	говки для вс	Не более 9,2	Не более 9,40	Не менее24	Не менее 8	Не менее +6	Не более 7,8	Не менее 190	Не менее 39	Не менее 34	говки для вс арше	Не более 14,3	-	Не более 1430
Единица	измерения	зической подго группы 12 лет	o	мин, с	количество	количество раз	СМ	ပ	СМ	М	изической подгот группы 13-15 лет	υ	мин, с	количество	TBO	СМ	S	СМ	количество	М	ей физической подготовки группы 16-17 лет и старше	ပ	мин, с	мин, с
	OIID	 Нормативы общей физической подготовки для возрастной группы 12 лет 	Бег 60 м	. Бег 1500 м	Сгибание и разгибание рук в упоре пежа на полу	Подтягивание из виса на высокой перекладине	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	Челночный бег 3х10 м	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	Метание мяча весом 150 г	 Нормативы общей физической подготовки для возрастной группы 13-15 лет 	Бег 60 м	Бег 2000 м	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Подтягивание из виса на высокой перекладине		Челночный бег 3х10 м	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин	Метание мяча весом 150 г	3. Нормативы общей физической подготовки для возрастной группы 16-17 лет и старше	Бег 100 м	Бег 2000 м	Бег 3000 м
8	п/п		1.1.	1.2.	1.3.	1.4.	1.5.	1.6.	1.7.	1.8.		2.1	2.2	2.3	2.4	2.5	2.6	2.7	2.8	2.9		3.1	3.2	3.3
				٠																				

3.4 Cri	Сгибание и разгибание рук в упоре количество лежа на полу раз	е количество раз	Не менее 31	Не менее 11	3
3.5 ITo ner	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	Не менее 11	Не менее 2	3
На на ур	Наклон вперед из положения стоя 3.6 на гимнастической скамье (от уровня скамы)	CM	Не менее +8	Не менее	£.
Чe	3.7 Челночный бег 3х10 м	၁	Не более 7.6	Не более 8,7	'n
山町	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	СМ	Не менее 210	Не менее 170	3
일 의	Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин	количество раз	Не менее 40	Не менее 36	2
쥬 팀	3.10 Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности)	ман, с	ı	Не более 18,00	3
Ϋ́P F	3.11 Кросс на 5 км (бег по пересеченной местности)	мин, с	Не более 25.30	1	8
₹ 81	3.12 Метание спортивного снаряда весом 500 гр	M	-	Не менее 16	8
≥ ×	3.13 Метание спортивного снаряда весом 700 гр	М	Не менее 29	ı	n
	4. Нормативы специальной физической подготовки	ьной физичес	жой подгот	ОВКИ	
Ş.	4.1 Бег челночный 10х10 м	ပ	Не более 27,0	Не более 28,0	2
15 to 15	Исходное положение – стоя на полу, держа тело прямо. Произвести удары по боксерскому мешку за 8 сек	количество	Не менее 26	Не менее 23	7
5 5 5	Исходное положение – стоя на полу, держа тело прямо. Произвести удары по боксерскому мешку за 3 мин	количество раз	Не менее 244	Не менее 240	2

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы по боксу на учебно-тлениповочный этап свыше трех лет

№ тамерения полисание упражнения и тамерения полисание упражнения полу под под нежизации и тамерения под		на учебно-тренировочный этап свыше трех лет	вочный эта	п свыше тр	ех лет		
Нормативы общей физической подговки для возрастной труппы 12 лет Не более Не более Не более пруппы 12 лет Не более Не более Не более Не более празгибание рук в упоре количество раз исе из виса на высокой скамье (от выи) количество не менее из виса на высокой скамье (от см.) Не менее Не менее праз положения стоя ческой скамье (от см.) См. Не менее Не менее праз положения стоя внее (от см.) Не менее Не менее Не более праз положения стоя см.) Не более Не более Не более праз положения стоя см.) Не более Не более Не более праз положения стоя см.) Не более Не более Не более	প্র		Единица	Норм	атив	Балл	_
Нормативы общей физической подговки для возрастной группы 12 лет с Не более не более волее не более волее волее не более волее не более воличество не из виса на высокой количество не из виса на высокой количество не менее не менее воля положения стоя раз аческой скамье (от см.) Не менее не не менее не менее не менее не более не более волее воля положения стоя см. Не более не более не более воля положения стоя см. Не более не более не более воля положения стоя воля положения стоя см. Не более не более не более не более воля положения стоя воля воля положения стоя воля воля положения стоя воля воля воля воля воля воля воля во	п/п		измерения	Мальчики	Девочки		
группы 12 лет с Не более не более не более воличество на високой скамье (от вых) Не более не более воличество не менее не более воличество не менее не менее не менее не более не менее не менее не менее не менее не менее не формации не менее не мене		1. Нормативы общей физич	еской подго	товки для вс	эрастной		
с Не более не более не более на более на высокой скамье (от количество фот в таки) Не более на менее на менее на высокой скамье (от см.) Не менее на мене		Тр	уппы 12 лет				
мин, с разгибание рук в упоре исе из виса на высокой скамье (от вых) Не более воле воле воличество не менее из виса на высокой скамье (от вых) Не менее из положения стоя виса положения стоя виса и не менее из не менее из положения стоя виса и не менее из положения стоя виса и не менее и не менее из положения стоя виса и не менее и не менее из положения стоя виса и не менее и	-	Ker 60 x	,	Не более	Не более	3	_
мин, с волее Не более в в в в в в в в в в в в в в в в в в	7.7	DCI OO W	د	10,4	10,9		
разгибание рук в упоре количество ине из виса на высокой скамье (от вык) количество раз раз раз ред из положения стоя скамье (от вык) Не менее не не менее не менее не более выкон вык	1,	Fer 1500 se		Не более	Не более	m	
Не менее 9	1.4	DC 1200 M	мин, с	8,05	8,29		
раз тъс менес 1 о о о о о о о о о о о о о о о о о о	C.	Сгибание и разгибание рук в упоре	количество	U. source 10		3	
количество раз Не менее 4		лежа на полу	pas	TIC MCHCCIO			
раз гле менее 4	7		количество	110.000.01		3	_
жения стоя см Не менее Не менее +5 +6 +6	į		pas	пе менее 4			
Mbe (or cM rie Metree +5 +5 C		Наклон вперед из положения стоя			TT.	3	
+5.2 He более 9,0	1.5	на гимнастической скамье (от	CM		не менее		
с Не более		уровня скамьи)		ç	P		
0,6	9	Uemanming Ger 3v10 v.			Не более	3	
	;	Control and Control M		9,0	10,4		

1.7.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногамя	СМ	Не менее 150	Не менее	3
1.8.		М	Не менее 24	Не менее 16	2
	 Нормативы общей физической подготовки для возрастной группы 13-15 лет 	изической подгогруппы 13-15 лет	товки для вс г	зрастной	
2.1	Бет 60 м	၁	Не более 9,2	Не более 10,4	3.
2.2	Бег 2000 м	мин, с	Не более 9,40	Не более 11,40	
2.3	Стибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество	Не менее24	Не менее 10	3
2.4	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество	Не менее 8	Не менее 2	3
2.5	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	СМ	Не менее +6	Не менее +8	3
2.6	Челночный бег 3х10 м	O	Не более 7,8	Не более 8,8	c
2.7	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	СМ	Не менее 190	Не менее 160	. 3
2.8	Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин	количество раз	Не менее 39	Не менее 34	3
2.9	Метание мяча весом 150 г	М	Не менее 34	Не менее 21	2
20	 Нормативы общей физической подготовки для возрастной группы 16-17 лет и старше 	ей физической подготовки группы 16-17 лет и старше	говки для во арше	зрастной	
3.1	Бег 100 м	o	Не более 14,3	Не более 17,2	m ,
3.2	Бег 2000 м	мин, с	,	Не более 11,20	3
3.3	Бег 3000 м	мин, с	Не более 14,30	-	3
3.4	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество	Не менее 31	Не менее 11	3
3.5	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	Не менее 11	Не менее 2	3
3.6	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамья)	CM	Не менее +8	Не менее +9	3
3.7	Челночный бег 3х10 м	5	Не более 7.6	Не более 8,7	3
3.8	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	СМ	Не менее 210	Не менее 170	3
3.9	Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин	количество раз	Не менее 40	Не менее 36	3
3.10	Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности)	мин, с	1	Не более 18,00	. 3
3.11	Кросс на 5 км (бег по пересеченной местности)	мин, с	Не более 25.30	ı	3
3.12	Метание спортивного снаряда весом 500 гр	М		Не менее 16	3
3.13	3.13 Метание спортивного снаряда	M	Не менее	1	3

