

СОГЛАСОВАНО
Общим собранием коллектива
МБУ ДО «СШ по адаптивным видам спорта»
г. Челябинска
Протокол от «25» апреля 2023 г. № 4

УТВЕРЖДЕНО
приказом МБУ ДО
«СШ по адаптивным видам
спорта» г. Челябинска
от «25» апреля 2023 г. № 31

ПРАВИЛА

приема на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки

Общие положения

1. Настоящие Правила регламентируют прием в Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Спортивная школа по адаптивным видам спорта» города Челябинска (далее – учреждение) на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки.

2. Помимо настоящих Правил, прием в учреждение на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки (далее также – программы спортивной подготовки) регламентируется Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»), Федеральным законом от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27 января 2023 г. № 57 «Об утверждении порядка приема на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки», федеральными стандартами спортивной подготовки, другими федеральными нормативными правовыми актами, законами и иными нормативными правовыми актами Челябинской области, уставом учреждения и локальными нормативными актами.

3. Прием на обучение проводится на принципах равных условий приема для всех поступающих.

4. Прием иностранных граждан и лиц без гражданства, в том числе соотечественников за рубежом, в учреждение для обучения по программам спортивной подготовки за счет бюджетных ассигнований бюджета г. Челябинска осуществляется в соответствии с международными договорами Российской Федерации, Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» и настоящими Правилами.

5. Перечень дополнительных образовательных программ спортивной подготовки, по которым учреждение осуществляет прием на обучение, представлен в приложении № 1 к настоящим Правилам.

6. Перечень видов спорта, спортивных дисциплин и этапов спортивной подготовки, по которым осуществляется прием в конкретном тренировочном году (спортивном сезоне), устанавливается приказом учреждения.

7. Поступающий, достигший 14-летнего возраста, или родители (законные представители) поступающего имеют право подать заявление о приеме на обучение на несколько программ спортивной подготовки (видов спорта, спортивных дисциплин). Форма заявления представлена в приложении № 2 к настоящим Правилам.

Организация индивидуального отбора поступающих

8. На все этапы спортивной подготовки принимаются лица в соответствии с возрастом, установленным федеральными стандартами спортивной подготовки.

9. Лица, не имеющие уровня спортивной квалификации, принимаются на обучение на этап начальной подготовки.

Лица, имеющие уровень спортивной квалификации, принимаются на обучение на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации), этап совершенствования спортивного мастерства, этап высшего спортивного мастерства.

10. В случае приема на обучение поступающего, ранее на занимавшегося видом спорта и возраст которого больше возраста, установленного федеральным стандартом спортивной подготовки, рекомендации по зачислению на соответствующий этап спортивной подготовки и год обучения даются приемной комиссией на основании результатов индивидуального отбора.

11. Прием детей, возраст которых меньше возраста, установленного федеральным стандартом спортивной подготовки, осуществляется на спортивно-оздоровительный этап в соответствии с Правилами приема по дополнительным общеразвивающим программам, утвержденными приказом учреждения.

12. Прием на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки проводится на основании результатов индивидуального отбора, проводимого в целях выявления лиц, имеющих необходимые для освоения соответствующей образовательной программы физические, психологические способности и (или) двигательные умения (далее соответственно – отбор, поступающие).

Поступающим и родителям (законным представителям) поступающих предоставляется информация об индивидуальном отборе и об итогах его проведения.

13. Для организации проведения приема в учреждении по каждой дополнительной образовательной программе спортивной подготовки формируется приемная комиссия. Порядок формирования и работы приемной комиссии регламентируется Положением о приемной комиссии по индивидуальному отбору поступающих на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки в соответствии с приложением № 3 к настоящим Правилам.

14. Результаты индивидуального отбора объявляются не позднее через три рабочих дня после его проведения. Объявление результатов осуществляется путем размещения пофамильного списка-рейтинга с указанием системы оценок, применяемой в учреждении, и самих оценок (отметок, баллов, показателей в единицах измерения), полученных каждым поступающим по итогам индивидуального отбора, на информационном стенде и на официальном сайте учреждения в информационно-телекоммуникационной сети Интернет sport74.com (далее – сайт учреждения) в разделе «Прием на обучение».

15. Рекомендованными к зачислению считаются лица, набравшие наиболее высокие итоговые оценки по количеству мест для приема.

16. В пофамильный список-рейтинг возможно внесение изменений в случае повторного индивидуального отбора, проведенного по решению апелляционной комиссии, а также после проведения 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.

17. Комиссия по индивидуальному отбору может рекомендовать поступающему или родителям (законным представителям) поступающего пройти отбор на обучение по образовательной программе (спортивной дисциплине), не указанной в заявлении о приеме на обучение.

18. При равенстве итоговых оценок в пофамильном списке-рейтинге более высокое место занимает поступающий, достигший результата раньше соперника, или выполнивший упражнение за меньшее количество попыток.

19. В течение двух рабочих дней после объявления результатов индивидуального отбора поступающий или родители (законные представители) поступающего направляют по электронной почте или при посещении учреждения согласие на зачисление поступающего в

учреждение: «Даю согласие на зачисление в учреждение по результатам индивидуального отбора».

20. В случае если поступающий или родители (законные представители) поступающего, рекомендованного к зачислению, не направили согласие на зачисление в сроки, указанные в пункте 19 настоящих Правил, его место занимает следующий по рейтингу в порядке снижения итоговой оценки.

Проведение отбора поступающих

21. При приеме на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки отбор поступающих проводится в форме тестирования (испытаний) – выполнения упражнений, для которых установлены определенные нормативы.

22. Требования, предъявляемые к уровню физических, психологических способностей и (или) двигательных умений поступающих, а также система оценок, применяемая при проведении отбора, устанавливаются в соответствии с приложением № 4 к настоящим Правилам.

Сроки приема

23. Прием на обучение осуществляется в период с 1 декабря по 15 января.

Конкретные сроки устанавливаются приказом учреждения с 1 ноября по 30 ноября соответствующего года. В приказе учреждения отдельно указываются:

сроки приема заявления и иных документов;

сроки проведения отбора по каждой дополнительной образовательной программе спортивной подготовки;

сроки зачисления поступающих в учреждение.

24. При наличии свободных мест для приема на обучение по соответствующим дополнительным образовательным программам спортивной подготовки в учреждении срок приема продлевается до момента заполнения свободных мест, но не позднее 20 января соответствующего года. Продление срока осуществляется приказом учреждения.

Условия и особенности проведения приема для поступающих с ограниченными возможностями здоровья

25. Лица с ограниченными возможностями здоровья проходят отбор с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья (далее – индивидуальные особенности) таких поступающих.

26. При проведении отбора обеспечивается соблюдение следующих требований: присутствие ассистента, оказывающего поступающим необходимую техническую помощь с учетом их индивидуальных особенностей (передвигаться, прочитать задание, общаться с членами комиссии);

поступающие с учетом их индивидуальных особенностей могут в процессе прохождения отбора пользоваться необходимыми им техническими средствами;

материально-технические условия должны обеспечивать возможность беспрепятственного доступа поступающих в аудитории, туалетные и другие помещения, а также их пребывания в указанных помещениях (кнопка вызова персонала; наличие пандусов, поручней, расширенных дверных проемов, подменного кресла для детей-инвалидов, контрастной ленты на ступенях лестниц и ручках дверей; проведение отбора в аудитории, расположенной на первом этаже и др.).

Подача и рассмотрение апелляции

27. Поступающий, достигший 14-летнего возраста, или родители (законные представители) поступающего вправе подать апелляцию в письменном виде по процедуре и (или) результатам проведения индивидуального отбора в апелляционную комиссию не позднее следующего рабочего дня после объявления результатов отбора поступающих.

28. Апелляционная комиссия не рассматривает апелляции по вопросам содержания и структуры испытаний в рамках индивидуального отбора.

29. Апелляция рассматривается не позднее одного рабочего дня со дня ее подачи на заседании апелляционной комиссии, на которое приглашаются поступающий или родители (законные представители) поступающего, не согласные с решением комиссии по отбору поступающих.

30. Для рассмотрения апелляции секретарь приемной комиссии направляет в апелляционную комиссию протокол соответствующего заседания приемной комиссии, результаты индивидуального отбора.

31. Заседание апелляционной комиссии проводится с приглашением председателя или заместителя председателя комиссии по индивидуальному отбору поступающих.

32. Апелляционная комиссия принимает решение о целесообразности или нецелесообразности повторного проведения отбора поступающих, родители (законные представители) которых подали апелляцию.

33. Решение принимается большинством голосов членов апелляционной комиссии, участвующих в заседании, при обязательном присутствии председателя апелляционной комиссии. При равном числе голосов председатель апелляционной комиссии обладает правом решающего голоса.

34. Решение апелляционной комиссии оформляется протоколом, подписывается председателем апелляционной комиссии и доводится до сведения поступающего или родителей (законных представителей) поступающего, подавших апелляцию, под роспись в течение одного рабочего дня со дня принятия решения, после чего передается в приемную комиссию.

35. На каждом заседании апелляционной комиссии ведется протокол.

36. При удовлетворении апелляции результаты индивидуального отбора аннулируются и поступающему предоставляется возможность пройти повторный индивидуальный отбор.

37. Апелляция подается по форме в соответствии с Приложением № 5 к настоящему Правилам.

Прием документов

38. Для приема на обучение поступающий или родители (законные представители) поступающего представляют следующие документы:

заявление о приеме на обучение по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки;

копию документа, удостоверяющего личность поступающего, или копия свидетельства о рождении;

копию документа, удостоверяющего личность родителя (законного представителя) несовершеннолетнего поступающего, и (или) документа, подтверждающего родство, установление опеки или попечительства;

медицинское заключение о допуске к прохождению спортивной подготовки;

две фотографии поступающего размером 3x4 см.;

согласие на обработку персональных данных поступающего и (или) родителей (законных представителей) поступающего;

согласие на обработку персональных данных поступающего, разрешенных для распространения (для размещения результатов индивидуального отбора на сайте учреждения).

Поступающие, имеющие спортивный разряд, дополнительно предъявляют зачетную классификационную книжку спортсмена.

Лица, ранее занимавшиеся видом спорта, но не имеющие спортивного разряда, по своему усмотрению могут предоставить справку об обучении или о периоде обучения или иную справку, подтверждающую прохождение спортивной подготовки в другой физкультурно-спортивной организации или организации, осуществляющей образовательную деятельность.

39. При посещении учреждения и (или) очном взаимодействии с уполномоченными должностными лицами учреждения поступающий или родители (законные представители) поступающего предъявляют дополнительно к копиям оригиналы: свидетельства о рождении или документа, подтверждающего родство заявителя; паспорта гражданина Российской Федерации (для поступающих – граждан Российской Федерации старше 14 лет);

документа, удостоверяющего личность родителя (законного представителя).

40. Иностранные граждане и лица без гражданства все документы представляют на русском языке или вместе с заверенным в установленном порядке переводом на русский язык.

41. Поступающий или родители (законные представители) поступающего имеют право по своему усмотрению представлять другие документы, в том числе отражающие индивидуальные достижения поступающего (дипломы, грамоты и т.п.).

42. Прием заявлений и документов ведется инструктором-методистом.

43. Факт приема заявления о приеме на обучение и перечень документов, представленных поступающим или родителями (законными представителями) поступающего, регистрируется в журнале приема заявлений о приеме на обучение в учреждение.

44. Заявление о приеме на обучение и документы для приема на обучение, указанные в пункте 40 настоящих Правил (далее также – заявление и иные документы), подаются одним из следующих способов:

лично в учреждение;

через операторов почтовой связи общего пользования заказным письмом с уведомлением о вручении;

в электронной форме (документ на бумажном носителе, преобразованный в электронную форму путем сканирования или фотографирования с обеспечением машиночитаемого распознавания его реквизитов) посредством электронной почты учреждения или электронной информационной системы учреждения, в том числе с использованием функционала сайта учреждения, или иным способом с использованием информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

Прием заявления и иных документов при личном посещении учреждения осуществляется в соответствии с режимом и графиком работы учреждения.

Информация о месте приема заявления и иных документов, почтовом адресе, адресе электронной почты, режиме и графике работы учреждения, контактных телефонах размещается на сайте учреждения adaptiv74.ru.

45. Форма заявления о приеме на обучение по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки размещается учреждением на информационном стенде и на сайте учреждения в разделе «Для родителей и обучающихся».

Зачисление в учреждение

46. Прием на обучение оформляется приказом учреждения в течение десяти рабочих дней после опубликования пофамильного списка-рейтинга.

47. В случае, если лицо, принятое на обучение, не приступило к обучению в соответствии с расписанием занятий без письменного уведомления об уважительной

причине отсутствия на занятиях (болезнь или иные обстоятельства, подтвержденные документально), приказ о приеме на обучение в части данного лица аннулируется.

48. Копии представленных документов хранятся в личном деле обучающегося.

49. Учреждение обязано ознакомить поступающего или родителей (законных представителей) поступающего со своим уставом, со сведениями о дате предоставления и регистрационном номере лицензии на осуществление образовательной деятельности, с образовательными программами и другими документами, регламентирующими организацию и осуществление образовательной деятельности, права и обязанности обучающихся. Факт такого ознакомления фиксируется в заявлении о приеме и заверяется личной подписью поступающего или родителей (законных представителей) поступающего.

50. Основаниями для отказа в приеме в учреждение являются:
непредставление документов, указанных в пункте 40 настоящих Правил;
предоставление недостоверных сведений в документах;
отсутствие свободных мест в учреждении;
несоответствие возраста поступающего возрасту, принятому к зачислению в учреждение по соответствующей дополнительной образовательной программе спортивной подготовки;

отсутствие согласия на обработку персональных данных поступающего.

Прием в порядок перевода

51. Перевод обучающихся в течение тренировочного года (спортивного сезона) из других спортивных школ, перевод обучающегося с дополнительной общеразвивающей программы на дополнительную образовательную программу спортивной подготовки осуществляется с учетом мнения обучающихся и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся и на основании индивидуального отбора в соответствии с настоящими Правилами

52. Сроки проведения индивидуального отбора при приеме в порядке перевода устанавливаются приказом учреждения.

53. Перевод осуществляется при наличии свободных мест.

