**Нормативы общей физической и технической подготовки для зачисления   
и перевода на этап начальной подготовки  
по виду спорта «футбол»**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Упражнения | Единица измерения | Норматив до года обучения | | | | | Норматив свыше года обучения | | | | | | |
| мальчики | | | девочки | | мальчики | | девочки | | | | |
| 1. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины «футбол» | | | | | | | | | | | | | | |
| 1.1. | Челночный бег 3x10 м | с | не более | | | | | не более | | | | | | |
| - | | | - | | 9,30 | | | 10,30 | | | |
| 1.2. | Бег на 10 м  с высокого старта | с | не более | | | | | не более | | | | | | |
| 2,35 | | | | 2,50 | 2,30 | | | | 2,40 | | |
| 1.3. | Бег на 30 м | с | не более | | | | | не более | | | | | | |
| - | | | - | | 6,0 | | | | | | 6,5 |
| 1.4. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | | | | | не менее | | | | | | |
| 100 | | | 90 | | 120 | | | | | | 110 |
| 2. Нормативы технической подготовки для спортивной дисциплины «футбол» | | | | | | | | | | | | | | |
| 2.1. | Ведение мяча 10 м | с | не более | | | | | не более | | | | | | |
| 3,20 | | | 3,40 | | 3,00 | | | | | 3,20 | |
| 2.2. | Ведение мяча с изменением направления 10 м (начиная со второго года спортивной подготовки) | с | не более | | | | | не более | | | | | | |
| - | | | - | | 8,60 | | | | | 8,80 | |
| 2.3. | Ведение мяча 3х10 м (начиная со второго года спортивной подготовки) | с | не более | | | | | не более | | | | | | |
| - | | - | | | 11,60 | 11,80 | | | | | |
| 2.4. | Удар на точность  по воротам (10 ударов) (начиная со второго года спортивной подготовки) | количество попаданий | не менее | | | | | не менее | | | | | | |
| - | - | | | | 5 | 4 | | | | | |

**Нормативы общей физической и технической подготовки, уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода   
на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)   
по виду спорта «футбол»**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Упражнения | Единица измерения | Норматив | | | |
| юноши | | | девушки |
| 1. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины «футбол» | | | | | | |
| 1.1. | Бег на 10 м с высокого старта | с | не более | | | |
| 2,20 | 2,30 | | |
| 1.2. | Челночный бег 3x10 м | с | не более | | | |
| 8,70 | | | 9,00 |
| 1.3. | Бег на 30 м | с | не более | | | |
| 5,40 | | | 5,60 |
| 1.4. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | | | |
| 160 | | | 140 |
| 1.5. | Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами (начиная с пятого года спортивной подготовки) | см | не менее | | | |
| 30 | | | 27 |
| 2. Нормативы технической подготовки для спортивной дисциплины «футбол» | | | | | | |
| 2.1. | Ведение мяча 10 м | с | не более | | | |
| 2,60 | | | 2,80 |
| 2.2. | Ведение мяча с изменением направления 10 м | с | не более | | | |
| 7,80 | | 8,00 | |
| 2.3. | Ведение мяча 3х10м | с | не более | | | |
| 10,00 | | 10,30 | |
| 2.4. | Удар на точность по воротам (10 ударов) | количество попаданий | не менее | | | |
| 5 | | 4 | |
| 2.5. | Передача мяча в «коридор» (10 попыток) | количество попаданий | не менее | | | |
| 5 | | 4 | |
| 2.6. | Вбрасывание мяча на дальность (начиная со второго года спортивной подготовки) | м | не менее | | | |
| 8 | | 6 | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1. Уровень спортивной квалификации | | |
| 3.1. | Период обучения на этапе спортивной подготовки  (до трех лет) | требования к уровню спортивной квалификации не предъявляются |
| 3.2. | Период обучения на этапе спортивной подготовки  (свыше трех лет) | спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд», «третий спортивный разряд» |