	весом 700 гр		59		
	4. Нормативы специальной физической подготовки	льной физиче	ской подгот	COBICIA	
4.1	4.1 Бег челночный 10х10 м	ပ	Не более 27,0	Не более Не более 27,0 28,0	2
	Исходное положение – стоя на				2
4.7	д 2 полу, держа тело прямо.	количество	количество Не менее Не менее	Не менее	
1	Произвести удары по боксерскому	pas	26	23	
	мешку за 8 сек				
	Исходное положение – стоя на				2
7	д з полу, держа тело прямо.	количество Не менее Не менее	Не менее	Не менее	
}	Произвести удары по боксерскому	pas	244	240	
	мешку за 3 мин				

	4. Нормативы специальной физической подготовки	льной физич	еской подго	товки	
Бег челночный 10х10 м)х10 м	O	Не более 27,0	Не более 28,0	7
Исходное положение – стоя на полу, держа тело прямо. Произвести удары по боксерскому мешку за 8 сек	ние – стоя на трямо. по боксерскому	количество раз	Не менее 26	Не менее 23	2
Исходное положение – стоя на полук, держа тело прямо. Произвести удары по боксерскому мешку за 3 мин	ие – стоя на рямо. по боксерскому	количество	Не менее 244	Не менее	7
Нормативы общей физической и специальной физической подгоговки	цей физическо	я физической и специальной физич для зачисления в группы по боксу	ьной физич ы по боксу	еской под	готовки
на эта	на этап совершенствования спортивного мастерства	ования спор	тивного ма	стерства	
Описание упражнения	ажнения	Единица	Норматив	Паполиси	Балл
1. Нормативы общей	ы общей физи	физической подготовки для возрастной группы 14-15 лег	TOBKE ALE BE	озрастной	2
Бег 60 м		ပ	Не более 8,2	Не более 9,6	m ·
Бег 2000 м		мин, с	Не более 8,10	Не более 10,00	er.
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	ае рук в упоре	количество раз	Не менее 45	Не менее 35	E D
Подтягивание из виса на высокой перекладине	і на высокой	количество раз	Не менее 12	Не менее 8	3
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	ожения стоя амье (от	СМ	Не менее +11	Не менее +15	3
Челночный бег 3х10 м	У	ပ	Не более 7,2	Не более 8,0	3
Прыжок в дляну с места толчком двумя ногами	та толчком	СМ	Не менее 215	Не менее 180	£,
Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин	а из ине за 1 мин	количество раз	Не менее 49	Не менее 43	3
Метание мяча весом 150 г	.50 r	M	Не менее 40	Не менее 27	2
2. Нормативы	Нормативы общей физической полгоговки для возрастной группы 16-17 лет	изической подгог группы 16-17 лет	говки для вс	зрастной	
Бег 100 м		၁	Не более 13,4	Не более 16,0	3
Бег 2000 м		мин, с	-	Не более 9,50	C
Бег 3000 м		ман, с	Не более 12,40	-	3
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	ае рук в упоре	количество раз	Не менее45	Не менее 35	S.
Подтягивание из виса на высокой перекладине	а на высокой	количество раз	Не менее 12	Не менее 8	3
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамъе (от	ложения стоя камъе (от	СМ	Не менее +13	Не менее +16	£.

Челночный бег 3х10 м
Прыжок в длину с места толчком пвумя ногами
Поднимание туловища из количество положения лежа на спине за 1 мин раз
MRH,
MEH,
Метание спортивного снаряда весом 500 гр
Метание спортивного снаряда весом 700 гр
Нормативы общей физической подготовки для возрастной группы 18 лет и старше
мин,
мин,
Сгибание и разгибание рук в упоре количество пежа на полу раз
Подтягивание из виса на высокой количество перекладине раз
Наклон вперед из положения стоя на тимнастической скамье (от уровня скамьи)
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами
за 1 мин раз
MAH,
METH,
Метание спортивного снаряда весом 500 гр
Метание спортивного снаряда весом 700 гр
Нормативы специальной физической подготовки
Исходное положение – упор присев. Выполнить упор лежа. Вернуться в исходное положение.
Исходное положение – упор присев. Выпрыгивание вверх. раз Вернуться в исходное положение.

l					
	Исходное положение – стоя на				2
	д полу, держа тело прямо.	количество	количество Не менее Не менее	Не менее	
_	т. Произвести удары по боксерскому	pas	26	24	
-	мешку за 8 сек				
	Исходное положение – стоя на				2
	л с полу, держа тело прямо.	количество	количество Не менее Не менее	Не менее	
	Произвести удары по боксерскому	pas	303	297	
_	мешку за 3 мин				

Произвести удары по боксерскому раз 8 сект	-]
Произвести удары по боксерскому раз 26		7	ОТОВКИ	Бапп			33	3	3	3	E.	m	E.	E)		3	3	m	ε		3	33	33	
Произвести удары по боксерскому раз в сек	24	Не менее 297	еской подг	rBa arm	Девочки	эзрастной	Не более 15,4	Не более 9,50	ı	Не менее 40	Не менее 10	Не менее +16	Не более 7,9	Не менее 200		Не более 16,30	t	Не менее 20		зрастной	Не более 15,4	Не более 10,50	, 1	
Произвести удары по боксерскому весик	56	Не менее 303	ьной физич ы по боксу	ro macrepc	Мальчики	говки для вс			Не более 12,40	Не менее 50	Не менее 14	Не менее +13	Не более 6,9	Не менее 230	Не менее 50		Не более 23.30		Не менее 35	овки для во ше	Не более 13,1	1	Не более 12,00	
Произвести удары по боксерскому мешку за 8 сек Исходное положение – стоя на полу, держа телю прямо. Произвести удары по боксерскому мешку за 3 мин Нормативы общей физической для зачисле на этап высшег на этап высшег на этап высшег труп бег 2000 м Бег 2000 м Бег 2000 м Стибание и разгибание рук в упоре пежа на полу перекладине на высокой перекладине на разгибание из виса на высокой перекладине произжения стоя на гимнастической скамъе (от уровня скамъи) Челночный бег 3х10 м Подтятивание из виса на высокой перекладине из положения стоя на гимнастической скамъе (от уровня скамъи) Челночный бег 3х10 м Подтятивание из положения стоя на гимнастической скамъ положения пежа на спине за 1 мин изумя ногами Поднимание гуловища из положения местности) Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности) Кросс на 5 км (бег по пересем 500 гр Метание спортивного снаряда весом 700 гр Бег 100 м Бег 2000 м	pas	количество раз	й и специал	Билиния	измерения	геской подго пы 16-17 лет	ပ	мин, с	ман, с	количество	количество раз	СМ	ပ	СМ	количество раз	мин, с	мин, с	M	М	эской подгот 18 лет и стар	ပ	мин, с	мин, с	
	 Произвести удары по боксерскому мешку за 8 сек 	Исходное положение – стоя на полу, держа тело прямо. Произвести удары по боксерскому мешку за 3 мин	Нормативы общей физическої для зачислеі					1.2 Бег 2000 м	1.3 Бег 3000 м			Наклон вперед из положения стоя 1.6 на гимнастической скамъе (от уровня скамъя)	1.7 Челночный бег 3х10 м	1.8 Прыжок в дляну с места толчком двумя ногами	(а из пине за 1 мин	Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности)	1.11 Кросс на 5 км (бег по пересеченной местности)	1.12 Метание спортивного снаряда весом 500 гр	1.13 Метание спортивного снаряда весом 700 гр	1		2.2 Ber 2000 M	2.3 Бег 3000 м	