Приложение № 1
к Правилам приема на обучение по
дополнительным образовательным
программам спортивной подготовки,
утвержденным приказом МБУ ДО «СШ
по адаптивным видам спорта» г.
Челябинска
от «25» апреля 2023 г. № 31

ПЕРЕЧЕНЬ
дополнительных образовательных программ спортивной
подготовки, по которым осуществляется прием на обучение
в МБУ ДО «СШ по адаптивным видам спорта» г. Челябинска

Вид спорта	Дисциплина	Минимальный возраст для зачисления
Футбол лиц с заболеванием ЦП	-	НП – 11 ТЭ – 14 ССМ – 15 ВСМ – 16
Спорт лиц с ПОДА	Плавание	НП – 7 ТЭ – 9 ССМ – 12 ВСМ – 14
	Армрестлинг	НП – 11 ТЭ – 14 ССМ – 16 ВСМ – 18
	Стендовая стрельба	НП – 11 ТЭ – 13 ССМ – 14 ВСМ – 15
	Легкая атлетика	НП – 9 ТЭ – 11 ССМ – 15 ВСМ – 16
	Пауэрлифтинг	НП – 10 ТЭ – 12 ССМ – 13 ВСМ – 15
	Настольный теннис	НП – 7 ТЭ – 9 ССМ – 13 ВСМ – 14
	Бочча	НП – 9 ТЭ – 11 ССМ – 15 ВСМ – 16
	Баскетбол на колясках	НП – 8 ТЭ – 10 ССМ – 14 ВСМ – 15
	Фехтование на колясках	НП – 8 ТЭ – 10 ССМ – 14 ВСМ – 15
Спорт ЛИН	Легкая атлетика	НП – 8 ТЭ – 10 ССМ – 14 ВСМ – 15

	Пауэрлифтинг	НП – 10 ТЭ – 12 ССМ – 16 ВСМ – 17
Спорт слепых	Легкая атлетика	НП – 9 ТЭ – 11 ССМ – 15 ВСМ – 16
	Пауэрлифтинг	НП – 10 ТЭ – 12 ССМ – 14 ВСМ – 16
Спорт глухих	Греко-римская борьба	НП – 10 ТЭ – 12 ССМ – 14 ВСМ – 18
	Дзюдо	НП – 10 ТЭ – 12 ССМ – 15 ВСМ – 18
	Легкая атлетика	НП – 9 ТЭ – 11 ССМ – 15 ВСМ – 16
	Настольный теннис	НП – 7 ТЭ – 8 ССМ – 10 ВСМ – 13

Приложение № 2
к Правилам приема на обучение по
дополнительным образовательным
программам спортивной подготовки,
утвержденным приказом МБУ ДО «СШ
по адаптивным видам спорта» г.
Челябинска
от «25» апреля 2023 г. № 31

Форма

Директору МБУ ДО «СШ по адаптивным видам
спорта» г. Челябинска

	фамилия, и.о. директора учреждения
ОТ	фамилия заявителя
	имя
	отчество (при наличии)

ЗАЯВЛЕНИЕ
о приеме на обучение по дополнительным образовательным
программам спортивной подготовки

Прошу принять меня / моего ребенка _____
на обучение в учреждение и провести индивидуальный отбор по дополнительным образовательным
программам спортивной подготовки

- Спорт глухих: настольный теннис, греко-римская борьба, дзюдо, легкая атлетика,
- Спорт слепых: легкая атлетика, пауэрлифтинг
- Спорт ЛИН: легкая атлетика, пауэрлифтинг
- Спорт ПОДА: настольный теннис, бочча, пауэрлифтинг, баскетбол на колясках, легкая атлетика, фехтование, стендовая стрельба, плавание
- Армрестлинг
- Футбол лиц с заболеванием ЦП

Сведения о поступающем	
Фамилия в именительном падеже	
Имя в именительном падеже	
Отчество (при наличии) в именительном падеже	
Дата рождения (число, месяц, год)	
Всего лет (на 1 января с месяцами)	
Адрес места жительства, места пребывания или места фактического проживания	
Наименование общеобразовательной школы или дошкольного образовательного учреждения на 01.01 текущего года	
Сведения о родителях (законных представителях)	
Степень родства	Мать / опекун / законный представитель (подчеркнуть)
Фамилия в именительном падеже	
Имя в именительном падеже	
Отчество (при наличии) в именительном падеже	
Адрес места жительства, места	

пребывания или места фактического проживания	
Телефон	
Степень родства	Отец / опекун / законный представитель (подчеркнуть)
Фамилия в именительном падеже	
Имя в именительном падеже	
Отчество (при наличии) в именительном падеже	
Адрес места жительства, места пребывания или места фактического проживания	
Телефон	

Сведения о необходимости создания для поступающего специальных условий при проведении индивидуального отбора в связи с его ограниченными возможностями здоровья или инвалидностью (с указанием специальных условий)

С уставом учреждения, с Правилами приема в учреждение на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки, с образовательными программами и другими документами, регламентирующими организацию и осуществление образовательной деятельности, права и обязанности обучающихся ознакомлен(а)

ПОДПИСЬ

Даю согласие на процедуру индивидуального отбора в отношении меня / моего ребенка в соответствии с Правилами приема в учреждение

ПОДПИСЬ

« ___ » _____ 20__ г.

Приложение № 3
к Правилам приема на обучение по
дополнительным образовательным
программам спортивной подготовки,
утвержденным приказом МБУ ДО «СШ
по адаптивным видам спорта» г.
Челябинска
от «25» апреля 2023 г. № 31

ПОЛОЖЕНИЕ
о приемной комиссии по индивидуальному отбору
поступающих на обучение по дополнительным
образовательным программам спортивной подготовки

Общие положения

1. Настоящее положение определяет порядок формирования и работы комиссии по индивидуальному отбору поступающих на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки (далее соответственно – комиссия, поступающие), реализуемым в МБУ ДО «СШ по адаптивным видам спорта» г. Челябинска (далее – учреждение).

2. Комиссия в своей деятельности руководствуется федеральными законами и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации, законами и иными нормативными правовыми актами Челябинской области, уставом учреждения, настоящим Положением и иными локальными нормативными актами учреждения.

Функции комиссии

3. Комиссия выполняет следующие функции:
организация и проведение индивидуального отбора поступающих по конкретной дополнительной образовательной программе спортивной подготовки;
составление по каждой форме индивидуального отбора пофамильного списка-рейтинга поступающих с указанием оценок, полученных каждым поступающим;
принятие решения о результатах отбора.

Порядок формирования комиссии

4. Комиссия формируется по каждой дополнительной образовательной программе спортивной подготовки (далее – программа спортивной подготовки) отдельно.

5. Состав комиссии определяется ежегодно приказом учреждения.

6. Комиссии формируются из числа педагогических работников учреждения, реализующих соответствующие дополнительные образовательные программы спортивной подготовки. При необходимости в состав комиссии могут включаться другие работники учреждения, а также работники иных организаций.

7. Численность комиссии должна быть не менее трех человек.

8. В состав комиссии входят председатель комиссии, секретарь комиссии и члены комиссии.

9. Председатель комиссии должен иметь высшее образование по специальности (направлению подготовки) «Физическая культура и спорт», а также разряд или звание по соответствующему виду спорта.

10. Члены комиссии должны быть независимы от любого воздействия на принимаемые комиссией решения.

11. Полномочия члена комиссии могут быть прекращены в случаях:

личного заявления члена комиссии о сложении полномочий;

длительной командировки или временной нетрудоспособности члена комиссии;

прекращения трудовых отношений члена комиссии с учреждением.

12. Изменение персонального состава комиссии производится с соблюдением требований, предусмотренных настоящим Положением для формирования состава комиссии.

13. Срок полномочий комиссии исчисляется с даты издания приказа учреждения об утверждении персонального состава комиссии.

14. Заседание комиссии считается правомочным при участии в нем не менее половины членов комиссии, председателя комиссии или его заместителя.

15. Директор учреждения имеет право входить в состав любой комиссии, в том числе быть ее председателем.

Порядок работы комиссии

16. График работы комиссии определяется датами проведения индивидуального отбора поступающих. О времени заседаний члены комиссии извещаются секретарем комиссии не позднее, чем за три рабочих дня до заседания.

17. Допускается проведение совместных заседаний нескольких комиссий.

18. Деятельностью комиссии руководит председатель комиссии, который: осуществляет общее руководство деятельностью комиссии; председательствует на заседаниях комиссии; обеспечивает единство требований, предъявляемых к поступающим при проведении индивидуального отбора.

19. Секретарь комиссии:

отвечает за организационное обеспечение деятельности комиссии;

осуществляет делопроизводство комиссии;

несет ответственность за сохранность документов и иных материалов, рассматриваемых на заседаниях комиссии.

20. Члены комиссии имеют право:

вносить предложения о совершенствовании организации работы комиссии и условий индивидуального отбора поступающих;

в случае несогласия с решением комиссии требовать внесения в протокол особого мнения или изложить его в письменной форме в заявлении на имя председателя комиссии.

21. Члены комиссии обязаны:

участвовать в заседаниях комиссии;

выполнять возложенные на них функции в соответствии с настоящим Положением и решениями комиссии;

соблюдать требования нормативных правовых актов, регулирующих порядок индивидуального отбора поступающих;

соблюдать конфиденциальность персональных данных поступающих, данных о результатах индивидуального отбора до их утверждения в установленном порядке, иной информации, полученной в связи с выполнением обязанностей члена комиссии.

22. Комиссии проводят свою работу в специально выделенных и оборудованных для проведения отбора помещениях (стадионах, спортивных залах, аудиториях), позволяющих ограничить доступ посторонних лиц и обеспечить соблюдение режима конфиденциальности информации и надлежащих условий хранения документации.

23. При проведении комиссией индивидуального отбора присутствие посторонних лиц не допускается.

24. Каждым членом комиссии ведется лист оценок, в котором указываются дата и место проведения отбора, фамилия, имя, отчество члена комиссии, фамилия, имя, отчество каждого поступающего, выставляются полученные оценки.

25. На каждом заседании комиссии ведется протокол, в котором отражается мнение всех членов комиссии.

26. Протокол заседания комиссии должен содержать следующую информацию:
дата, время и место проведения заседания комиссии;
фамилия, имя, отчество председателя комиссии, секретаря комиссии, присутствующих членов комиссии;
пофамильный список-рейтинг с указанием оценок, полученных каждым поступающим;
решение о результатах отбора.

27. Протокол подписывается председателем, секретарем и всеми членами комиссии.

28. Протоколы заседаний комиссии либо выписки из протоколов хранятся в личном деле обучающегося, поступившего в учреждение на основании результатов отбора поступающих, в течение всего срока хранения личного дела.

29. Решение о результатах приема в учреждение принимается комиссией на закрытом заседании простым большинством голосов членов комиссии, участвующих в заседании, при обязательном присутствии председателя комиссии или его заместителя. При равном числе голосов председательствующий на заседании комиссии обладает правом решающего голоса.

30. Комиссия передает протокол об указанных результатах директору учреждения не позднее следующего рабочего дня после принятия решения о результатах отбора.

Оплата работы членов комиссии

31. Оплата работы членов комиссии осуществляется в соответствии с Положением об оплате труда работников учреждения, утвержденным приказом учреждения.

Приложение № 4
к Правилам приема на обучение по
дополнительным образовательным программам
спортивной подготовки, утвержденным
приказом МБУ ДО «СШ по адаптивным видам
спорта» г. Челябинска
от «25» апреля 2023 г. № 31

НОРМАТИВЫ
общей физической и специальной физической подготовки для зачисления на
обучение по каждой дополнительной образовательной программе спортивной
подготовки
и система оценок, применяемая при проведении отбора

Нормативы общей физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду
спорта «спорт слепых»

Наименование упражнения	Единица измерения	3 балла		4 балла		5 баллов	
		юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции»							
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	3	3	4	4	5	5
Бег на 600 м	мин, с	Без учета времени					
Прыжок в длину с места (в координации)	количество раз	1	1	2	2	3	3
Бег на 60 м	с	Без учета времени					
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - метания»							
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	3	3	4	4	5	5
Прыжок в длину с места (в координации)	количество раз	1	1	2	2	3	3
Бег на 60 м	с	Без учета времени					
Бросок ядра (2 кг) вперед двумя руками от груди	м, см	В координации					
Для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - прыжки»							
Бег на 60 м	с	Без учета времени					
Бег на 150 м	с	Без учета времени					
Бег на 100 м	с	-	без учета времени	-	без учета времени	-	без учета времени
Прыжок в длину с места (в координации)	количество раз	1	1	2	2	3	3
Бег на 30 м	с	Без учета времени					
Для спортивной дисциплины «пауэрлифтинг»							
Бег на 30 м	с	Без учета времени					
Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	2	-	3	-	4	-
Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	-	4	-	5	-	6
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	6	3	7	4	8	5

полу							
Прыжок в длину с места (в координации)	количество раз	1	1	2	2	3	3
Прыжок вверх с места (в координации)	количество раз	1	1	2	2	3	3

Проходной минимальный балл на этапе начальной подготовки для спортивной дисциплины «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции» – 12 баллов.

Проходной минимальный балл на этапе начальной подготовки для спортивной дисциплины «легкая атлетика - метания» – 12 баллов.

Проходной минимальный балл на этапе начальной подготовки для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - прыжки» для юношей – 12 баллов, для девушек – 9 баллов.

Проходной минимальный балл на этапе начальной подготовки для спортивной дисциплины «пауэрлифтинг» – 15 баллов.

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) по виду спорта «спорт слепых»

Наименование упражнения	Единица измерения	3 балла		4 балла		5 баллов	
		юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки
Для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - прыжки» (класс «В1»)							
Бег на 30 м с ходу	с	не более		не более		не более	
		4,8	5,4	4,6	5,2	4,4	5,0
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		9,3	13,0	9,1	12,8	8,9	12,6
Бег на 150 м	с	не более		не более		не более	
		23,5	35,0	23,3	34,8	23,1	34,6
Бег на 300 м	мин, с	не более		не более		не более	
		1.00	1.10	58,0	1.08	56,0	1.06
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		180	150	185	155	190	160
Для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - прыжки» (класс «В2», «В3»)							
Бег на 30 м	с	не более		не более		не более	
		5,6	6,5	5,4	6,3	5,2	6,1
Бег на 30 м с ходу	с	не более		не более		не более	
		4,5	5,2	4,3	5,0	4,1	4,8
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		9,0	10,5	8,8	10,3	8,6	10,1
Бег на 150 м	с	не более		не более		не более	
		22,8	32,0	22,6	32,8	22,4	32,6
Бег на 300 м	мин, с	не более		не более		не более	
		0.50	1.10	0.48	1.08	0.46	1.06
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		210	150	215	155	220	200
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции» (класс «В1»)							
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		10,2	12,0	10,0	11,8	9,8	11,6
Бег на 300 м	мин, с	не более		не более		не более	
		1.05	1.13	1.03	1.11	1.01	1.09

Бег на 800 м	мин, с	не более		не более		не более	
		4.00	4.30	3.80	4.10	3.60	3.90
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		140	140	145	145	150	150
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции» (класс «В2», «В3»)							
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		10,0	11,0	9,8	10,8	9,6	10,6
Бег на 300 м	мин, с	не более		не более		не более	
		1.02	1.10	1.00	1.08	0.58	10.6
Бег на 800 м	мин, с	не более		не более		не более	
		4.00	4.40	3.80	4.20	3.60	4.00
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		180	160	185	165	190	170
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - метания» (класс «В1»)							
Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		2	2	3	3	4	4
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		160	150	165	155	170	160
Бросок ядра (2 кг) вперед двумя руками от груди	м, см	не менее		не менее		не менее	
		7,50	5,80	8,00	6,30	8,50	6,80
Бросок ядра (2 кг) вперед двумя руками снизу	м, см	не менее		не менее		не менее	
		9,50	7	10	7,50	10,50	8
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - метания» (класс «В2», «В3»)							
Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		3	2	4	3	5	4
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		180	150	185	155	190	160
Бег на 60 м	с	Без учета времени					
Бросок ядра (2 кг) вперед двумя руками от груди	м, см	не менее		не менее		не менее	
		7,80	6,00	8,30	6,50	8,80	7,00
Бросок ядра (2 кг) вперед двумя руками снизу	м, см	не менее		не менее		не менее	
		10,00	7,50	10,50	8	11	8,50
Для спортивной дисциплины «пауэрлифтинг»							
Бег на 30 м	с	не более		не более		не более	
		8,0	8,0				
Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		5	-	6	-	7	-
Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		12	7	14	8	16	10
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		12	7	14	8	16	10

Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		120	120	130	125	140	130
Уровень спортивной квалификации							
Для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции», «легкая атлетика - метание», «легкая атлетика - прыжки», «пауэрлифтинг»							
Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)		Не устанавливается					
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», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»					

Проходной минимальный балл на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - прыжки» (класс «В1») – 15 баллов.

Проходной минимальный балл на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) для спортивных дисциплин «легкая атлетика – бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - прыжки» (класс «В2», «В3») – 18 баллов.

Проходной минимальный балл на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) для спортивной дисциплины «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции» (класс «В1») – 12 баллов.

Проходной минимальный балл на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) для спортивной дисциплины «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции» (класс «В2», «В3») – 12 баллов.

Проходной минимальный балл на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) для спортивной дисциплины «легкая атлетика - метания» (класс «В1») – 12 баллов.

Проходной минимальный балл на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) для спортивной дисциплины «легкая атлетика - метания» (класс «В2», «В3») – 15 баллов.

Проходной минимальный балл на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) для спортивной дисциплины «пауэрлифтинг для юношей – 15 баллов, для девушек – 12 баллов.

Также обязательным условием для зачисления на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) (свыше трех лет) наличие спортивного разряда.

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «спорт слепых»

Наименование упражнения	Единица измерения	3 балла		4 балла		5 баллов	
		юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки
Для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - прыжки» (класс «В1»)							
Бег на 30 м	с	не более		не более		не более	
		4,8	5,4	4,6	5,2	4,4	4,9
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		8,2	9,5	8,0	9,3	7,8	9,1
Бег на 150 м	с	не более		не более		не более	
		20,0	23,5	19,7	23,3	19,5	23,0
Бег на 300 м	с	не более		не более		не более	
		50,0	55,0	49,7	54,7	49,5	54,5
Бег на 30 м с ходу	с	не более		не более		не более	
		4,3	4,7	4,1	4,5	3,9	4,3

Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		225	180	230	185	235	190
Для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - прыжки» (класс «В2», «В3»)							
Бег на 30 м	с	не более		не более		не более	
		4,5	5,2	4,3	4,9	4,1	4,7
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		8,0	9,3	7,7	9,0	7,5	8,7
Бег на 150 м	с	не более		не более		не более	
		19,0	23,0	18,7	22,7	18,5	22,5
Бег на 300 м	с	не более		не более		не более	
		41,2	53,0	40,9	52,7	40,7	52,5
Бег на 30 м с ходу	с	не более		не более		не более	
		3,7	4,3	3,5	4,1	3,3	3,8
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		210	180	215	185	220	190
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции» (класс «В1»)							
Бег на 1000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		3.10	4.00	2.50	3.40	2.30	3.20
Бег на 5000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		18.30	-	18.10	-	17.90	-
Бег на 3000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		-	13.30	-	13.10	-	12.90
Бег на 300 м	с	не более		не более		не более	
		50,0	55,0	49,8	54,8	49,6	54,6
Бег на 600 м	мин, с	не более		не более		не более	
		1.55	2.15	1.53	2.13	1.51	2.11
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		9,0	10,0	8,8	9,8	8,6	9,6
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции» (класс «В2», «В3»)							
Бег на 5000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		17.15	-	16.95	-	16.75	-
Бег на 3000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		-	13.10	-	12.90	-	12.70
Бег на 1000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		3.00	4.00	2.40	3.40	2.20	3.20
Бег на 600 м	мин, с	не более		не более		не более	
		1.52	2.10	1.50	2.08	1.48	2.06
Бег на 300 м	с	не более		не более		не более	
		49,0	53,0	48,8	52,8	48,6	52,6
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		9,0	9,8	8,8	9,6	8,6	9,4
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - метания» (класс «В1»)							
Жим штанги двумя руками из положения лежа	кг	не менее		не менее		не менее	
		65	40	70	45	75	50
Подъем штанги на грудь	кг	не менее		не менее		не менее	
		60	25	70	35	80	45
Приседание со штангой на плечах, весом не менее 80% от веса обучающегося	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Прыжок в длину с места толчком	см	не менее		не менее		не менее	
		200	190	205	195	210	200

двумя ногами							
Бросок ядра (5 кг) вперед двумя руками от груди	м, см	не менее		не менее		не менее	
		8,00	-	8,50	-	9,00	-
Бросок ядра (5 кг) вперед двумя руками снизу	м, см	не менее		не менее		не менее	
		12,00	-	12,50	-	13,00	-
Бросок ядра (3 кг) вперед двумя руками от груди	м, см	не менее		не менее		не менее	
		-	6,50	-	7,00	-	7,50
Бросок ядра (3 кг) вперед двумя руками снизу	м, см	не менее		не менее		не менее	
		-	10,00	-	10,50	-	11,00
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - метания» (класс «В2», «В3»)							
Жим штанги двумя руками из положения лежа	кг	не менее		не менее		не менее	
		65	40	70	45	75	50
Подъем штанги на грудь	кг	не менее		не менее		не менее	
		60	25				
Приседание со штангой на плечах, весом не менее 80% от веса тела обучающегося	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		200	190	205	195	210	200
Бросок ядра (5 кг) вперед двумя руками от груди	м, см	не менее		не менее		не менее	
		8,0	-	8,5	-	9,0	-
Бросок ядра (5 кг) вперед двумя руками снизу	м, см	не менее		не менее		не менее	
		12,0	-	12,5	-	13,5	-
Бросок ядра (3 кг) вперед двумя руками от груди	м, см	не менее		не менее		не менее	
		-	7,00	-	7,50	-	8,00
Бросок ядра (3 кг) вперед двумя руками снизу	м, см	не менее		не менее		не менее	
		-	11,00	-	11,50	-	12,00
Для спортивной дисциплины «пауэрлифтинг»							
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		12,0	12,0	11,8	11,8	11,6	11,6
Поднимание ног в весе на перекладине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		8	6	9	7	10	8
Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		7	-	8	-	9	-
Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		14	12	16	14	18	16
Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		7	-	9	-	11	-
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		140	140	150	145	160	150

Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		20	15	22	17	24	19
Уровень спортивной квалификации							
Для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции», «легкая атлетика - метание», «легкая атлетика - прыжки», «пауэрлифтинг»				Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»			

Проходной минимальный балл на этап совершенствования спортивного мастерства для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - прыжки» (класс «В1») – 18 баллов.

Проходной минимальный балл на этап совершенствования спортивного мастерства для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - прыжки» (класс «В2», «В3») – 18 баллов.

Проходной минимальный балл на этап совершенствования спортивного мастерства для спортивной дисциплины «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции» (класс «В1») – 15 баллов.

Проходной минимальный балл на этап совершенствования спортивного мастерства для спортивной дисциплины «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции» (класс «В2», «В3») – 15 баллов.

Проходной минимальный балл на этап совершенствования спортивного мастерства для спортивной дисциплины «легкая атлетика - метания» (класс «В1») – 18 баллов.

Проходной минимальный балл на этап совершенствования спортивного мастерства для спортивной дисциплины «легкая атлетика - метания» (класс «В2», «В3») – 18 баллов.

Проходной минимальный балл на этап совершенствования спортивного мастерства для спортивной дисциплины «пауэрлифтинг» для юношей – 21 балл, для девушек – 15 баллов.

Также обязательным условием для зачисления на этап совершенствования спортивного мастерства является наличие спортивного разряда «кандидат в мастера спорта».

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды и спортивные звания) для зачисления и
перевода на этап высшего спортивного мастерства
по виду спорта «спорт слепых»

Наименование упражнения	Единица измерения	3 балла		4 балла		5 баллов	
		юноши/ мужчины	девушки/ женщины	юноши/ мужчины	девушки/ женщины	юноши/ мужчины	девушки/ женщины
Для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - прыжки» (класс «В1»)							
Бег на 30 м	с	не более		не более		не более	
		4,6	5,2	4,4	5,0	4,2	4,8
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		7,9	9,0	7,7	8,8	7,5	8,6
Бег на 150 м	с	не более		не более		не более	
		18,5	23,0	18,3	22,8	18,1	22,6
Бег на 300 м	с	не более		не более		не более	
		47,5	53,0	47,3	58,8	47,1	58,6
Бег на 30 м с ходу	с	не более		не более		не более	
		3,5	4,3	3,3	4,1	3,1	3,9
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		245	195	250	200	255	205

Для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - прыжки» (класс «В2», «В3»)							
Бег на 30 м	с	не более		не более		не более	
		4,2	5,2	4,0	5,0	3,8	4,8
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		7,7	8,9	7,5	8,7	7,3	8,5
Бег на 150 м	с	не более		не более		не более	
		18,0	23,0	17,8	22,8	17,6	22,6
Бег на 300 м	с	не более		не более		не более	
		41,2	51,5	41,0	51,3	40,8	51,1
Бег на 30 м с ходу	с	не более		не более		не более	
		3,6	4,0	3,4	3,8	3,2	3,6
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		255	210	260	215	265	220
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции» (класс «В1»)							
Бег на 5000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		17.45	-	17.25	-	17.05	-
Бег на 3000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		-	13.00	-	12.80	-	12.60
Бег на 1000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		3.05	3.40	2.45	3.20	2.25	3.0
Бег на 600 м	мин, с	не более		не более		не более	
		1.50	2.00	1.30	1.80	1.10	1.60
Бег на 300 м	с	не более		не более		не более	
		50,0	52,0	49,8	51,8	49,6	51,6
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		9,0	10,0	8,8	9,8	8,6	9,6
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции» (класс «В2», «В3»)							
Бег на 5000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		17.15	-	17.95	-	17.75	-
Бег на 3000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		-	12.40	-	12.20	-	12.00
Бег на 1000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		2.55	3.30	2.35	3.10	2.15	2.50
Бег на 600 м	мин, с	не более		не более		не более	
		1.45	1.55	1.25	1.35	1.05	1.15
Бег на 300 м	с	не более		не более		не более	
		46,0	50,0	45,8	49,8	45,6	49,6
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		8,2	9,3	8,0	9,1	7,8	8,9
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - метания» (класс «В1»)							
Жим штанги двумя руками из положения лежа	кг	не менее		не менее		не менее	
		90	60	95	65	100	70
Подъем штанги на грудь	кг	не менее		не менее		не менее	
		80	45	85	50	90	55
Приседание со штангой на плечах	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		100	85	105	90	110	95
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		210	190	220	195	230	200
Бросок ядра (5 кг) вперед двумя руками от груди	м, см	не менее		не менее		не менее	
		9,00	-	9,50	-	10,00	-
Бросок ядра (5 кг) вперед двумя руками	м, см	не менее		не менее		не менее	
		13,50	-	14	-	14,50	-

снизу							
Бросок ядра (3 кг) вперед двумя руками от груди	м, см	не менее		не менее		не менее	
		-	8,00	-	8,50	-	9,00
Бросок ядра (3 кг) вперед двумя руками снизу	м, см	не менее		не менее		не менее	
		-	11,50	-	12	-	12,50
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - метания» (класс «В2», «В3»)							
Жим штанги двумя руками из положения лежа	кг	не менее		не менее		не менее	
		105	70	110	75	115	80
Подъем штанги на грудь	кг	не менее		не менее		не менее	
		95	50	100	55	105	60
Приседание со штангой на плечах	кг	не менее		не менее		не менее	
		110	90	115	95	120	100
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		230	200	240	205	250	210
Бросок ядра (5 кг) вперед двумя руками от груди	м, см	не менее		не менее		не менее	
		9,5	-	10	-	10,5	-
Бросок ядра (5 кг) вперед двумя руками снизу	м, см	не менее		не менее		не менее	
		14,50	-	15	-	15,50	-
Бросок ядра (3 кг) вперед двумя руками от груди	м, см	не менее		не менее		не менее	
		-	8,50	-	9	-	9,50
Бросок ядра (3 кг) вперед двумя руками снизу	м, см	не менее		не менее		не менее	
		-	12,50	-	13	-	13,50
Для спортивной дисциплины «пауэрлифтинг»							
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		10,0	10,0	9,8	9,8	9,6	9,6
Поднимание ног в висе на перекладине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		10	8	11	9	13	10
Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		8	-	10	-	12	-
Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		14	12	16	14	18	16
Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		7	-	9	-	11	-
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		140	140	150	145	160	150
Уровень спортивной квалификации							
Для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции», «легкая атлетика - метание», «легкая атлетика - прыжки», «пауэрлифтинг»				Спортивное звание «мастер спорта России»			

Проходной минимальный балл на этап высшего спортивного мастерства для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - прыжки» (класс «В1») – 18 баллов.

Проходной минимальный балл на этап высшего спортивного мастерства для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - прыжки» (класс «В2», «В3») – 18 баллов.

Проходной минимальный балл на этап высшего спортивного мастерства для спортивной дисциплины «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции» (класс «В1») – 15 баллов.

Проходной минимальный балл на этап высшего спортивного мастерства для спортивной дисциплины «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции» (класс «В2», «В3») – 15 баллов.

Проходной минимальный балл на этап высшего спортивного мастерства для спортивной дисциплины «легкая атлетика - метания» (класс «В1») – 18 баллов.

Проходной минимальный балл на этап высшего спортивного мастерства для спортивной дисциплины «легкая атлетика - метания» (класс «В2», «В3») – 18 баллов.

Проходной минимальный балл на этап высшего спортивного мастерства для спортивной дисциплины «пауэрлифтинг» для юношей (мужчин) – 18 баллов, для девушек (женщин) – 12 баллов.

Также обязательным условием для зачисления на этап высшего спортивного мастерства является наличие спортивного звания «мастер спорта России».