1					
2.5	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество	Не менее 15	Не менее 10	m
2.6	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	СМ	Не менее +13	Не менее +16	3
2.7	Челночный бег 3х10 м	υ	Не более 7.1	Не более 8,2	E
2.8	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	СМ	Не менее 240	Не менее 200	3
2.9	Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин	количество	Не менее 37	Не менее 35	3
	2.10 Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности)	мин, с		Не более 17,30	.3
	Кросс на 5 км (бег по пересеченной местности)	мин, с	Не более 22.00	ı	3
2	2.12 Метание спортивного снаряда весом 500 гр	M	-	Не менее 21	3
5	2.13 Метание спортивного снаряда весом 700 гр	М	Не менее 37	u i	. 3
	3. Нормативы специальной физической подготовки	ьной физиче	ской подгот	ОВКИ	
3.1	Бег челночный 10х10 м	v	Не более 24,0	Не более 25,0	3
3.2	Исходное положение – упор присев. Выполнить упор лежа. Вернуться в исходное положение.	количество	Не менее 10	Не менее 7	3
3.3	Исходное положение – упор присев. Выпрытивание вверх. Вернуться в исходное положение.	количество	Не менее 10	Не менее 7	S
3.4	Исходное положение – стоя на полу, держа тело прямо. Произвести удары по боксерскому мешку за 8 сек	количество	Не менее 32	Не менее 30	E ,
3.5		количество	Не менее	Не менее 315	es
1					

Уровень спортивной квалификации для зачисления в группы по боксу по годам и этапам спортивной подготовки

	Gran priority	CHOMMENTONO	Macreportea					Спортивное звание	«мастер спорта	December 1	госсии»			
готовки	Этап	совершенствовани	я спортивного	мастерства			Crommunity	CIIOP I REPRESE	разряд	«кандидат в	Macrena chonta»	mrdom ndoronu		
Этапы и годы спортивной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап	ециализации)	Castime mex ner	The work of the second	Спортивный разряд	«третий спортивный	разряд»;	Спортивный разряд	•	water down and over	paspam»;	Спортивный разряд	«первый спортивный	разряд»
Этапы и	Учебно-трениров	спортивной специализации)	По тех пет	Ao rpenner		Споптивный разрал	Caropinata pagas	«Ipcina ronomecana»,	Спортивный разряд	«второй юношеский»;	Споптивный пазпял	Sudent parties	«первыи юношескии»	
	Этап начальной	robku	Свыше	года					,					
	тап на	подготовки	To ro ra	אס ז סלי					,					

Вид спорта: дартс

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

N II H	Variation	C. Carrier	Tronggan			Fa	5
	, upamenan	измерения измерения	пормати	в до года	Норматив до года Норматив свыше обущения	s cbbime	Баллы
1. H		www.daw.com	AND TOTAL	TOPOGOT	TONG DON	Cann	
	>		Мальчики	девочки	мальчики девочки мальчики девочки	девочки	
,	пормативы оощеи физическои подготовки	юдготовки					
_	1 1 Eer 43 30 M		не более		не более		ć
7.7.7	or the oo in)	6'9	7,1	6,2	6,4	1
1,0	Сгибание и разгибание рук в	количество	не менее		не менее		,
7	упоре лежа на полу	pas	9	4	10	5	n
130	Смешанное передвижение на	O MILITA	не более		не более		·
11	1000 м	мин, с	7.10	7.35		1	n
1 4 E	1 4 Fer Ha 1000 M	O MARIN	не более	7	не более		,
		Menn, C	•	•	6.10	6.30	n
<u>II</u>	Наклон вперед из положения		не менее		не менее		
2 2	1.5. стоя на гимнастической скамъе (от уровня скамъи)	СМ	+1	+3	42	+3	8
16 П	Прыжок в длину с места		не менее		не менее		,
Ĭ.	толчком двумя ногами	C.M.	110	105	130	120	n
2. Ho	2. Нормативы специальной физической подготовки	ской подгото	ВКИ				
Σ	Метание теннисного мяча в		не менее	H	не менее		
2.1 Be	вертикальную цель диаметром количество	количество	-				·
9	1 м на высоте 1 м. Дистанция 6 м (5 попыток)	попаданий	7	-	т	7	4
Σ	Метание набивного мяча		не менее		не менее		
2.B¢	2.2. весом 1 кт из положения стоя одной рукой через сторону	×	9		7		7
Σ	Метание баскетбольного мяча		не менее	4	не менее		
EN		Опинество					
.3.CI	2.3. сторону в вертикальную цель	попаданий	3		4		7
Σ	M, BEICOTA I M (5 HOUSITOR)						

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки

	для зачисления в группы по дартсу на учебно-тренировочный этан по трех пет	трениповочик	й этап по твех	TeT
Z	N Упражнения	Единица	Норматив	Баллы
n/n		измерения	юношидевушки	
1. F	1. Нормативы общей физической подготовки			
-	1.1 Ker 220 3/1 w		не более	,
	Del rad do m	C	6,0 6,2	ი
1	1.2 Ear wa 1000 w		не более	,
1	DC1 13td 1000 IN	мин, с	5.50 6.20	n
7		количество	не менее	·
	1.5. OT TO GREEK THE PASS MOGRATIC PLAN BY SHOPE SIGNA HA HOSTY	pas	13 7	n
4	Наклон вперед из положения стоя на		не менее	,
÷	амьи)	CM	+4 +5	n
v	1 S Uprupuuri for 3v10 v		не более	r
.:	M OLIVE TOO BEING THE	0	6'6 9'6	ο
7	1 6 Theiseoff by Hindley of Month of Decision and States	3.00	не менее	,
		CIM	140 130	n
1.7.	1.7. Метание мяча весом 150 г	M	не менее	n

		,	7		2
22 15		не менее	6 5	не менее	3
			M	Carcellino	попаданий
	2. Нормативы специальной физической подготовки	. Метание набивного мяча весом 1 кг из положения	стоя на дальность одной рукой через сторону	Метание баскетбольного мяча из положения стоя	2.2. через сторону в вертикальную цель диаметром90 см. Дистанция 5 м (5 попыток)

для зачисления в группы по дартсу на учебно-тренировочный этап свыше трех лет юношидевушки Нормативы общей физической и специальной физической подготовки 5.30 Норматив не более 5,8 6,0 не более 5.0 5.3 не менее Единица измерения мин, с . Нормативы общей физической подготовки N Упражнения 1.2. Бег на 1000 м .1. Бег на 30 м