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

Наименование упражнения	Единица измерения	3 балла		4 балла		5 баллов	
		юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	дев-и
Нормативы общей физической подготовки.							
Норматив до года обучения.							
Бег на 30 м	с	не более		не более		не более	
		5,7	6,0	5,5	5,8	5,2	5,6
Бег на 2000 м	мин, с	не более					
		11.10	13.00	9.90	12.80	9.70	12.60
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		13	7	15	9	17	11
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		не менее		не менее	
		+3	+4	+4	+5	+5	+6
Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		3	-	4	-	5	-
Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		11	9	12	10	13	11
Метание мяча весом 150 г	м	не менее		не менее		не менее	
		24	16	25	17	26	18
Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины класс РИУН.							
Норматив до года обучения.							
Бег на 30 м	с	не более		не более		не более	
		7,8	7,8	7,6	7,6	7,4	7,4
Кросс (бег по пересеченной местности) (без учета времени)	км	не менее		не менее		не менее	
		0,8	0,8	1	1	1.2	1.2
Приседание на двух ногах	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		15	15	17	16	19	17
Поднимание туловища	количество раз	не менее		не менее		не менее	

из положения лежа на спине (за 1 мин)		12	12	13	13	14	14
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		90	90	100	95	110	100
Метание теннисного мяча в цель при односторонней ампутации, дистанция 6 м (количество попаданий за 5 бросков)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		2	2	3	2,5	4	3
Нормативы общей физической подготовки для спортивных дисциплин класс PIU, класс PID, класс PIDH. Норматив до года обучения.							
Метание теннисного мяча из положения сидя в коляске	м	не менее		не менее		не менее	
		5	5	6	5,5	7	6
Метание теннисного мяча из положения стоя на протезе (протезах)	м	не менее		не менее		не менее	
		8	8	9	8,5	10	9
Удержание медицинбола массой 1 кг на вытянутых руках	с	не менее		не менее		не менее	
		12	12	14	14	16	16
Передвижение в коляске (без учета времени)	м	не менее		не менее		не менее	
		80	80	100	90	120	100
Передвижение на протезе (протезах) (без учета времени)	м	не менее		не менее		не менее	
		110	110	130	120	150	130
Подтягивание из виса на высокой перекладине 90 см	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		2	2	3	3	4	4
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		4	4	6	5	8	6
Выкрут в плечевых суставах (расстояние между кистями)	см	не менее		не менее		не менее	
		97	97	99	99	101	101
Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 15 с)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		3	3	5	5	7	7
Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м (количество попаданий за 5 бросков)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		2	2	3	3	4	4
Нормативы общей физической подготовки. Норматив свыше года обучения.							
Бег на 30 м	с	не более		не более		не более	
		5,5	5,8	5,3	5,6	5,1	5,4
Бег на 2000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		10.20	12.10	10.00	11.90	9.80	11.70
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		18	9	20	10	22	11
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		не менее		не менее	
		+5	+6	+6	+7	+7	+8

Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		4	-	5	-	6	-
Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		15	11	16	12	17	13
Метание мяча весом 150 г	м	не менее		не менее		не менее	
		26	18	27	19	28	20
Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины класс PIUH. Норматив свыше года обучения.							
Бег на 30 м	с	не более		не более		не более	
		8,0	8,0	7,8	7,8	7,6	7,6
Кросс (бег по пересеченной местности) (без учета времени)	км	не менее		не менее		не менее	
		0,6	0,6	0,8	0,8	1	1
Приседание на двух ногах	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		12	12	14	13	16	14
Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		10	10	11	11	12	12
Наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		+2	+2	+3	+3	+4	+4
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		80	80	90	85	100	90
Метание теннисного мяча в цель при односторонней ампутации, дистанция 6 м (количество попаданий за 5 бросков)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Нормативы общей физической подготовки для спортивных дисциплин класс PIU, класс PID, класс PIDH. Норматив свыше года обучения.							
Метание теннисного мяча из положения сидя в коляске	м	не менее		не менее		не менее	
		4	4	5	4,5	6	5
Метание теннисного мяча из положения стоя на протезе (протезах)	м	не менее		не менее		не менее	
		6	6	7	6,5	8	7
Удержание медицинбола массой 1 кг на вытянутых руках	с	не менее		не менее		не менее	
		7	7	8	8	9	9
Передвижение в коляске (без учета времени)	м	не менее		не менее		не менее	
		60	60	80	70	100	80
Передвижение на протезе (протезах) (без учета времени)	м	не менее		не менее		не менее	
		80	80	100	90	120	100
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		3	3	5	4	7	5
Наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами с протезом (протезами)	см	не менее		не менее		не менее	
		+2	+2	+3	+3	+4	+4

Выкрут в плечевых суставах (расстояние между кистями)	см	не менее		не менее		не менее	
		92	92	94	94	96	96
Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 15 с)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		2	2	4	4	6	6
Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м (количество попаданий за 5 бросков)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		2	2	3	3	4	4

Проходной минимальный балл на этапе начальной (до года обучения) подготовки для спортивной дисциплины «армрестлинг» для юношей – 21 балл, для девушек – 18 баллов.

Проходной минимальный балл на этапе начальной (до года обучения) подготовки для спортивной дисциплины «армрестлинг» (класс PIUH) – 18 баллов.

Проходной минимальный балл на этапе начальной (до года обучения) подготовки для спортивной дисциплины «армрестлинг» (класс PIU, класс PID, класс PIDH) – 24 балла.

Проходной минимальный балл на этапе начальной (свыше года обучения) подготовки для спортивной дисциплины «армрестлинг» для юношей – 21 балл, для девушек – 18 баллов.

Проходной минимальный балл на этапе начальной (свыше года обучения) подготовки для спортивной дисциплины «армрестлинг» (класс PIUH) – 21 балл.

Проходной минимальный балл на этапе начальной (свыше года обучения) подготовки для спортивной дисциплины «армрестлинг» (класс PIU, класс PID, класс PIDH) – 24 балла.

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

Наименование упражнения	Единица измерения	3 балла		4 балла		5 баллов	
		юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	дев
Нормативы общей физической подготовки							
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		9,6	10,6	9,4	10,4	9,2	10,2
Бег на 2000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		10.00	12.10	9.80	11.90	9.60	11.70
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		24	10	26	12	28	14
Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		8	-	9	-	10	-
Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		-	12	-	13	-	14
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		не менее		не менее	
		+6	+8	+7	+9	+8	+10
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		190	160	200	165	210	170
Кистевая	кг	не менее		не менее		не менее	

динамометрия		50% от массы тела обучающегося	30% от массы тела обучающегося	60% от массы тела обучающегося	40% от массы тела обучающегося	70% от массы тела обучающегося	50% от массы тела обучающегося
Метание мяча весом 150 г	м	не менее		не менее		не менее	
		34	21	35	22	36	23
Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины класс PIUH							
Бег на 30 м	с	не более		не более		не более	
		7,2	7,4	7,0	7,2	6,8	7,0
Кросс (бег по пересеченной местности) (без учета времени)	км	не менее		не менее		не менее	
		1,5	1,2	1,7	1,4	1,9	1,6
Приседание на двух ногах	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		23	20	25	21	27	22
Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		20	18	21	19	22	20
Наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		+3	+4	+4	+5	+5	+6
Нормативы общей физической подготовки для спортивных дисциплин класс PIU, класс PID, класс PIDH							
Метание теннисного мяча из положения сидя в коляске	м	не менее		не менее		не менее	
		10	10	11	10,5	12	11
Метание теннисного мяча из положения стоя на протезе (протезах)	м	не менее		не менее		не менее	
		14	9	15	9,5	16	10
Удержание медицинбола массой 1 кг на вытянутых руках	с	не менее		не менее		не менее	
		25	15	26	16	27	17
Передвижение в коляске (без учета времени)	м	не менее		не менее		не менее	
		130	90	150	100	170	110
Передвижение на протезе (протезах) (без учета времени)	м	не менее		не менее		не менее	
		170	130	190	140	210	150
Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		4	-	5	-	6	-
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		12	7	14	9	16	11
Наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами с протезом (протезами)	см	не менее		не менее		не менее	
		+4	+5	+5	+6	+6	+7

Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 15 с)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		6	5	8	7	10	9
Уровень спортивной квалификации							
Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)		Спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд»					
Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)		Спортивные разряды – «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»					
Уровень спортивной квалификации для спортивных дисциплин класс PIUH, класс PIU, класс PID, класс PIDH							
Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)		Не устанавливается					
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», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»					

Проходной минимальный балл на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) для спортивной дисциплины «армрестлинг» – 24 балла.

Проходной минимальный балл на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) для спортивной дисциплины «армрестлинг» (класс PIUH) – 15 баллов.

Проходной минимальный балл на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) для спортивной дисциплины «армрестлинг» (класс PIU, класс PID, класс PIDH) для юношей – 21 балл, для девушек – 18 баллов.

Также обязательным условием для зачисления на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) (свыше трех лет) спортивных дисциплин класс PIUH, класс PIU, класс PID, класс PIDH наличие спортивного разряда.

Нормативы общей физической подготовки
и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для перевода
и зачисления на этап совершенствования спортивного мастерства
по виду спорта «армрестлинг»

Наименование упражнения	Единица измерения	3 балла		4 балла		5 баллов	
		юниоры	юниорки	юниоры	юниорки	юниоры	юниорки
Нормативы общей физической подготовки							
Бег на 100 м	с	не более		не более		не более	
		14,6	17,6	14,4	17,4	14,2	17,2
Бег на 2000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		-	12.00	-	11.80	-	11.60
Бег на 3000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		15.00	-	14.80	-	-	-
Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		14	-	15	-	16	-
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		42	16	44	17	46	19
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		не менее		не менее	
		+8	+9	+9	+10	+10	+11
Подтягивание из виса	количество раз	не более		не более		не более	

лежа на низкой перекладине 90 см		-	19	-	20	-	21
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		195	160	205	165	215	170
Кистевая динамометрия	кг	не менее		не менее		не менее	
		60% от массы тела обучающегося	35% от массы тела обучающегося	65% от массы тела обучающегося	40% от массы тела обучающегося	70% от массы тела обучающегося	45% от массы тела обучающегося
Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины класс PIUH							
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		12,2	12,8	12,0	12,6	11,8	12,4
Кросс (бег по пересеченной местности) (без учета времени)	км	не менее		не менее		не менее	
		2	1,8	2,2	2,0	2,4	2,2
Приседание на двух ногах	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		28	25	30	27	32	29
Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		25	23	26	24	27	25
Наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		+4	+5	+5	+6	+6	+7
Нормативы общей физической подготовки для спортивных дисциплин класс PIU, класс PID, класс PIDH							
Метание теннисного мяча из положения сидя в коляске	м	не менее		не менее		не менее	
		12	8	13	9	14	10
Метание теннисного мяча из положения стоя на протезе (протезах)	м	не менее		не менее		не менее	
		16	12	17	13	19	14
Удержание медицинбола массой 1 кг на вытянутых руках	с	не менее		не менее		не менее	
		30	20	35	25	40	30
Передвижение в коляске (без учета времени)	м	не менее		не менее		не менее	
		140	100	160	120	180	140
Передвижение на протезе (протезах) (без учета времени)	м	не менее		не менее		не менее	
		180	120	200	140	220	160
Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		6	-	7	-	8	-
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		12	7	14	8	16	9
Наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами с протезом (протезами)	см	не менее		не менее		не менее	
		+4	5	+5	+6	+6	+7
Поднимание туловища из положения лежа на	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		5	4	7	6	9	8

спине (за 15 с)							
Уровень спортивной квалификации							
Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»							

Проходной минимальный балл на этапе совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «армрестлинг» – 21 балл.

Проходной минимальный балл на этапе совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «армрестлинг» (класс PIUH) – 15 баллов.

Проходной минимальный балл на этапе совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «армрестлинг» (класс PIU, класс PID, класс PIDH) для юниоров – 21 балл, для юниорок – 18 баллов.

Также обязательным условием для зачисления на этап совершенствования спортивного мастерства является наличие спортивного разряда «кандидат в мастера спорта».

**Нормативы общей физической подготовки
и уровень спортивной квалификации (спортивные звания) для перевода
и зачисления на этап высшего спортивного мастерства
по виду спорта «армрестлинг»**

Наименование упражнения	Единица измерения	3 балла		4 балла		5 баллов	
		юниоры	юниорки	юниоры	юниорки	юниоры	юниорки
Нормативы общей физической подготовки							
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		14,6	17,6	14,4	17,4	14,2	17,2
Бег на 2000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		-	12.00	-	11.80	-	11.60
Бег на 3000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		15.00	-	14.80	-	14.60	-
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		42	16	44	17	46	18
Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		14	-	15	-	16	-
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		не менее		не менее	
		+8	+9	+9	+10	+10	+11
Подтягивание из виса лежа на высокой низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		-	19	-	20	-	21
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		210	170	220	175	230	180
Кистевая динамометрия	кг	не менее		не менее		не менее	
		70% от массы тела обучающегося	40% от массы тела обучающегося	75% от массы тела обучающегося	45% от массы тела обучающегося	80% от массы тела обучающегося	50% от массы тела обучающегося
Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины класс PIUH							
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		12,0	12,6	11,8	12,4	11,6	12,2
Кросс (бег по пересеченной)	км	не менее		не менее		не менее	
		2	1,8	2,2	2	2,4	2,2

местности) (без учета времени)							
Приседание на двух ногах	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		30	28	32	30	34	32
Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		28	25	29	26	30	27
Наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		+3	+5	+4	+6	+5	+7
Нормативы общей физической подготовки для спортивных дисциплин класс PIU, класс PID, класс PIDH							
Метание теннисного мяча из положения сидя в коляске	м	не менее		не менее		не менее	
		14	9	15	10	16	11
Метание теннисного мяча из положения стоя на протезе (протезах)	м	не менее		не менее		не менее	
		19	13	20	14	21	15
Удержание медицинбола 1 кг на вытянутых руках	с	не менее		не менее		не менее	
		35	25	40	30	45	35
Передвижение в коляске (без учета времени)	м	не менее		не менее		не менее	
		160	120	180	140	200	160
Передвижение на протезе (протезах) (без учета времени)	м	не менее		не менее		не менее	
		200	140	220	160	240	180
Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		7	-	8	-	9	-
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		15	8	17	9	19	10
Наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами с протезом (протезами)	см	не менее		не менее		не менее	
		+4	+5	+5	+6	+6	+7
Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 15 с)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		7	6	9	8	11	10
Уровень спортивной квалификации							
Спортивное звание «мастер спорта России»							

Проходной минимальный балл на этапе высшего спортивного мастерства по виду спорта «армрестлинг» – 21 балл.

Проходной минимальный балл на этапе высшего спортивного мастерства по виду спорта «армрестлинг» (класс PIUH) – 15 баллов.

Проходной минимальный балл на этапе высшего спортивного мастерства по виду спорта «армрестлинг» (класс PIU, класс PID, класс PIDH) для юниоров – 21 балл, для юниорок – 18 баллов.

Также обязательным условием для зачисления на этап высшего спортивного мастерства является наличие спортивного звания «мастер спорта России».

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «футбол лиц с заболеванием ЦП»

Наименование упражнения	Функци- ональные группы	Единица измерения	3 балла	4 балла	5 баллов
Нормативы общей физической подготовки					

Бег на 30 м	F 3	с	не более	не более	не более
	F 2		6,0	5,8	5,6
	F 1		6,5	6,3	6,1
Бег на 60 м	F 3	с	не более	не более	не более
	F 2		11,2	11,0	10,8
	F 1		11,7	11,5	11,3
Бег на 1000 м	F 3	-	Без учета времени		
	F 2				
	F 1				
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	F 3	см	не менее	не менее	не менее
	F 2		135	145	155
	F 1		120	130	140
Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу. Коснуться пола пальцами рук.	F 3	количество раз	не менее	не менее	не менее
	F 2		1	2	3
	F 1				
Нормативы специальной физической подготовки					
Челночный бег 3x10 м	F 3	с	не более	не более	не более
	F 2		9,2	9,0	8,8
	F 1		9,6	9,4	9,2
Тройной прыжок в длину с места	F 3	м, см	не менее	не менее	не менее
	F 2		3,50	3,60	3,70
	F 1		2,50	2,60	2,70
Прыжок вверх с места со взмахом руками	F 3	см	не менее	не менее	не менее
	F 2		15	17	19
	F 1		12	14	16
			10	12	14

Проходной минимальный балл на этапе начальной подготовки для спортивной дисциплины «футбол лиц с заболеванием ЦП» – 27 баллов.

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления
и перевода на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) по виду спорта «футбол лиц с
заболеванием ЦП»

Наименование упражнения	Функциональные группы	Единица измерения	3 балла	4 балла	5 баллов
Нормативы общей физической подготовки					
Бег на 15 м с высокого старта	F 3	с	не более	не более	не более
	F 2		5	4,8	4,6
	F 1		6	5,8	5,6
Бег на 15 м с хода	F 3	с	не более	не более	не более
	F 2		4,6	4,4	4,2
	F 1		5,6	5,4	5,2
Бег на 30 м с высокого старта	F 3	с	не более	не более	не более
	F 2		5,6	5,4	5,2
	F 1		6,2	6,0	5,8
Бег на 30 м с хода	F 3	с	не более	не более	не более
	F 2		5,3	5,1	4,9
	F 1		5,6	5,4	5,2

	F 1		5,9	5,7	5,5
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	F 3	см	не менее	не менее	не менее
			180	190	200
	F 2		165	175	185
	F 1		150	160	170
Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу. Коснуться пола пальцами рук.	F 3	количество раз	не менее	не менее	не менее
	F 2		1	2	3
	F 1				
Нормативы специальной физической подготовки					
Исходное положение – стоя, ноги на ширине плеч, согнуты в коленях. Бросок набивного мяча весом 1 кг из-за головы двумя руками.	F 3	м	не менее	не менее	не менее
			4	4,5	5,0
	F 2		3	3,5	4,0
	F 1		2,5	3,0	3,5
Тройной прыжок в длину с места	F 3	м, см	не менее	не менее	не менее
			5,50	5,70	5,90
	F 2		4,50	4,70	4,90
	F 1		4,00	4,20	4,40
Прыжок вверх с места без замаха руками	F 3	см	не менее	не менее	не менее
			13	15	17
	F 2		10	12	14
	F 1		8	10	12
Прыжок вверх с места со взмахом руками	F 3	см	не менее	не менее	не менее
			17	19	21
	F 2		14	16	18
	F 1		12	14	16
Уровень спортивной квалификации					
Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)			требования к уровню спортивной квалификации не предъявляются		
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», «второй спортивный разряд»		

Проходной минимальный балл на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) для спортивных дисциплин «футбол лиц с заболеванием ЦП» – 30 баллов.

Также обязательным условием для зачисления на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) (свыше трех лет) наличие спортивного разряда.

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды)
для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «футбол лиц с
заболеванием ЦП»

Наименование упражнения	Функциональные группы	Единица измерения	3 балла	4 балла	5 баллов
Нормативы общей физической подготовки					
Бег на 15 м с высокого старта	F 3	с	не более	не более	не более
			4,5	4,3	4,1
	F 2		5,5	5,3	5,1
	F 1		7,5	7,3	7,1
Бег на 15 м с хода	F 3	с	не более	не более	не более
				4,1	3,9

	F 2		5,1	4,9	4,7
	F 1		7,1	6,9	6,7
Бег на 30 м с высокого старта	F 3	с	не более	не более	не более
			5,4	5,2	5,0
	F 2		6,0	5,8	5,6
	F 1		6,5	6,3	6,1
Бег на 30 м с хода	F 3	с	не более	не более	не более
			5,1	4,9	4,7
	F 2		5,4	5,2	5,0
	F 1		5,7	5,5	5,3
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	F 3	см	не менее	не менее	не менее
			190	200	21
	F 2		175	185	195
	F 1		160	170	180
Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу. Коснуться пола пальцами рук.	F 3	количество раз	не менее	не менее	не менее
			1	2	3
	F 2				
	F 1				
Нормативы специальной физической подготовки					
Исходное положение – стоя, ноги на ширине плеч, согнуты в коленях. Бросок набивного мяча весом 1 кг из-за головы двумя руками.	F 3	м	не менее	не менее	не менее
			5	5,5	6
	F 2		4	4,5	5
	F 1		3,5	4	4,5
Тройной прыжок в длину с места	F 3	м, см	не менее	не менее	не менее
			5,70	5,90	6,10
	F 2		4,70	4,90	5,10
	F 1		4,20	4,40	4,60
Прыжок вверх с места без замаха руками	F 3	см	не менее	не менее	не менее
			15	17	19
	F 2		12	14	16
	F 1		10	12	14
Прыжок вверх с места со взмахом руками	F 3	см	не менее	не менее	не менее
			19	21	23
	F 2		16	18	20
	F 1		14	16	18
Уровень спортивной квалификации					
Спортивный разряд «первый спортивный разряд»					

Проходной минимальный балл на этапе совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «футбол лиц с заболеванием ЦП» – 30 баллов.

Также обязательным условием для зачисления на этап совершенствования спортивного мастерства является наличие спортивного разряда «первый спортивный разряд».

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды)
для зачисления и перевода на этап высшего спортивного мастерства по виду спорта «футбол лиц с
заболеванием ЦП»

Наименование упражнения	Функциональные группы	Единица измерения	3 балла	4 балла	5 баллов
Нормативы общей физической подготовки					
Бег на 15 м с высокого старта	F 3	с	не более	не более	не

					более
			4	3,8	3,6
	F 2		5	4,8	4,6
	F 1		7	6,8	6,6
Бег на 15 м с хода	F 3	с	не более	не более	не более
	F 2		3,6	3,4	3,2
	F 1		4,6	4,4	4,2
Бег на 30 м с высокого старта	F 3	с	не более	не более	не более
	F 2		4,7	4,5	4,3
	F 1		5,3	5,1	4,9
Бег на 30 м с хода	F 3	с	не более	не более	не более
	F 2		4,3	4,1	3,9
	F 1		5,0	4,8	4,6
Прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги	F 3	см	не менее	не менее	не менее
	F 2		205	215	225
	F 1		190	200	210
Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу. Коснуться пола пальцами рук.	F 3	количество раз	не менее	не менее	не менее
	F 2		1	2	3
	F 1				
Нормативы специальной физической подготовки					
Исходное положение – стоя, ноги на ширине плеч, согнуты в коленях. Бросок набивного мяча весом 1 кг из-за головы двумя руками.	F 3	м	не менее	не менее	не менее
	F 2		7	7,5	8
	F 1		6	6,5	7
Тройной прыжок в длину с места	F 3	м, см	не менее	не менее	не менее
	F 2		6,20	6,40	6,60
	F 1		5,20	5,40	5,60
Прыжок вверх с места без замаха руками	F 3	см	не менее	не менее	не менее
	F 2		19	21	23
	F 1		16	18	20
Прыжок вверх с места со взмахом руками	F 3	см	не менее	не менее	не менее
	F 2		23	25	27
	F 1		20	22	24
			18	20	22
Уровень спортивной квалификации					
Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»					

Проходной минимальный балл на этапе совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «футбол лиц с заболеванием ЦП» – 30 баллов.

Также обязательным условием для зачисления на этапе высшего спортивного мастерства является наличие спортивного разряда «кандидат в мастера спорта».

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «спорт лиц с интеллектуальными
нарушениями»**

Наименование упражнения	Единица измерения	3 балла		4 балла		5 баллов	
		юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки
Для спортивной дисциплины бег на короткие дистанции (норматив до года обучения)							
Бег на 20 м с ходу	с	не более		не более		не более	
		4,1	5,1	3,9	4,9	3,7	4,7
Бросок медицинбола двумя руками из-за головы весом 3 кг	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		6	4	8	6	10	8
Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		15	10	17	12	19	14
Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее		не менее	
		80	70	90	80	100	90
Для спортивной дисциплины бег на средние дистанции (норматив до года обучения)							
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		12,0	13,0	11,8	12,8	11,6	12,6
Бег на 300 м	мин, с	не более		не более		не более	
		1.15	1.30	1.13	1.28	1.11	1.26
Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		15	10	17	12	19	14
Прыжок в длину с места	с	не менее		не менее		не менее	
		80	70	90	80	100	90
Для спортивных дисциплин бег на длинные дистанции, кросс (норматив до года обучения)							
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		12,0	13,0	11,8	12,8	11,6	12,6
Бег на 300 м	мин, с	не более		не более		не более	
		1.15	1.30	1.13	1.28	1.11	1.26
Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		15	10	17	12	19	14
Прыжок в длину с места	с	не менее		не менее		не менее	
		80	70	90	80	100	90
Для спортивной дисциплины прыжки (норматив до года обучения)							
Бег на 20 м с ходу	с	не более		не более		не более	
		4,1	5,1	3,9	4,9	3,7	4,7
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		10	6	12	8	14	10
Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее		не менее	
		80	70	90	80	100	90
Для спортивных дисциплин: метание, толкание (норматив до года обучения)							
Бег на 20 м с ходу	с	не более		не более		не более	
		5,1	6,1	4,9	5,9	4,7	5,7
Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее		не менее	
		80	70	90	80	100	90
Бросок медицинбола двумя руками из-за головы весом 3 кг	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		6	4	8	6	10	8
Сгибание и разгибание	количество раз	не менее		не менее		не менее	

рук в упоре лежа на полу		10	6	12	8	14	10
Для спортивной дисциплины пауэрлифтинг (норматив до года обучения)							
Кистевая динамометрия	кг	не менее		не менее		не менее	
		10	8	12	10	14	12
Приседания с весом 5 кг	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		10	6				
Из исходного положения в упоре на брусках на прямых руках сгибание и разгибание рук	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		3	-	4	-	5	-
Из исходного положения лежа на спине поднимание туловища	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		15	8	16	9	17	10
Сгибание и разгибание рук в висе на низкой перекладине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		6	3	7	4	8	5
Жим на горизонтальной скамье с весом 10 кг.	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		10	5	12	6	14	7
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		10	4	12	6	14	8
Для спортивной дисциплины бег на короткие дистанции (норматив свыше года обучения)							
Бег на 20 м с ходу	с	не более		не более		не более	
		4,0	5,0	3,8	4,8	3,6	4,6
Бросок медицинбола двумя руками из-за головы весом 3 кг	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		8	6	10	8	12	10
Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		20	15	22	17	24	19
Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее		не менее	
		81	71	83	73	85	75
Для спортивной дисциплины бег на средние дистанции (норматив свыше года обучения)							
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		11,0	12,0	10,8	11,8	10,6	11,6
Бег на 300 м	мин, с	не более		не более		не более	
		1.10	1.25	1.08	1.23	1.06	1.21
Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		20	15	22	17	24	17
Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее		не менее	
		110	100	115	105	120	110
Для спортивных дисциплин бег на длинные дистанции, кросс (норматив свыше года обучения)							
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		11,0	12,0	10,8	11,8	10,6	11,6
Бег на 300 м	мин, с	не более		не более		не более	
		1.10	1.25	1.08	1.23	1.06	1.21
Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		20	15	21	16	22	17
Прыжок в длину с места	с	не менее		не менее		не менее	
		110	100	115	105	120	110
Для спортивной дисциплины прыжки (норматив свыше года обучения)							
Бег на 20 м с ходу	с	не более		не более		не более	
		4,0	5,0	3,8	4,8	3,6	4,6
Сгибание и разгибание	количество раз	не менее		не менее		не менее	

рук в упоре лежа на полу		15	10	16	11	17	12
Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее		не менее	
		110	100	115	105	120	110
Для спортивных дисциплин: метание, толкание (норматив свыше года обучения)							
Бег на 20 м с ходу	с	не более		не более		не более	
		5,0	6,0	4,8	5,8	4,6	5,6
Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее		не менее	
		90	80	100	90	110	100
Бросок медицинбола двумя руками из-за головы весом 3 кг	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		8	6	10	8	12	10
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		15	10	16	11	17	12
Для спортивной дисциплины пауэрлифтинг (норматив свыше года обучения)							
Кистевая динамометрия	кг	не менее		не менее		не менее	
		11	9	13	11	15	13
Приседания с весом 5 кг	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		15	10	17	12	19	14
Из исходного положения в упоре на брусках на прямых руках сгибание и разгибание рук	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		4	-	5	-	6	-
Из исходного положения лежа на спине поднимание туловища	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		25	15	27	17	29	19
Сгибание и разгибание рук в висе на низкой перекладине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		12	6	13	7	14	8
Жим на горизонтальной скамье с весом 10 кг.	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		15	8	17	9	19	10
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		15	6	17	7	19	8

Проходной минимальный балл на этапе начальной (до года обучения) подготовки для спортивных дисциплин «бег на короткие дистанции», «бег на средние дистанции», «бег на длинные дистанции, кросс», «метание, толкание» – 12 баллов.

Проходной минимальный балл на этапе начальной (до года обучения) подготовки для спортивной дисциплины «прыжки» – 9 баллов.

Проходной минимальный балл на этапе начальной (до года обучения) подготовки для спортивной дисциплины «пауэрлифтинг» для юношей – 21 балл, для девушек – 18 баллов.

Проходной минимальный балл на этапе начальной (свыше года обучения) подготовки для спортивных дисциплин «бег на короткие дистанции», «бег на средние дистанции», «бег на длинные дистанции, кросс», «метание, толкание» – 12 баллов.