количество

pa3

1.3. Стибание и разгибание рук в упоре лежа на полу

Наклон вперед из положения стоя на не менее 1.5 Неменеской скамые (от уровня скамыи) 1.6 1.5 Неменескамия ногами 1.7 Неменескамия 1.7 Неменескамия 1.7 Неменескамия 1.7 Неменескамия 1.7 Неменескамия 1.8	3	,	^ 	,	٠ 	,	C		,	7		7	
1 1 1113 03	мене	не более		не менее		не менее			не менее	9 /	не менее	3	
4. Наклон вперед из положения стоя на тимнастической скамье (от уровня скамьи) 5. Челночный бег 3х10 м 1. Прыжок в длину с места толчком двумя нотами 7. Метание мяча весом 150 г Нормативы специальной физической подготовки Метание набивного мяча весом 1 кг из положения стоя на дальность одной рукой через сторону Метание баскетбольного мяча из положения стоя нерез сторону в вертикальную цель диаметром 90 см. Дистанция 5 м (5 попыток)	СМ	,	ပ	310	CM	,	W		;	W	Овтоенином	попаданий	
	4. Наклон вперед из положения стоя на глинастической скамье (от уровня скамьи)	11	э. челночный оег эхто м			7 Noneman 2 150 mm	A INTERNATION TO I	2. Нормативы специальной физической подготовки	Метание набивного мяча весом 1 кг из положения	тстоя на дальность одной рукой через сторону	Метание баскетбольного мяча из положения стоя	2.2. через сторону в вертикальную цель диаметром90 см. Дистанция 5 м (5 попыток)	

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы по дартсу на этап совершенствования спортивного мастерства

	na 31 au cobep meneri boban an enopi abnot o maei epei ba	DI MEHOLO MAN	ICHIDA		
Z	N Упражнения	Единица	Норматив		Баллы
n/n		измерения	юноши/	девушки/	
			мужчины	мужчиныженщины	
1. F	. Нормативы общей физической подготовки				
-			ээпод эн		,
T. T.	1.1. ber ha ou m	0	9,2	10,4	c
,	7 5		ээпод эн		r
7.1		мин, с	9.40	11.40	n
1 2	3	количество	ээнэм эн		r
1.5	1.3. Стиоание и разгиоание рук в упоре лежа на полу	pas	24	10	r
-	Наклон вперед из положения стоя на		ээнэм эн		r
1 .	амьи)	CM	9+	8+	O
7	2 TIO	6	ээгод эн	9 10 100	r
1	ACIHOTHBIA OCI SATO M		8,7	8,8	2
7			не менее		r
1.0	1.0.1 прыжок в длину с места толчком двумя ногами см	W.	190	160	o

-	, Поднимание туловища из положения лежа на	количество	не менее	·
7.	стине (за 1 мин)	pas	39 34	0
-	- 051		не менее	,
1.0	о. метание мяча весом 100 г	W	34 21	n
2.]	. Нормативы специальной физической подготовки			
,	Метание набивного мяча весом 2 кг из	. ;	не менее	,
7.7	положения стоя одной рукой через сторону	W	15 10	7
	Метание баскетбольного мяча из положения	Out Out of	не менее	
2.2	2.2. стоя через сторону в вертикальную цель	попаланий	4	7
	диаметром 90 см. Дистанция 6 м. (5 полыток)			

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы по даргсу на этап высшего спортивного мастерства

Упражнения Единица Норматив фирмативы общей физической подготовки с Вдативния не более Бег на б0 м с взмерения не более взд 10,4 Бег на 60 м мин, с взд 10,4 взд 10,4 Бег на 2000 м мин, с взд 10,00		для зачисления в группы по даргсу на зтап высшего спортивного мастерства	BEICHELOUIN	JI MEHOLO ME	aciebri	Ba
вэмерения коношии/ ревушки/ мужчины ревушки/ мужчины девушки/ мужчины Бег на б0 м с не более 10,4 10,00 Бег на б0 м мин, с 8,2 10,4 10,00 Бег на 2000 м мин, с 8,10 10,00 10,00 Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу количество раз 36 15 15 Наклон вперел из положения стоя на гимнастической скамые (от уровня скамыи) см не менее 13 Челночный бег 3х10 м см не более 215 180 Поднимание гуловища из положения лежа на гимн) см не менее 15 Метание мяча весом 150 г м не менее 10 Метание набивного мяча весом 2 кг из м не менее 10 Метание набивного мяча весом 2 кг из м не менее 10 Положения стоя одной рукой через сторону не менее 10 10	Z	Упражнения	Единица	Норматив		Баллы
Пормативы общей физической подготовки кужчины женщины Бег на 60 м с не более Бег на 60 м количество раз в количество раз з б в д в мин, с в мин, с в д в мин, с в мин, с в мин, с в д в мин, с в мин, с в д в мин, с в мин, с в д в мин, с в ми	n/n		измерения	юноши/ де	вушки/	
Бег на 60 м с де более не более Бег на 2000 м мин, с 8,2 10,4 Бег на 2000 м мин, с 8,10 10,00 Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на положения стоя на положения стоя на положения стоя на положения лежа на голичество раз за толожения лежа на голичество раз доложения лежа на голической подготовки метание набивного мяча весом 150 г не менее Метание набивного мяча весом 150 г метание набивного мяча весом 2 кг из метания набивного мяча весом 2 кг из метания стоя одной рукой через сторочу не менее не менее Метание набивного мяча весом 2 кг из положения стоя одной рукой через сторочу не менее не менее				мужчиныже	нщины	
Бег на 60 м с не более не более Бег на 2000 м мин, с 8,2 10,4 Бег на 2000 м не более 10,00 Стибание и разгибание рук в упоре лежа на положения стоя на гимнастической скамы (от уровня скамы) см не менее Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамы (от уровня скамы) см не менее Челночный бег 3x10 м см не менее Поднимание туловища из положения лежа на гимн) см не менее Поднимание туловища из положения лежа на синие (за 1 мин) м не менее Метание мяча весом 150 г м не менее Метание набивного мяча весом 2 кг из м не менее Метание набивного мяча весом 2 кг из м не менее Метание набивного мяча весом 2 кг из м не менее Положения стоя одной рукой через сторочу не менее не менее 16 10 10	1. F	Нормативы общей физической подготовки				
мин, с 8,2 10,4 мин, с 8.10 10.00 количество раз 36 15 см Не менее не менее не менее туд 8,0 туд 8,0 туд 8,0 туд 180 количество раз 49 43 м Не менее	-			ээгоэ эн		r
Бег на 2000 м мин, с не более не более Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу количество раз 36 15.00 не менее Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамы (от уровня скамы) см не менее не менее Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамы (от уровня скамы) см не менее не менее Поднимание туловища из положения лежа на синие (за 1 мин) количество раз 49 не менее не менее Метание мяча весом 150 г м не менее не менее Метание набивного мяча весом 2 кг из м не менее не менее Метание набивного мяча весом 2 кг из не менее не менее Метание набивного мяча весом 2 кг из не менее не менее Положения стоя одной рукой через сторону не менее не менее	1.1.				4,	C
10.00 10.	,			не более		c
Стибание и разгибание рук в упоре лежа на положения стоя на тимнастической скамы (от уровня скамы) см не менее не менее на бивного мяча весом 150 г не менее не менее на мяча весом 150 г не менее на менее стимне (от уровил лежа на количество раз на менее на мене	7.7				00.	C
Прыжок в дличус камые (от уровня скамыи) См 15 15 15 15 15 15 15 1	1 2	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на		не менее		٠.
Наклон вперел из положения стоя на гимнастической скамые (от уровня скамыи) см не менее на бивного мяча весом 150 г не более не более не более не более но гимно двумя на гимно смета толожения лежа на количество раз не менее спине (за 1 мин) см не менее на менее на бивного мяча весом 150 г не менее на менее на бивного мяча весом 2 кг из положения стоя одной рукой через сторону не менее на менее на бивного мяча весом 2 кг из положения стоя одной рукой через сторону не менее на менее на бивного мяча весом 2 кг из положения стоя одной рукой через сторону не менее на менее на бивного мяча весом 2 кг из положения стоя одной рукой через сторону не менее на менее на бивного мяча весом 2 кг из не менее на бивного мяча весом 2 кг из не менее на бивного мяча весом 2 кг из не менее на бивного мяча весом 2 кг из не менее на бивного мяча весом 2 кг из не менее на бивного мяча весом 2 кг из не менее на бивного мяча весом 2 кг из не менее на бивного мяча весом 2 кг из не менее на бивного мяча весом 2 кг из не менее на менее на менее на менее на бивного мяча весом 2 кг из не менее на мен	1.3.	полу				n
гимнастической скамье (от уровня скамьи) см +11 +15 Челночный бег 3х10 м с 7,2 8,0 Прыжок в длину с места толчком двумя см 215 180 Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин) количество раз 49 43 Метание мяча весом 150 г м не менее Ормативы специальной физической подготовки не менее Метание набивного мяча весом 2 кг из не менее Метание набивного мяча весом 2 кг из не менее Положения стоя одной рукой через сторону не менее 16 10	7	185		не менее		r
Челночный бег 3х10 м с не более не менее	1.4.		.M		5	C
ТОЛНОЧНЫЙ ОСТ ЭХЛО М ТОЛНО НЬИ ОСТ ЭХЛО М НЕ МЕНЕС 180	٧.			не более		7
Прыжок в длину с места толчком двумя см не менее не менее Нолимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин) количество раз 49 43 не менее Метание мяча весом 150 г м не менее не м	1.3.				•	C,
ногами См 215 180 Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин) не менее не менее Метание мяча весом 150 г м не менее юрмативы специальной физической подготовки не менее Метание набивного мяча весом 2 кг из не менее Метание набивного мяча весом 2 кг из не менее Положения стоя одной рукой через сторону не менее	7			не менее		·
Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин) и менее не менее 49 43 43 43 43 43 44 43 44 40 27 40 27 40 27 40 27 40 And	1.0.				0	C
спине (за 1 мин) количество раз 49 43 Метание мяча весом 150 г м 40 27 Юрмативы специальной физической полготовки м не менее Метание набивного мяча весом 2 кг из положения стоя одной рукой через сторону м не менее	7			не менее		c
Метание мяча весом 150 г м не менее 40 27 юрмативы специальной физической подготовки метание набивного мяча весом 2 кг из не менее не менее положения стоя одной рукой через сторону м 16 10	1.7.					c
м телание муча весом 130 1	0			не менее		,
юрмативы специальной физической подготовки не менее Метание набивного мяча весом 2 кг из положения стоя одной рукой через сторону м не менее 10	1.0.					C
Метание набивного мяча весом 2 кг из не менее положения стоя одной рукой через сторону 16 10	2. H	Іормативы специальной физической подготовки				
положения стоя одной рукой через сторону	7	Метание набивного мяча весом 2 кг из		не менее		c
	4.1.	положения стоя одной рукой через сторону				4

Уровень спортивной квалификации для зачисления группы по дартсу по годам и этапам спортивной подготовки

		forday or wounded a	a flymma modelic mo rodem more mobile model or comme	PARTITION MODELLA	
		Этапы	Этапы и годы спортивной подготовки	готовки	
Этап начальной	альной		Учебно-тренировочный этап (этап	Этап	Этон втустирь
подготовки	OBKH	спортивной с	спортивной специализации)	совершенствовани	Orominatoro
До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет	я спортивного мастерства	мастерства
- 1		Спортивные разряды - «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд», спортивный разряд»,	Спортивные спортивный разряд разряды - «третий ктретий коношеский»; спортивный разряд», «второй коношеский коношеский»; Спортивный разряд», вый разряд, кпервый коношеский» спортивный разряд»	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»	Спортивный разряд «мастер спорта России»

Вид спорта: лыжные гонки

Нормативы общей физической подготовки для зачисления в группы по лыжным гонкам на этап начальной подготовки до года

윋		Единица	Норматив	атив	Балл
Π/Π	Описание упражнения	измерения	измерения Мальчики Девочки	Девочки	
71	1. Нормативы общей физической подготовки	физической п	одготовки		
-		,	Не более	Не более Не более	3
Τ:	I.I. ber ou merpos) D	11,5	12,0	
,	Прыжок в длину с места толчком		Не менее	Не менее Не менее	ω
7.	двумя ногами	CW	140	130	
	Поднимание туловища из	Не менее	Не менее	Не менее	3
1.3	1.3 положения лежа на спине (за 1	Da3	30	25	
	MXH)	F			
,	1000	N. Carre	Не более	Не более Не более	7
1.4	1.4 ber ha 1000 m	мин, с	6,30	7,00	

Нормативы общей физической подготовки для зачисления в группы по лыжным гонкам на этап начальной подготовки свыше года

1.1 Ear	Описание упражнения 1. Нормативы общей физической подготовки	измерения [Мальчики] Девочки	Мальчики	F	
1 1 Ear	1. Нормативы общей ф			Девочки	
1 1 Ear		ризической п	одготовки		
		·	Не более	Не более Не более	n
1.1.00	1.1. ber ou merpos)	11,0	11,6	
, Tipsi	, Прыжок в длину с места толчком		Не менее	Не менее	n
1.2. ABy	двумя ногами	CM	150	140	District Control of the Control of t
Под	Поднимание туловища из	количество	Не менее Не менее	Не менее	Ć.
лологолого Мин)	г. Э положения лежа на спине (за 1 мин)	pa3	35	30	
Į.	1000	~ ~~~y	Не более	Не более Не более	2
1.4 Del 1	1.4 bel на 1000 м	IVINH, C	5,50	6,20	

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы по лыжным гонкам на учебно-тренировочный этап до двух лет

2		Единица	Норматив	атив	Балл
п/п	Описание упражнения	измерения Мальчики Девочки	Мальчики	Девочки	
	1. Нормативы общей физической подготовки	изической п	одготовки		
1.1	1.1. Бег 100 метров	ပ	Не более Не более 16,0 16,8	Не более 16,8	3
1.2.	1.2. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	СМ	Не менее 170	Не менее 155	3
1.3	1.3 Бег на 1000 м	Мин, с	Не более 4,00	Не более 4,15	3
L	2. Нормативы специальной физической подготовки	циальной фи	зической по	дготовки	
2.1	2.1 Вег на лыжах. Классический стиль 3 км	мин, с	Не более 14,20	Не более Не более 14,20 15,20	2
2.2	$_{2.2}$ Бег на лыжах. Свободный стиль 3 км	мин, с	Не более 13,00	Не более 14,30	2

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы по лыжным гонкам на учебно-тренировочный этап свыше двух лет

1000000	на ученно-пренировочный зіап свыше двух лет	JEOGHPIN 312	ш свыше дв	y let		
প্র		Единица	Норматив	атив	Балл	
n/n	Описание упражнения	измерения	измерения Мальчики Девочки	Девочки		
	1. Нормативы общей физической подготовки	ризической п	одготовки			
1.1	1.1. Ber 100 merpos	S	Не более	Не более	3	
18		2.0	0,51	15,8		
,	1 дрыжок в длину с места толчком	3.00	Не менее	Не менее	3	
7:1	двумя ногами	CM	175	160		
7	Ear 220 1000 55	Marrie o	Не более	Не более	3	
J.	1.3 bel Ha 1000 M	Мин, с	3,45	4,00		
	2. Нормативы специальной физической подготовки	циальной фи	зической по	дготовки	6	
,	Бег на лыжах. Классический стиль		Не более	Не более	2	
7.7	2.1 3 KM	мин, с	14,10	15,10		
,	2, Вет на лыжах. Свободный стиль 3	0	Не более	Не более	2	
7.7	KM	мин, с	12,50	14,20		