Проходной минимальный балл на этапе начальной (свыше года обучения) подготовки для спортивной дисциплины «прыжки» – 9 баллов.

Проходной минимальный балл на этапе начальной (свыше года обучения) подготовки для спортивной дисциплины «пауэрлифтинг» для юношей – 21 балл, для девушек – 18 баллов.

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) по виду спорта «спорт лиц с интеллектуальными нарушениями»

Наименование упражнения	Единица измерения	3 балла		4 балла		5 баллов	
		юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки

Для спортивной дисциплины бег на короткие дистанции							
Бег на 20 м с ходу	с	не более		не более		не более	
		2,9	3,5	2,7	3,3	2,5	3,1
Бег на 100 м	с	не более		не более		не более	
		13,8	14,9	13,6	14,7	13,4	14,5
Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее		не менее	
		150	130	160	140	170	150
Бросок медицинбола двумя руками из-за головы весом 3 кг	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		10	8	12	10	14	12
Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		30	25	32	27	34	29
Для спортивной дисциплины бег на средние дистанции							
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		10,0	11,0	9,8	10,8	9,6	10,6
Бег на 1000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		5.00	5.30	4.40	5.10	4.20	4.50
Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее		не менее	
		150	130	160	140	170	150
Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		30	25	32	27	34	29
Для спортивных дисциплины бег на длинные дистанции, кросс							
Бег 100 м	с	не более		не более		не более	
		15,0	17,0	14,8	16,8	14,6	16,6
Бег 3000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		15.00	-	14.80	-	14.60	-
Бег 2000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		-	13.00	-	12.80	-	12.60
Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		30	25	32	27	34	29
Для спортивной дисциплины прыжки							
Бег на 20 м с ходу	с	не более		не более		не более	
		3,7	4,5	3,5	4,3	3,3	4,1
Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее		не менее	
		160	140	170	150	180	160
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		20	15	22	16	24	17
Для спортивных дисциплин: метание, толкание							
Бег на 20 м с ходу	с	не более		не более		не более	
		3,7	4,5	3,5	4,3	3,3	4,1
Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее		не менее	
		150	140	160	150	170	160
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		20	15	22	16	24	17
Жим штанги из положения лежа на спине	кг	не менее		не менее		не менее	
		40	20	45	25	50	30
Для спортивной дисциплины пауэрлифтинг							
Кистевая динамометрия максимальная	кг	не менее		не менее		не менее	
		17	12	19	14	21	16
Приседание со штангой на плечах с весом 20 кг	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		10	5	12	7	14	9
Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		6	-	7	-	8	-
Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		-	25	-	27	-	29
Сгибание и разгибание рук в вися на перекладине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		5	-	6	-	7	-

Жим на горизонтальной скамье с весом 20 кг	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		8	4	10	6	12	8
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		-	7	-	8	-	9
Уровень спортивной квалификации							
Для спортивных дисциплин: бег на короткие дистанции, бег на средние дистанции, бег на длинные дистанции, ходьба, прыжки, метание, кросс, толкание, пауэрлифтинг							
Период обучения на этапе спортивной подготовки (первый год)				требования к уровню спортивной квалификации не предъявляются			
Период обучения на этапе спортивной подготовки (второй, третий годы)				спортивный разряд «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд»			
Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)				спортивный разряд «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»			

Проходной минимальный балл на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) для спортивных дисциплин «бег на короткие дистанции», «пауэрлифтинг» – 15 баллов.

Проходной минимальный балл на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) для спортивных дисциплин «бег на средние дистанции», «толкание, метание» – 12 баллов.

Проходной минимальный балл на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) для спортивных дисциплин «бег на длинные дистанции, кросс», «прыжки» – 9 баллов.

Также обязательным условием для зачисления на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) (второй, третий годы и свыше трех лет) наличие спортивного разряда.

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «спорт лиц с интеллектуальными нарушениями»

Наименование упражнения	Единица измерения	3 балла		4 балла		5 баллов	
		юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки
Для спортивной дисциплины бег на короткие дистанции							
Бег на 20 м с ходу	с	не более		не более		не более	
		2,8	3,2	2,6	3,0	2,4	2,8
Бег на 100 м	с	не более		не более		не более	
		12,8	14,0	12,6	13,8	12,4	13,6
Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее		не менее	
		220	190	230	195	240	200
Присед-вставание со штангой на плечах	кг	не менее		не менее		не менее	
		60	40	65	45	70	50
Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		35	30	37	32	39	34
Для спортивной дисциплины бег на средние дистанции							
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		9,5	10,0	9,3	9,8	9,1	9,6
Бег на 1000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		4.40	5.15	4.20	4.55	4.0	4.35
Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее		не менее	
		200	180	210	185	220	190
Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		35	30	37	32	39	34
Для спортивных дисциплин бег на длинные дистанции, кросс							
Бег на 100 м	с	не более		не более		не более	
		13,9	15,8	13,7	15,6	13,5	15,4

Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		35	30	37	32	39	34
Бег на 3000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		13.00	-	12.80	-	12.60	-
Бег на 2000 м	мин, с	не более					
		-	12.00	-	11.80	-	11.60
Для спортивной дисциплины прыжки							
Бег на 20 м с ходу	с	не более		не более		не более	
		3,7	4,5	3,5	4,3	3,3	4,1
Присед-вставание со штангой на плечах	кг	не менее		не менее		не менее	
		60	40	65	45	70	50
Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее		не менее	
		230	200	240	205	250	210
Для спортивных дисциплин: метание, толкание							
Бег на 20 м с ходу	с	не более		не более		не более	
		3,0	3,7	2,8	3,5	2,6	3,3
Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее		не менее	
		190	170	200	175	210	180
Жим штанги из положения лежа на спине	кг	не менее		не менее		не менее	
		50	30	55	35	60	40
Присед-вставание со штангой на плечах	кг	не менее		не менее		не менее	
		60	40	65	45	70	50
Для спортивной дисциплины пауэрлифтинг							
Кистевая динамометрия максимальная	кг	не менее		не менее		не менее	
		20	16	22	18	24	20
Бросок медицинбола весом 1 кг двумя руками из-за головы из положения сидя	м	не менее		не менее		не менее	
		6,0	5,5	6,5	6,0	7,0	6,6
Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях на прямых руках	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		15	-	16	-	17	-
Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		-	30	-	32	-	34
Сгибание и разгибание рук в висе на перекладине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		7	-	8	-	9	-
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		-	10	-	11	-	12
Уровень спортивной квалификации							
Для спортивных дисциплин: бег на короткие дистанции, бег на средние дистанции, бег на длинные дистанции, кросс, прыжки, метание, толкание, кросс, пауэрлифтинг							
Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»							

Проходной минимальный балл на этапе совершенствования спортивного мастерства для спортивных дисциплин «прыжки» – 21 балл.

Проходной минимальный балл на этапе совершенствования спортивного мастерства для спортивных дисциплин «бег на короткие дистанции» – 15 баллов.

Проходной минимальный балл на этапе совершенствования спортивного мастерства для спортивных дисциплин «бег на средние дистанции», «метание, толкание», «пауэрлифтинг» – 12 баллов.

Проходной минимальный балл на этапе совершенствования спортивного мастерства для спортивных дисциплин «бег на длинные дистанции, кросс» – 9 баллов.

Также обязательным условием для зачисления на этап совершенствования спортивного мастерства является наличие спортивного разряда «кандидат в мастера спорта».

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды и спортивные звания) для зачисления и перевода на этап высшего спортивного мастерства по виду спорта «спорт лиц с интеллектуальными нарушениями»

Наименование упражнения	Единица измерения	3 балла		4 балла		5 баллов	
		юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки
Для спортивной дисциплины бег на короткие дистанции							
Бег на 20 м с ходу	с	не более		не более		не более	
		2,5	2,9	2,3	2,7	2,1	2,5
Бег на 100 м	с	не более		не более		не более	
		12,6	13,8	12,4	13,6	12,2	13,4
Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее		не менее	
		250	220	260	225	270	230
Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		40	35	42	37	44	39
Присед-вставание со штангой на плечах	кг	не менее		не менее		не менее	
		65	45	70	50	75	55
Для спортивной дисциплины бег на средние дистанции							
Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее		не менее	
		230	210	240	215	250	220
Бег на 1000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		4.30	5.10	4.10	4.90	3.90	4.70
Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		35	30	37	32	39	34
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		9,0	9,5	8,8	9,3	8,6	9,1
Для спортивных дисциплин бег на длинные дистанции, кросс							
Бег на 3000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		12.30	-	12.10	-	11.90	-
Бег на 2000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		-	11.30	-	11.10	-	10.90
Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		35	30	37	32	39	34
Бег на 100 м	с	не более		не более		не более	
		13,5	15,0	13,3	14,8	13,1	14,6
Для спортивной дисциплины: прыжки							
Бег на 20 м с ходу	с	не более		не более		не более	
		2,9	3,2	2,7	3,0	2,5	2,8
Присед-вставание со штангой на плечах	кг	не менее		не менее		не менее	
		65	45	70	50	75	55
Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее		не менее	
		250	230	260	235	270	240
Для спортивных дисциплин: метание, толкание							
Бег на 20 м с ходу	с	не более		не более		не более	
		2,8	3,5	2,6	3,3	2,4	3,1
Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее		не менее	
		240	200	250	205	260	210
Жим штанги из положения лежа на	кг	не менее		не менее		не менее	
		55	40	60	45	65	50

спине							
Присед-вставание со штангой на плечах	кг	не менее		не менее		не менее	
		65	45	70	50	75	55
Для спортивной дисциплины: пауэрлифтинг							
Кистевая динамометрия максимальная	кг	не менее		не менее		не менее	
		24	20	26	22	28	24
Бросок медицинбола весом 1 кг двумя руками из-за головы из положения сидя	м	не менее		не менее		не менее	
		7,5	6,0	8,0	6,5	8,5	7,0
Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях на прямых руках	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		14	-	15	-	16	-
Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		-	20	-	21	-	22
Сгибание и разгибание рук в висе на перекладине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		8	-	9	-	10	-
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		-	10	-	11	-	12
Уровень спортивной квалификации							
Для спортивных дисциплин: бег на короткие дистанции, бег на средние дистанции, бег на длинные дистанции, прыжки, метание, толкание, кросс, пауэрлифтинг							
Спортивное звание «мастер спорта России»							

Проходной минимальный балл на этапе высшего спортивного мастерства для спортивных дисциплин «бег на короткие дистанции» – 15 баллов.

Проходной минимальный балл на этапе высшего спортивного мастерства для спортивных дисциплин «бег на средние дистанции», «метания, толкания», «пауэрлифтинг» – 12 баллов.

Проходной минимальный балл на этапе высшего спортивного мастерства для спортивных дисциплин «бег на длинные дистанции, кросс», «прыжки» – 9 баллов.

Также обязательным условием для зачисления на этап высшего спортивного мастерства является наличие спортивного звания «мастер спорта России».

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для зачисления и перевода на этап начальной подготовки
по виду спорта «спорт глухих»

Наименование упражнения	Единица измерения	3 балла		4 балла		5 баллов	
		юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки
Для спортивной дисциплины «греко-римская борьба»							
Бег на 30 м	с	не более		не более		не более	
		7,5	7,5	7,3	7,3	7,1	7,1
Челночный бег 3x10 м	с	не более		не более		не более	
		9,0	12,5	8,8	12,3	8,6	12,1
Бег на 400 м	мин, с	Без учета времени					
Сгибание и разгибание рук в висе на перекладине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		4	3	6	5	7	6
Поднимание туловища из положения лежа на	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		8	6	10	8	12	10

спине							
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		140	110	145	115	150	120
Для спортивной дисциплины «дзюдо»							
Бег на 30 м	с	не более		не более		не более	
		7,5	8,0	7,3	7,8	7,1	7,6
Челночный бег 3x10 м	с	не более		не более		не более	
		12,5	13,0	12,2	12,8	12,0	12,6
Бег на 400 м	мин, с	Без учета времени					
Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		8	6	10	8	12	10
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		140	110	145	115	150	120
Сгибание и разгибание рук в висе на перекладине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		4	-	5	-	6	-
Вис на перекладине на согнутых руках (90°)	с	не менее		не менее		не менее	
		-	2,0	-	3,0	-	4,0
Для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции»							
Бег на 30 м с ходу	с	не более		не менее		не менее	
		5,5	6,0	5,3	5,8	5,1	5,6
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		150	130	155	135	160	140
Бег на 100 м	с	не более		не более		не более	
		17,0	19,0	16,8	18,8	16,6	18,6
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - метания»							
Бег на 30 м с ходу	с	не более		не более		не более	
		6,5	7,5	6,3	7,3	6,1	7,1
Бросок медицинбола весом 3 кг вперед	м	не менее		не менее		не менее	
		10	8	10,5	8,5	11	9
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		150	120	155	125	160	130
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - прыжок»							
Бег на 30 м с ходу	с	не более		не более		не более	
		5,7	6,5	5,5	6,3	5,3	6,1
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		160	135	165	140	170	145
Бег на 100 м	с	не более		не более		не более	
		17,5	19,5	17,3	19,3	17,1	19,1
Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		8	6	10	8	12	10
Для спортивной дисциплины «настольный теннис»							
Бег на 30 м	с	не более		не более		не более	
		7,9	8,4	7,7	8,2	7,5	8,0

Прыжки через скакалку за 30 с	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		30	20	35	25	40	30
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		150	110	155	115	160	120
Прыжки боком через гимнастическую скамейку за 30 с	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		15	10	17	12	19	14
Метание мяча для настольного тенниса	м	не менее		не менее		не менее	
		3	2,5	3,5	3,0	4,0	3,5

Проходной минимальный балл на этапе начальной подготовки для спортивных дисциплин «греко-римская борьба», «дзюдо» – 18 баллов.

Проходной минимальный балл на этапе начальной подготовки для спортивной дисциплины «настольный теннис» – 15 баллов.

Проходной минимальный балл на этапе начальной подготовки для спортивной дисциплины «легкая атлетика - прыжок» – 12 баллов.

Проходной минимальный балл на этапе начальной подготовки для спортивных дисциплин «легкая атлетика – бег на короткие дистанции», «легкая атлетика – бег на средние и длинные дистанции», «легкая атлетика - метания» – 9 баллов.