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы по лыжным гонкам на этап совершенствования спортивного мастерства

প্র	Dimenana emireani	Единица	Норматив	atikib	Балл
п/п	Описание упражнения	измерения	измерения Мальчики Девочки	Девочки	
	1. Нормативы общей физической подготовки	изической п	одготовки		
1.1.	1.1.Бег 2000 метров	Мин, с	-	Не более 8,35	3
1.2.	1.2. Бег 3000 метров	Мин, с	Не более 9,40	ı	3
	2. Нормативы специальной физической подготовки	циальной фи	зической по	дготовки	
2.1	2.1 Бег на лыжах. Классический стиль 5 км	мин, с	-	Не более 17,40	2
2.2	2.2 Бег на лыжах. Классический стиль 10 км	мин, с	Не более 31,00		2
2.3	2.3 Бег на лыжах. Свободный стиль 5 км	мин, с	-	Не более 17,00	2
2.4	2.4 Бег на лыжах. Свободный стиль 10 км	мин, с	Не более 28,30	. 1	2

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы полыжным гонкам на этап высшего спортивного мастерства

श्र	CALLO CALLO	Единица	Норматив	атив	Балл
n/n	Описание упражнения	измерения	измерения Мальчики Девочки	Девочки	
	1. Нормативы общей физической подготовки	изической п	одготовки		10
	1.1.Бет 2000 метров	Мин, с		Не более 8,15	3
01	1.2. Бег 3000 метров	Мин, с	Не более 9,20	ı	3
	2. Нормативы специальной физической подготовки	циальной фи	зической по	дготовки	10
2.1	2.1 Бег на лыжах. Классический стиль 5 км	мин, с	ı	Не более 17,20	2
2.2	2.2 Бег на лыжах. Классический стиль 10 км	мин, с	Не более 30,30	1	2

2.3	Бег на лыжах. Свободный стиль 5 км	мин, с	-	Не более 16,40	2	
2.4	Бег на лыжах. Свободный стиль 10 км	мин, с	Не более 28,00	1	2	

Уровень спортивной квалификации для зачисления в группы по лыжным гонкам по годам и этапам спортивной подготовки

	Олешэга пеле		мастерства	Спортивное звание «мастер спорта России»
FOTOBKI	Этап	совершенствовани	я спортивного мастерства	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»
Этапы и годы спортивной подготовки	очный этап (этап	ециализации)	Свыше двух лет	Спортивный разряд «третий спортивный разряд»; Спортивный разряд каторой спортивный разряд спортивный разряд каторыей спортивный разряд разряд»;
Этапы и	Учебно-тренировочный этап (этап	спортивной специализации)	До двух лет	Спортивный разряд «третий юношеский»; Спортивный разряд «второй юношеский»; Спортивный разряд «первый юношеский»
	нальной	FOBKU	Свыше года	,
	Этап начальной	подготовки	До года	. 1

Вид спорта: пулевая стрельба

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы по пулевой стрельбе

на этап начальной подготовки

		THE CAME AND THE	THE OF THE WAR AND THE WORLD IN THE PER SHAPE				
;		F	Норматив до года	до года	Норматив свыше	з свыше	Баллы
2	Упражнения	Единица	обучения	ния	года обучения	чения	
H/H		измерения	мальчики	девочки	мальчики девочки мальчики девочки	девочки	
	1. Нормал	1. Нормативы общей физической подготовки	физическо	й подго	говки		
-	1000		не более	¥1	не более		r
1.L	1.1.ber на 1000 м	мин, с	6.10	6.30	5.50	6.20	0
	Сгибание и		не менее		не менее		
1	1 2 разгибание рук в	количество					'n
1.	упоре лежа на	pas	10	2	13	7)
	полу						
	Наклон вперед из		не менее		не менее		
	положения стоя на						
1.3.	1.3. гимнастической	СМ	Ę	7	7	+	n
	скамье (от уровня		7	<u></u>	<u>+</u>	<u>.</u>	
	скамьи)						
	Поднимание		не менее		не менее		
	туловища из	Опинество					
1.4	1.4. положения лежа	non recipion	27	77	33	7.7	ĸ
	на спине (за 1	Pas	7	+ 7	76	1	
	мин)						
	2. Нормативы специальной физической подготовки	ы специальн	ой физиче	ской под	цготовки		
2 1	Кистевая	Ţ	не менее		не менее		. ‹
2.1.	динамометрия	M	14,7	11,8	16,5	14,5	1
	Прыжки со	гопичество	не менее		не менее		
2.2.	2.2. скакалкой без	nas	20		22		7
	остановки	3	07		77	2	-

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы по пулевой стрельбе

PI	_					_			\neg	
Баллы			,	0	,	0		n		
Норматив	юношидевушки	И	не более	8.05 8.29	не менее	6	не менее	30		ЭВКИ
H	Ŋ	FOBK	не	8.0	Не	18	не	13 36		TOT
Единица Нор	измерения	ческой подгот		мин, с		количество раз		количество раз 36		изической под
№ Упражнения		1. Нормативы общей физической подготовки	0001	1.1. ber Ha 1500 M	Сгибание и разгибание рук в	упоре лежа на полу	Поднимание туловища из	1.3. положения лежа на спине (за 1	мин)	2. Нормативы специальной физической подготовки
2	п/п			1.1.	,	7.7		1.3.		

	Удержание винтовки в позе	1	не менее	r
2.1.	изготовки для стрельбы лежа	мин, с	10.0	7
	Упержание винтовки в позе	,	не менее	r
7.7.	изготовки для стрельбы стоя	мин, с	5.0 3.0	1
	Упержание пистолета в позе		не менее	r
2.3.	изготовки	мин, с	1.00 0.30	7
			не менее	r
2.4.	2.4. Кистевая динамометрия	KI	18 15	7
2.5.	2.5. Прыжки со скакалкой без	количество раз не менее 25	не менее 25	2
	остановки			ı

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы по пулевой стрельбе на учебно-тренировочный этап свыше трех лет

	na Jeono-i pennobolo mani ciliano i per co	A DIE STATE COURTS A	2010 1100	
2	Упражнения	Единица	Норматив	Баллы
п/п		измерения	юношидевушки	
	1. Нормативы общей физической подготовки	ической подгото	ВКИ	
,			не более	,
1.1	Бег на 1500 м	мин, с	8.00 \8.20	O .
,	Сгибание и разгибание рук в упоре		не менее	c
1.2.		количество раз	20 10	C .
,	Поднимание туловища из положения	CO CO COMPONION CONTRACTOR CONTRA	не менее	'n
1.3		количество раз	38 32	0
	2. Нормативы специальной физической подготовки	ризической подг	отовки	
	Удержание винтовки в позе изготовки		не менее	·
2.1.	для стрельбы лежа	мин, с	9,50 6,50	7
	Упержание винтовки в позе изготовки		не менее	ŗ
2.2.	для стрельбы стоя	мин, с	4,50 2,50	7
	Упержание пистолета в позе	~	не менее	r
2.3.	изготовки	мин, с	0.50 0.20	7
			не менее	r
4.4	Кистевая динамометрия	KI	18.5 15.5	7
2.5.	Прыжки со скакалкой без остановки	количество раз	не менее 28	. 7

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки на этап совершенствования спортивного мастерства для зачисления в группы по пулевой стрельбе

Баллы 3 юношидевушки не более 8.10 10.00 Норматив не менее 49 43 не менее 1. Нормативы общей физической подготовки 36 количество измерения количество Единица мин, с pa3 pa3 положения лежа на спине (за 1 Сгибание и разгибание рук в Поднимание туловища из упоре лежа на полу Упражнения Бег на 2000 м мин) 1.3. 2

Удержание винтовки в позе изготовки для стрельбы лежа мин, с Удержание винтовки в позе изготовки для стрельбы стоя мин, с Удержание винтовки в позе изготовки для стрельбы с колена изготовки мин, с Удержание пистолета в позе изготовки мин, с Удержание пистолета в позе изготовки количество Кистевая динамометрия к Прыжки со скакалкой без количество остановки раз	-	2. Нормативы специальной физической полготовки	изической подг	отовки	
изготовки для стрельбы лежа Удержание винтовки в позе изготовки для стрельбы стоя Удержание винтовки в позе изготовки для стрельбы с колена Удержание пистолета в позе изготовки Удержание пистолета в позе изготовки Удержание пистолета в позе изготовки в течение 30 с, отдых не более 1 мин Кистевая динамометрия Кистевая динамометрия Прыжки со скакалкой без количество	1	Удержание винтовки в позе		не менее	
Удержание винтовки в позе изготовки для стрельбы стоя мин, с Удержание винтовки в позе изготовки для стрельбы с колена мин, с Удержание пистолета в позе изготовки мин, с Удержание пистолета в позе изготовки количество Кистевая динамометрия к Прыжки со скакалкой без количество Остановки раз	Z. I.	изготовки для стрельбы лежа	мин, с	12.0 9.0	7
изготовки для стрельбы стоя Удержание винтовки в позе изготовки для стрельбы с колена Удержание пистолета в позе изготовки Удержание пистолета в позе изготовки Удержание пистолета в позе изготовки Кистевая динамометрия Кистевая динамометрия Прыжки со скакалкой без количество остановки раз	,	Удержание винтовки в позе		не менее	r
Удержание винтовки в позе изготовки для стрельбы с колена мин, с Удержание пистолета в позе изготовки мин, с Удержание пистолета в позе изготовки в течение 30 с, отдых не раз количество Кистевая динамометрия к Прыжки со скакалкой без количество	7.7	изготовки для стрельбы стоя		0.9 0.8	7
изготовки для стрельбы с колена мин, с Удержание пистолета в позе изготовки Удержание пистолета в позе изготовки в течение 30 с, отдых не раз более 1 мин Кистевая динамометрия кт Прыжки со скакалкой без количество остановки раз	,	Удержание винтовки в позе		не менее	r
Удержание пистолета в позе мин, с изготовки Удержание пистолета в позе количество изготовки в течение 30 с, отдых не раз более 1 мин Кистевая динамометрия кт Прыжки со скакалкой без количество остановки раз	j	изготовки для стрельбы с колена	мин, с	10.0 7.0	7
изготовки мин, с Удержание пистолета в позе количество изготовки в течение 30 с, отдых не более 1 мин раз Кистевая динамометрия кг Прыжки со скакалкой без количество остановки раз	7	Удержание пистолета в позе		не менее	c
Удержание пистолета в позе изготовки в течение 30 с, отдых не раз более 1 мин Кистевая динамометрия кт Прыжки со скакалкой без количество остановки раз	ţ	изготовки		1.30 1.00	1
изготовки в течение 30 с, отдых не раз более 1 мин Кистевая динамометрия кт Прыжки со скакалкой без количество остановки раз			Outsommon	не менее	
более 1 мин раз Кистевая динамометрия кг Прыжки со скакалкой без количество остановки раз	5	изготовки в течение 30 с, отдых не	KOJIMACCI BO	10	7
Кистевая динамометрия кг Прыжки со скакалкой без количество остановки раз	100		pas		
кистевая динамометрия Прыжки со скакалкой без количество остановки раз	V	<i>J</i> .		не менее	·
Прыжки со скакалкой без количество остановки раз	o.	кистевая динамометрия		24 22	٧
остановки	1	Прыжки со скакалкой без		не менее	c
•	;				1

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы по пулевой стрельбе на этап высшего спортивного мастерства

	на этап высшего спортивного мастерства	гивного мастер	TBa		
2	Упражнения	Единица	оматив	Баллы	
п/п		измерения	юношидевушки		
	1. Нормативы общей физической подготовки	еской подгото	ВКИ		
-			не более	,	
1:1	1.1. ber Ha 2000 M	мин, с	8.10 10.00	,	
,	Сгибание и разгибание рук в упоре количество	количество	не менее	2	
1.7		pas	36 15	C	
	Поднимание туловища из	Oursetten on	не менее		
1.3.	 положения лежа на спине (за 1 мин) 	pa3	49 43	m	
	2. Нормативы специальной физической подготовки	зической подг	отовки		
,	Удержание винтовки в позе-		не менее	r	
7.1.	изготовке для стрельбы лежа	мин, с	15.0 10.0	7	
r	Удержание винтовки в позе-		не менее	r	
7:7		мин, с	8.0	1	
2 2	Удержание винтовки в позе-	C JIELDY	не менее	·	
.C.7	изготовке для стрельбы с колена	мин, с	10.0	1	
7	Удержание пистолета в позе-		не менее	,	
4.4	изготовке	мин, с	1.30 1.00	7	
	Удержание винтовки в позе-		не менее		
5	изготовке для стрельбы стоя, два	MIM C	8.0	,	
;	упражнения с перерывами не более	Marin, C		1	
	3 мин				
2.6	Удержание пистолета в позе-		не менее	,	
5.5	изготовке, 10 упражнений с	.	20,0 15,0	1	

		1
	не менее	40
	количество	pas
перерывами не более 1 мин	Прыжки со скакалкой без	остановки
		7.7

Уровень спортивной квалификации для зачисления в группы по пулевой стрельбе по годам и этапам спортивной подготовки

	Этап ветствего	•		ий Спортивный разряд «мастер спорта в России»
потовки	Эran	совершенствовани	я спортивного мастерства	Спортавный разряд «кандидат в мастера спорта»
Этапы и годы спортивной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап	спортивной специализации)	Свыше трех лет	Спортивный разряд «претий коношеский»; Спортивный разряд «второй коношеский»; Спортивный разряд «портивный разряд «первый коношеский»
	Учебно-т	спорт	До трех лет	
	нальной	говки	Свыше	1
	Этап начальной	подготовки	До года	

Вид спорта: футбол

Нормативы общей физической и технической подготовки для зачисления в группы по футболу на этап начальной подготовки

		на этап начальной подготовки	IZIPHON IIO	TIOIOBER			
2	Упражнения	Единица	Нормати	з до года	Норматив до года Норматив свыше Баллы	з свыше	Баллы
n/n		измерения	обучения		года обучения	ения	
			мальчики	девочки	мальчики девочки мальчики девочки	девочки	
1. Е "фу	 Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины "футбол" 	ической подп	готовки дл	н спорти	вной дисци	плины	
1.1.	Челночный бег 3х10	·	не более		не более		,
	M	၁	1		9,30	10,30	C
1.2.	Бег на 10 м с	,	не более		ээгод эн		,
	высокого старта	c	2,35	2,50	2,30	2,40	C
1.3.	Ear 110 30 15	·	не более	le	не более		"
	DCI Ha 30 M	.	•		6,0	6,5	r l
1.4.	Прыжок в длину с		не менее		не менее		
	места толчком двумя ногами	СМ	100	06	120	110	3
2. H	 Нормативы технической подготовки для спортивной дисциплины "футбол" 	й подготовкі	и для спорл	жвной д	исциплины		
2.1.	2.1. Ведение мяча 10 м		не более		не более		·
		.	3,20	3,40	3,00	3,20	7
2.2.	Ведение мяча с		не более		не более		
	изменением						
	направления 10 м (начиная со второго	S			8,60	8,80	2
	года спортивной подготовки)						
2.3.	Ведение мяча 3х10		не более		не более		
							·
	62	ပ	,	ı	11,60	11,80	٧
¥	спортивнои подготовки)						
2.4.	Удар на точность по		не менее		не менее		
		количество					,
	(начиная со второго года спортивной	попаданий	,	1	5	4	7
	подготовки)					4	