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды)
для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап
(этап спортивной специализации) по виду спорта «спорт глухих»

Наименование упражнения	Единица измерения	3 балла		4 балла		5 баллов	
		юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки
Для спортивной дисциплины «греко-римская борьба»							
Бег на 30 м	с	не более		не более		не более	
		6,5	7,0	6,3	6,8	6,1	6,6
Челночный бег 3x10 м	с	не более		не более		не более	
		10,5	11,0	10,3	10,8	10,1	10,6
Бег на 400 м	мин, с	не более		не более		не более	
		1.10	1.10	1.08	1.08	1.06	1.06
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		15	15	17	16	19	17
Сгибание и разгибание рук в висе на перекладине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		10	7	11	8	12	9
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		180	150	185	155	190	160
Для спортивной дисциплины «дзюдо»							
Бег на 30 м	с	не более		не более		не более	
		7,0	7,0	6,8	6,8	6,6	6,6
Челночный бег 3x10 м	с	не более		не более		не более	
		11,0	11,0	10,8	10,8	10,6	10,6
Бег на 400 м	мин, с	не более		не более		не более	
		1.40	1.20	1.38	1.18	11.36	1.16
Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		15	15	17	17	19	19
Прыжок в длину с	см	не менее		не менее		не менее	

места толчком двумя ногами		150	135	155	140	160	145
Сгибание и разгибание рук в висе на перекладине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		10	8	11	9	12	10
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		15	15	16	16	17	17
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - бег на короткие дистанции»							
Бег на 30 м с ходу	с	не более		не более		не более	
		3,7	4,3	3,5	4,1	3,3	3,9
Бег на 300 м	с	не более		не более		не более	
		60,0	55,0	59,8	54,8	59,6	54,6
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		180	160	185	165	190	170
Тройной прыжок в длину с места	см	не менее		не менее		не менее	
		520	460	525	465	530	470
Приседания с весом 25 кг	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		5	3	7	5	9	7
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции»							
Бег на 60 м с ходу	с	не более		не более		не более	
		9,8	10,5	9,6	10,3	9,4	10,1
Бег на 300 м	с	не более		не более		не более	
		55,0	60,0	54,8	59,8	54,6	59,6
Бег на 3000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		13,0	-	12,8	-	12,6	-
Бег на 2000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		-	10,0	-	9,8	-	9,6
Тройной прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		580	550	585	555	590	560
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - метания»							
Бег на 30 м с ходу	с	не более		не более		не более	
		4,8	5,8	4,6	5,6	4,4	5,4
Тройной прыжок в длину с места	см	не менее		не менее		не менее	
		600	520	605	525	610	530
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		210	180	215	185	220	190
Жим штанги из положения лежа на спине	кг	не менее		не менее		не менее	
		50	35	55	40	60	45
Приседание со штангой на плечах	кг	не менее		не менее		не менее	
		70	45	75	50	80	55
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - прыжок»							
Бег на 30 м с ходу	с	не более		не более		не более	
		3,7	4,3	3,5	4,1	3,3	3,9
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		190	160	195	165	200	170
Бег на 100 м	с	не более		не более		не более	
		14,5	15,5	14,3	15,3	14,1	15,1
Тройной прыжок в	см	не менее		не менее		не менее	

длину с места		600	560	605	565	610	570
Для спортивной дисциплины «настольный теннис»							
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		10,3	11,0	10,1	10,8	9,9	10,6
Бег 12 минут	м	не менее		не менее		не менее	
		2300	2600	2100	2400	1900	2200
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		170	140	175	145	180	150
Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		30	25	32	27	34	29
Удар nakatom справа налево по диагонали	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		20	18	22	20	24	22
Удар подрезкой слева и справа	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		25	20	27	22	29	24
Уровень спортивной квалификации							
Для спортивных дисциплин «греко-римская борьба», «дзюдо», «настольный теннис», а также содержащих в своем наименовании слова «легкая атлетика»							
Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)				требования к уровню спортивной квалификации не предъявляются			
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», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»			

Проходной минимальный балл на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) для спортивной дисциплины «дзюдо» – 21 балл.

Проходной минимальный балл на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) для спортивных дисциплин «греко-римская борьба», «настольный теннис» – 18 баллов.

Проходной минимальный балл на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика – метания» – 15 баллов.

Проходной минимальный балл на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции», «легкая атлетика - прыжок» – 12 баллов.

Также обязательным условием для зачисления на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) (свыше трех лет) наличие спортивного разряда.

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «спорт глухих»

Наименование упражнения	Единица измерения	3 балла		4 балла		5 баллов	
		юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки
Для спортивной дисциплины «греко-римская борьба»							
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		8,7	9,0	8,5	8,8	8,3	8,6
Челночный бег 3x10 м	с	не более		не более		не более	
		9,5	10,0	9,3	9,8	9,1	9,6
Бег на 800 м	мин, с	не более		не более		не более	
		3.0	3.0	2.8	2.8	2.6	2.6

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		25	25	27	26	28	25
Сгибание и разгибание рук в висе на перекладине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		16	10	18	12	20	14
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		170	160	175	165	180	170
Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		40	25	42	27	44	29
Для спортивных дисциплин «дзюдо»							
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		8,7	9,0	8,5	8,8	8,3	8,6
Сгибание и разгибание рук в висе на перекладине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		16	-	17	-	18	-
Вис на перекладине на согнутых руках (90°)	с	не менее		не менее		не менее	
		-	20,0	-	25,0	-	30,0
Бег на 800 м	мин, с	не более		не более		не более	
		3.0	3.20				
Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		40	35	42	37	44	39
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		180	170	185	175	190	180
Сгибание и разгибание рук в упоре от скамьи	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		-	25	-	26	-	27
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		25	-	26	-	27	-
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - бег на короткие дистанции»							
Бег на 30 м с ходу	с	не более		не более		не более	
		3,2	3,6	3,0	3,4	2,8	3,2
Бег на 300 м	с	не более		не более		не более	
		45,0	60,0	44,8	59,8	44,6	59,6
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		230	200	235	205	240	210
Тройной прыжок в длину с места	см	не менее		не менее		не менее	
		700	580	705	585	710	590
Приседания со штангой на плечах	кг	не менее		не менее		не менее	
		55	40	60	45	65	50
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции»							
Бег на 60 м с ходу	с	не более		не более		не более	
		9,0	10,0	8,8	9,8	8,6	9,6
Бег на 300 м	с	не более		не более		не более	
		45,0	55,0	44,8	54,8	44,6	54,6
Бег на 3000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		12.0	-	11.8	-	11.6	-
Бег на 2000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		-	9.0	-	8.8	-	8.6
Тройной прыжок в длину с места	см	не менее		не менее		не менее	
		650	580	655	585	660	590
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - метания»							
Бег на 30 м с ходу	с	не более		не более		не более	

Для спортивной дисциплины «греко-римская борьба»							
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		8,5	9,4	8,3	9,2	8,1	9,0
Челночный бег 3x10 м	с	не более		не более		не более	
		8,5	9,0	8,3	8,8	8,1	8,6
Бег на 1000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		3.40	4.0	3.20	3.40	3.0	3.20
Сгибание и разгибание рук в висе на перекладине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		18	13	19	14	20	15
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		190	170	195	175	200	180
Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		50	30	52	32	54	34
Для спортивных дисциплин «дзюдо»							
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		8,5	8,7	8,3	8,5	8,1	8,3
Сгибание и разгибание рук в висе на перекладине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		18	-	19	-	20	-
Вис на перекладине на согнутых руках (90°)	с	не менее		не менее		не менее	
		-	25,0	-	30,0	-	35,0
Бег на 1000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		3.40	4.0	3.20	3.40	3.0	3.20
Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		50	40	52	42	54	44
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		180	170	185	175	190	180
Сгибание и разгибание рук в упоре от скамьи	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		-	30	-	31	-	32
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		35	-	36	-	37	-
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - бег на короткие дистанции»							
Бег на 30 м с ходу	с	не более		не более		не более	
		2,8	3,2	2,6	3,0	2,4	2,8
Бег на 300 м	с	не более		не более		не более	
		39,0	55,0	38,8	54,8	38,6	54,6
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		270	230	275	235	280	240
Тройной прыжок в длину с места	см	не менее		не менее		не менее	
		750	600	755	605	760	610
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции»							
Бег на 60 м с ходу	с	не более		не более		не более	
		8,0	8,5	7,8	8,3	7,6	8,1
Бег на 300 м	с	не более		не более		не более	
		40,0	50,0	39,8	49,8	39,6	49,6
Бег на 3000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		9.30	-	9.10	-	8.90	-

Бег на 2000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		-	7.30	-	7.10	-	6.90
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - метания»							
Бег на 30 м с ходу	с	не более		не более		не более	
		3,0	3,5	2,8	3,3	2,6	3,1
Тройной прыжок в длину с места	см	не менее		не менее		не менее	
		750	600	755	605	760	610
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		230	200	235	205	240	210
Жим штанги из положения лежа на спине	кг	не менее		не менее		не менее	
		90	55	95	60	100	65
Приседание со штангой на плечах	кг	не менее		не менее		не менее	
		110	70	115	75	120	80
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - прыжок»							
Бег на 30 м с ходу	с	не более		не более		не более	
		3,0	3,4	2,8	3,2	2,6	3,0
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
		290	225	295	230	300	235
Бег на 100 м	с	не более		не более		не более	
		13,0	13,8	12,8	13,6	12,6	13,4
Тройной прыжок в длину с места	см	не менее		не менее		не менее	
		800	600	805	605	810	610
Приседание со штангой на плечах	кг	не менее		не менее		не менее	
		80	55	85	60	90	65
Для спортивной дисциплины «настольный теннис»							
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		8,5	8,5	8,3	8,3	8,1	8,1
Бег на 800 м	мин, с	не более		не более		не более	
		3.0	3.0	2.8	2.8	2.6	2.6
Челночный бег 3x10 м	с	не более		не более		не более	
		9,5	9,5	9,3	9,3	9,1	9,1
Сгибание и разгибание рук в висе на перекладине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		10	10	12	11	14	12
Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		35	35	37	36	39	37
Уровень спортивной квалификации							
Для спортивных дисциплин «греко-римская борьба», «дзюдо», «настольный теннис», а также содержащих в своем наименовании слова «легкая атлетика»							
Спортивное звание «мастер спорта России» или «мастер спорта России международного класса»							

Проходной минимальный балл на этапе высшего спортивного мастерства для спортивных дисциплин «греко-римская борьба», «дзюдо» – 18 баллов.

Проходной минимальный балл на этапе высшего спортивного мастерства для спортивных дисциплин «легкая атлетика - метания», «легкая атлетика - прыжок», «настольный теннис» – 15 баллов.

Проходной минимальный балл на этапе высшего спортивного мастерства для спортивной дисциплины «легкая атлетика – бег на короткие дистанции» – 12 баллов.

Проходной минимальный балл на этапе высшего спортивного мастерства для спортивной дисциплины «легкая атлетика – бег на средние и длинные дистанции» – 9 баллов.

Также обязательным условием для зачисления на этап высшего спортивного мастерства является наличие спортивного звания «мастер спорта России» или «мастер спорта России международного класса».

Нормативы общей физической подготовки и специальной физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «спорт лиц с поражением ОДА»

Наименование упражнения	Единица измерения	3 балла		4 балла		5 баллов	
		юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки
Для спортивной дисциплины баскетбол на колясках (I, II, III функциональные группы)							
Прокат «змейкой» на коляске между 5 вешками (за минимальное время)	количество раз	не менее					
		1	1	2	2	3	3
Бег на коляске 200 м (за минимальное время)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
И.П. – лежа на спине. Жим гантелей весом 1 кг	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		12	12	14	13	16	14
И.П. – сидя. Подъем из положения сидя в упор на руках (самостоятельно)	количество раз	Максимальное					
И.П. – сидя. Бросок теннисного мяча правой и левой руками (в координации, на максимальное расстоянии)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
И.П. – сидя. Бросок баскетбольного мяча двумя руками из-за головы (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Для спортивной дисциплины бочча (I функциональная группа)							
И.П. – сидя. Броски мяча в установленную цель, 10 попыток	количество мячей, попавших в цель	не менее		не менее		не менее	
		5	5	6	6	7	7
И.П. – сидя. Броски 5 мячей на установленное расстояние (за минимальное время)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
И.П. – сидя. Броски мяча до средней линии площадки, 10 попыток	количество успешных попыток	не менее		не менее		не менее	
		4	4	5	5	6	6
Для спортивных дисциплин легкая атлетика – бег на короткие дистанции, легкая атлетика – бег на средние и длинные дистанции (I функциональная группа)							
Бег на колясках 600 м	с	На время					
Бег на колясках 150 м	с	На время					
Бег на колясках 60 м	с	На время					
И.П. – сидя. Бросок медицинбола весом 1 кг	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3

вперед двумя руками от груди (на максимальное расстояние)							
Для спортивных дисциплин легкая атлетика – бег на короткие дистанции, легкая атлетика – бег на средние и длинные дистанции, легкая атлетика – прыжки (II функциональная группа)							
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		15,0	18,0	14,8	17,8	14,6	17,6
Бег на 150 м	с	не более		не более		не более	
		60,0	90,0	59,8	89,8	59,6	89,6
И.П. – стоя или сидя. Бросок медицинбола весом 1 кг вперед двумя руками от груди (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Бег на 30 м	с	не более		не более		не более	
		8,0	9,0	7,8	8,8	7,6	8,6
Бег 400 м (за минимальное время)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Для спортивных дисциплин легкая атлетика – бег на короткие дистанции, легкая атлетика – бег на средние и длинные дистанции, легкая атлетика – прыжки (III функциональная группа)							
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		13,0	15,0	12,8	14,8	12,6	14,6
Бег на 150 м	с	не более		не более		не более	
		50,0	60,0	49,8	59,8	49,6	59,6
И.П. – стоя. Прыжок в длину с места (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Бег на 30 м	с	не более		не более		не более	
		6,5	8,0				
И.П. – стоя. Бросок медицинбола весом 1 кг вперед двумя руками от груди (на максимальное возможное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Бег на 600 м (за минимальное время)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Для спортивной дисциплины легкая атлетика – метания (I функциональная группа)							
И.П. – лежа на спине. Сгибание-разгибание рук с гантелями (на максимальное количество раз)	кг	не менее		не менее		не менее	
		4	2	5	3	6	4
И.П. – сидя. Бросок теннисного мяча правой и левой рукой по 5 раз (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
И.П. – сидя. Бросок медицинбола весом 1 кг вперед двумя руками от груди (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Для спортивной дисциплины легкая атлетика – метания (II функциональная группа)							
И.П. – лежа на спине.	кг	не менее		не менее		не менее	