Нормативы общей физической и технической подготовки для зачисления в группы по футболу на учебно-тренировочный этап до трех лет

2	Упражнения	Единица	Норматив	Баллы
n/n		измерения	юношидевушки	
1. Норма "футбол"	. Нормагивы общей физической подготовки для спортивной дисциплины футбол"	си для спортивно	ой дисциплины	
-	C		не более	r
1.1.	1.1. ber ha 10 m c Bbicokoro crapra	ပ	2,20 2,30	າ
1.2.	1.2. Челночный бег 3х10 м	၁	не более	3

			8,70	00,6	
,			не более		7
1.3.	ьег на 30 м	၁	5,40	2,60	0
,	Прыжок в длину с места толчком	,	не менее		r
1.4	двумя ногами	CM	160	140	n.
2. H.	 Нормагивы технической подготовки для спортивной дисциплины "футбол" 	портивной дисц	иплины		
			не более		ŗ
7.T	Ведение мяча 10 м	သ	2,60	2,80	. 4
	Ведение мяча с изменением		не более		r
7.7	направления 10 м	c	7,80	8,00	1
			не более		r
2.3.	Ведение мяча эх10м	၁	10,00	10,30	7
	Удар на точность по воротам (10	количество	не менее		·
4.4	22	попаданий	5	4	7
,	Передача мяча в "коридор" (10	количество	не менее		·
7.5		попаданий	5	4	7
	Вбрасывание мяча на дальность		не менее		
2.6.	2.6. (начиная со второго года спортивной в полтопеки)	W	∞	9	7
	IIOAI OLOBNA)				

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы по футболу на учебно-тренировочный этап свыше трех лет

	на учеоно-тренировочный этап свыше трех лет	гап свыше тре	x riei	
2	Упражнения	Единица	Норматив	Баллы
п/п		191	юношидевушки	
1. H	 Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины "футбол" 	ця спортивноі	й дисциплины	
1			не более	2
<u>:</u> _	1.1. Бег на 10 м с высокого старта	၁	2,10 2,20	5
			не более	2
1.7	челночный бег 3х10 м	၁	8,60 8,90	C
,	,		не более	,
1.3.	ьег на 30 м	ပ	5,30 5,50	C
,	Прыжок в длину с места толчком двумя		не менее	,
1.4.		CM	170 150	,
	Прыжок в высоту с места		не менее	
1.5.		M	32 29	3
	пятого года спортивной подготовки)		594	
2. H "фул	 Нормативы технической подготовки для спортивной дисциплины "футбол" 	эртивной дисц	иплины	
			не более	ŗ
2.1.	Ведение мяча 10 м	c	2,50 2,70	7
	Ведение мяча с изменением		не более	r
7.7		C	7,70 7,90	1
,			не более	·
7.3	Бедение мяча эхтом	C	9,90 10,20	1
2.4.	2.4. Удар на точность по ворогам (10	количество	не менее	7

	ударов)	попаданий	9	5	
2 5	(200 money (1) "montaney" a critical crience	количество	не менее	e	r
	(XOIIGIIOII OI) dopadon a seram serapodori	попаданий	9	5	7
1 9 0	Benger regitte seems we nour mount		не менее	e	·
;	Dopaceleanne maya na dallanoella	W	6	7	٧

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы по футболу на этап совершенствования спортивного мастерства

	на этап совершенствования спортивного мастерства	я спортивного мас	стерства		
2	Упражнения	Единица	Норматив		Баллы
п/п		измерения	юношидевушки	ушки	
1. Н. "фул	 Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины "футбол" 	ки для спортивно	ой дисципли	IHIPI	
-	For 10 see arrests and arrests		не более		,
7:1	Del ha lo m c belcokolo ciapla	သ	1,95	2,10	ก
1 2	Vermountifier 3v10 v		не более		,
1.4.	ACJIROTIBLIA OCI DALO M	S	7,40 7	7,80	n
7	Бег из 30 м		не более		2
	Det na 30 M	٥	4,80 5	5,00	n
7	Прыжок в длину с места толчком		не менее		·
÷.	двумя ногами	CM	230 2	215	n
۲	Прыжок в высоту с места		не менее		,
	отталкиванием двумя ногами	CM	35	27	n
2. Нормал "футбол"	 Нормативы технической подготовки для спортивной дисциплины "футбол" 	спортивной дисп	циплины		
2 1	В отполительно 10 м		не более		,
7.1.	Бедение мяча 10 м	.	2,25 2	2,40	7
22	Ведение мяча с изменением		не более		·
1.1	направления 10 м		7,10 7	7,30	7
23	Велепие мане 3v10 м		не более		·
:			8,50 8,	8,70	7
7.7	Удар на точность по воротам (10	количество	не менее		·
+	ударов)	попаданий	2	4	7
2 5	Передача мяча в "коридор" (10	количество	не менее		r
	попыток)	попаданий	2	4	7
90	Вбпостроние мено по по птом		не менее		r
		TAT	15	12	۷

Нормативы общей физической и спсциальной физической подготовки для зачисления в группы по футболу

	на этап высшего спортивного мастерства	ртивного мастерст	Ba	
2	Упражнения	Единица	Норматив	Баллы
п/п		измерения	юношидевушки	
1. Н. "фул	 Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины "футбол" 	вки для спортивно	й дисциплины	
1.1.	Бег на 10 м с высокого страта	S	не более 1,90 2,05	3
1.2.	Челночный бег 3х10 м	S	не более 7,15 7,50	3
1.3.	Бег на 30 м	၁	не более 4,40 4,60	. 8
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	СМ	не менее 250 215	3
1.5.	Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами	СМ	не менее 40 30	3
2. Норма: "футбол"	2. Нормативы технической подготовки для спортивной дисциплины "футбол"	я спортивной дисп	(иплины	
2.1.	Ведение мяча 10 м	o	не более 2,10 2,30	2
2.2.	Ведение мяча с изменением направления 10 м	o	не более 6,60 6,90	2
2.3.	Ведение мяча 3х10 м	o	не более 8,30 8,60	2
2.4.	Удар на точность по воротам (10 ударов)	количество попаданий	не менее 5 4	2
2.5.	Передача мяча в "коридор" (10 попыток)	количество попаданий	не менее 5 4	2
2.6.	Вбрасывание мяча на дальность	M	не менее 18 15	2

Уровень спортивной квалификации для зачисления в группы по футболу по годам и этапам спортивной подгоговки

_				
Этапы и годы спортивной подготовки	OJemora Heat	CHOPTIBIODO	мастерства	Спортивный разряд "первый спортивный разряд."
	Этап совершенствования я спортивного мастерства		я спортивного мастерства	Спортивный разряд "второй спортивный разряд"
	Учебно-тренировочный этап (этап	спортивной специализации)	Свыше трех лет	Спортивные разряды - "третий юношеский спортивный разряд", "второй юношеский спортивный разряд", "первый юношеский спортивный разряд", "третий спортивный разряд", разряд",
	Учебно-т	Учеоно-тр спорти	До трех лет	1
	Этап начальной	подготовки	Свыше года	1
			До года	ı