Сгибание-разгибание рук с гантелями (на максимальное количество раз)		4	2	5	3	6	4
Бег на 30 м	с	не более		не более		не более	
		8,5	9,5	8,3	9,3	8,1	9,1
И.П. – стоя или сидя. Бросок теннисного мяча правой и левой рукой (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		5	5	6	6	7	7
И.П. – стоя или сидя. Бросок медицинбола весом 2 кг вперед двумя руками от груди (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Для спортивной дисциплины легкая атлетика – метания (III функциональная группа)							
И.П. – лежа на спине. Сгибание-разгибание рук с гантелями (на максимальное количество раз)	кг	не менее		не менее		не менее	
		4	2	5	3	6	4
И.П. – стоя. Прыжок в длину с места (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Бег на 30 м	с	не более		не более		не более	
		7,0	7,0	6,8	6,8	6,6	6,6
И.П. – стоя. Бросок теннисного мяча правой и левой рукой по 5 раз (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
И.П. – стоя. Бросок медицинбола весом 2 кг вперед двумя руками от груди (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Для спортивной дисциплины настольный теннис (I функциональная группа)							
Прокат «змейкой» на коляске между 5 вешками (за минимальное время)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Бег на колясках 30 м	с	не более		не более		не более	
		19,0	19,0	18,8	18,8	18,6	18,6
Бег на колясках 100-500 м (в зависимости от степени поражения ОДА) (за минимальное время)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью	количество раз	Максимальное					
И.П. – сидя. Метание теннисного мяча правой и левой рукой	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3

(на максимальное расстояние)							
Для спортивной дисциплины настольный теннис (II, III функциональные группы)							
И.П. – лежа на спине. Маховые движения рук	с	не менее		не менее		не менее	
		90,0	90,0	120,0	120,0	150,0	150,0
Бег 200-500 м (в зависимости от степени поражения ОДА) (за минимальное время)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
И.П. – стоя. Прыжки через скакалку	мин	не менее		не менее		не менее	
		1	1	1,5	1,5	2	2
И.П. – лежа на спине. Жим гантелей весом 1 кг	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		12	12	14	13	16	14
Бег на 30 м	с	15,0 не более					
Бег змейкой между 5 фишками (за минимальное время)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
И.П. – сидя. Подъем в упор на руках (самостоятельно)	количество раз	Максимальное					
Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		10	10	12	11	14	12
И.П. – стоя. Бросок теннисного мяча правой и левой рукой (в координации, на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Перемещение приставным шагом (восьмеркой) в 3-х метровом квадрате (за 1 мин)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		10	10	12	11	14	12
И.П. – стоя. Прыжки через скамейку (за 30 с)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		20	20	25	25	30	30
Для спортивной дисциплины плавание (I функциональная группа)							
И.П. – лежа на спине. Маховые движения рук	с	не менее		не менее		не менее	
		60,0	45,0	90,0	75,0	120,0	105,0
И.П. – лежа на спине. Жим гантелей весом 1 кг	количество раз	Максимальное					
Для спортивной дисциплины плавание (II функциональная группа)							
И.П. – лежа на спине. Маховые движения рук	с	не менее		не менее		не менее	
		60,0	45,0	90,0	105,0	120,0	135,0
Бег на 400 м (за минимальное время)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
И.П. – лежа на спине. Жим гантелей весом 1 кг	количество раз	Максимальное					
И.П. – стоя. Многоскок из 5 прыжков (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3

Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи	количество раз	Максимальное					
И.П. – стоя. Прыжок в длину с места (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Для спортивной дисциплины плавание (III функциональная группа)							
И.П. – лежа на спине. Маховые движения рук	мин	не менее		не менее		не менее	
		1	1	1,5	1,5	2	2
Бег на 600 м (за минимальное время)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
И.П. – лежа на спине. Жим гантелей весом 1 кг	количество раз	Максимальное					
И.П. – стоя. Многоскок из 5 прыжков (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью	количество раз	Максимальное					
И.П. – стоя. Прыжок в длину с места (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Для спортивной дисциплины стендовая стрельба (I, II, III функциональные группы)							
Бег на 400 м или бег на коляске 200 м (в зависимости от поражения ОДА) (за минимальное время)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
И.П. – стоя на одной ноге, глаза закрыты, руки скрещены, ладони на плечах	с	не менее		не менее		не менее	
		5,0	5,0	8,0	8,0	10,0	10,0
И.П. – лежа на спине. Жим гантелей весом 1 кг	количество раз	Максимальное					
Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью	количество раз	Максимальное					
И.П. – стоя. Прыжок в длину с места (в координации) (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Для спортивной дисциплины фехтование (I, II, III функциональные группы)							
И.П. – лежа на спине. Маховые движения рук	с	не менее		не менее		не менее	
		30,0	30,0	45,0	45,0	60,0	60,0
Бег 400 м или бег на коляске 200 м (в зависимости от	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3

поражения ОДА) (за минимальное время)							
Кистевая динамометрия рабочей руки	кг	не менее		не менее		не менее	
		2	2	4	3	6	4
И.П. – лежа на спине. Жим гантелей весом 1 кг	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		6	6	7	7	8	8
И.П. – лежа на спине. Жим гантелей весом 2 кг	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		3	3	4	4	5	5
И.П. – сидя. Бросок медицинбола (1 кг) рабочей рукой от груди (I функциональная группа)	м	не менее		не менее		не менее	
		1	1	1,2	1,2	1,4	1,4
И.П. – сидя. Бросок медицинбола двумя руками из-за головы (II, III функциональные группы)	м	не менее		не менее		не менее	
		1,5	1,5	1,7	1,7	1,9	1,9

Проходной минимальный балл на этапе начальной подготовки для спортивной дисциплины «настольный теннис (II, III функциональные группы)» – 33 балла.

Проходной минимальный балл на этапе начальной подготовки для спортивной дисциплины «фехтование (I, II, III функциональные группы)» – 21 балл.

Проходной минимальный балл на этапе начальной подготовки для спортивных дисциплин «баскетбол на колясках (I, II, III функциональные группы)», «легкая атлетика – бег на короткие дистанции, легкая атлетика – бег на средние и длинные дистанции, легкая атлетика – прыжки (III функциональная группа)», «плавание (II, III функциональные группы)», «легкая атлетика – бег на короткие дистанции, легкая атлетика – бег на средние и длинные дистанции, легкая атлетика – прыжки (II функциональная группа)», «легкая атлетика – метания (III функциональная группа)», «настольный теннис (I функциональная группа)», «стендовая стрельба (I, II, III функциональные группы)» – 15 баллов.

Проходной минимальный балл на этапе начальной подготовки для спортивной дисциплины «легкая атлетика – бег на короткие дистанции, легкая атлетика – бег на средние и длинные дистанции (I функциональная группа)», «легкая атлетика – метания (II функциональная группа)» – 12 баллов.

Проходной минимальный балл на этапе начальной подготовки для спортивных дисциплин «бочча (I функциональная группа)», «легкая атлетика – метания (I функциональная группа)» – 9 баллов.

Проходной минимальный балл на этапе начальной подготовки для спортивной дисциплины «плавание (I функциональная группа)» – 6 баллов.

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) по виду спорта «спорт лиц с поражением ОДА»

Наименование упражнения	Единица измерения	3 балла		4 балла		5 баллов	
		юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки
Для спортивной дисциплины баскетбол на колясках (I, II, III функциональные группы)							
Прокат «змейкой» на колясках между 10 вешками (за минимальное время)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Бег на колясках 400 м	мин	не более		не более		не более	
		2	2	1,8	1,8	1,6	1,6
И.П. – сидя. Бросок медицинбола весом 1 кг двумя руками из-за головы	м	не менее		не менее		не менее	
		4	4	4,5	4,2	5	4,4
И.П. – сидя. Бросок баскетбольного мяча	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3

двумя руками из-за головы (на максимальное расстояние)							
И.П. – сидя. Подъем в упор на руках (самостоятельно)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		5	5	7	6	9	7
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		7	7	9	8	11	9
Для спортивной дисциплины бочча (I функциональная группа)							
И.П. – сидя. Броски мяча в установленную цель, 10 попыток	количество успешных попыток	не менее		не менее		не менее	
		5	5	6	6	7	7
И.П. – сидя. Броски 6 мячей на установленное расстояние (за минимальное время)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
И.П. – сидя. Броски мяча до средней линии площадки, 10 попыток	количество успешных попыток	не менее		не менее		не менее	
		5	5	6	6	7	7
И.П. – сидя. Броски мяча на точность на заданное расстояние 3, 5 и 7 м, по 10 попыток на каждом расстоянии	количество успешных попыток	не менее		не менее		не менее	
		5	5	6	6	7	7
И.П. – сидя. Броски мяча на точность в определенные точки площадки: середина, по диагонали, по границам корта. По 10 попыток в каждую из точек	количество успешных попыток	не менее		не менее		не менее	
		5	5	6	6	7	7
Для спортивных дисциплин легкая атлетика – бег на короткие дистанции, легкая атлетика – бег на средние и длинные дистанции (I функциональная группа)							
Бег на колясках 1000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		5.0	6.0	4.40	5.40	4.20	5.20
Бег на колясках 150 м	с	не более		не более		не более	
		45,0	80,0	40,0	75,0	35,0	70,0
Бег на колясках 60 м	с	не более		не более		не более	
		19,5	45,0	19,3	44,8	19,1	44,6
И.П. – сидя. Бросок медицинбола вперед двумя руками от груди весом 2 кг (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	-	2	-	3	-
И.П. – сидя. Бросок медицинбола вперед двумя руками от груди весом 1 кг (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		-	1	-	2	-	3

Для спортивных дисциплин легкая атлетика – бег на короткие дистанции, легкая атлетика – бег на средние и длинные дистанции (II функциональная группа)							
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		12,0	13,0	11,8	12,8	11,6	12,6
Бег на 150 м	с	не более		не более		не более	
		35,0	37,0	34,8	36,8	34,6	36,6
И.П. – стоя или сидя. Бросок медицинбола вперед двумя руками от груди весом 2 кг (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	-	2	-	3	-
И.П. – стоя или сидя. Бросок медицинбола вперед двумя руками от груди весом 1 кг (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		-	1	-	2	-	3
И.П. – стоя. Прыжок в длину с места (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Бег на 30 м	с	не более		не более		не более	
		6,5	7,0	6,3	6,8	6,1	6,6
Бег на 400 м	с	не более		не более		не более	
		115,0	-	110,0	-	105,0	-
Бег на 300 м	с	не более		не более		не более	
		-	95,0	-	94,8	-	94,6
Для спортивных дисциплин легкая атлетика – бег на короткие дистанции, легкая атлетика – прыжки (III функциональная группа)							
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		11,2	11,5	11,0	11,3	10,8	11,1
Бег на 150 м	с	не более		не более		не более	
		30,0	35,0	29,8	34,8	28,6	34,6
И.П. – стоя. Бросок медицинбола вперед двумя руками от груди весом 2 кг (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	-	2	-	-	-
И.П. – стоя. Бросок медицинбола вперед двумя руками от груди весом 1 кг (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		-	1	-	2	-	-
И.П. – стоя. Прыжок в длину с места (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Бег на 30 м	с	не более		не более		не более	
		6,1	6,5	5,9	6,3	5,7	6,1
Для спортивной дисциплины легкая атлетика – бег на средние и длинные дистанции (III функциональная группа)							
Бег на 1000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		5.20	6.20	5.0	6.0	4.40	5.40
Бег на 300 м	с	не более		не более		не более	
		75,0	85,0	73,0	83,0	71,0	81,0
И.П. – стоя. Прыжок в длину с места (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3

расстояние)							
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		11,5	12,0	11,3	11,8	11,1	11,6
Для спортивной дисциплины легкая атлетика – метания (I функциональная группа)							
И.П. – сидя. Бросок теннисного мяча правой и левой рукой (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		7	6	8	7	9	8
И.П. – сидя. Бросок медицинбола вперед двумя руками от груди весом 2 кг (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	-	2	-	3	-
И.П. – сидя. Бросок медицинбола вперед двумя руками от груди весом 1 кг (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		-	1	-	2	-	3
И.П. – лежа на спине. Сгибание разгибание рук с штангой весом 10 кг	количество раз	максимальное	-	максимальное	-	максимальное	-
И.П. – лежа на спине. Сгибание разгибание рук с гантелями весом 3 кг	количество раз	-	максимальное	-	максимальное	-	максимальное
Для спортивной дисциплины легкая атлетика – метания (II функциональная группа)							
И.П. – лежа на спине. Сгибание разгибание рук со штангой весом 10 кг	количество раз	максимальное	-	максимальное	-	максимальное	-
И.П. – лежа на спине. Сгибание разгибание рук с гантелями весом 3 кг	количество раз	-	максимальное	-	максимальное	-	максимальное
Бег на 30 м	с	не более		не более		не более	
		7,5	8,5	7,3	8,3	7,1	8,1
И.П. – сидя. Бросок теннисного мяча правой и левой рукой (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		8	7	9	8	10	9
И.П. – сидя. Бросок медицинбола вперед двумя руками от груди весом 2 кг (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	-	2	-	3	-
И.П. – сидя. Бросок медицинбола вперед двумя руками от груди весом 1 кг	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		-	1	-	2	-	3

Для спортивной дисциплины легкая атлетика – метания (III функциональная группа)							
И.П. – полуприсед в «машине Смита». Вставание со штангой весом 20 кг	количество раз	максимальное	-	максимальное	-	максимальное	-
И.П. – полуприсед в «машине Смита». Вставание со штангой весом 10 кг	количество раз	-	максимальное	-	максимальное	-	максимальное
И.П. – лежа на спине. Сгибание разгибание рук со штангой весом 15 кг	количество раз	максимальное	-	максимальное	-	максимальное	-
И.П. – лежа на спине. Сгибание разгибание рук с гантелями весом 3 кг	количество раз	-	максимальное	-	максимальное	-	максимальное
И.П. – сидя. Бросок медицинбола вперед двумя руками от груди весом 2 кг (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	-	2	-	3	-
И.П. – сидя. Бросок медицинбола вперед двумя руками от груди весом 1 кг (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		-	1	-	2	-	3
И.П. – стоя. Прыжок в длину с места (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Бег на 30 м	с	не более		не более		не более	
		7,0	7,0	6,8	6,8	6,6	6,6
И.П. – сидя. Бросок теннисного мяча правой и левой рукой на максимальное расстояние	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		9	8	10	9	11	10
Для спортивной дисциплины настольный теннис (I функциональная группа)							
Бег на колясках 500 м (за минимальное время)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Бег на колясках 30 м	с	не более		не более		не более	
		17,0	17,0	16,8	16,8	16,6	16,6
Прокат «змейкой» на колясках между 7 вешками (30 м)	с	не более		не более		не более	
		30,0	30,0	25,0	25,0	23,0	23,0
Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		10	10	12	11	14	12
И.П. – сидя. Метание мяча для настольного тенниса по очереди каждой рукой	м	не менее		не менее		не менее	
		2	2	2,5	2,5	3,0	3,0

Для спортивной дисциплины настольный теннис (II, III функциональные группы)							
Бег на 400 м	мин, с	За минимальное время					
Бег на 30 м	с	не более		не более		не более	
		12,0	12,0	11,8	11,8	11,6	11,6
И.П. – сидя или стоя. Бросок медицинбола весом 1 кг двумя руками из-за головы	м	не менее		не менее		не менее	
		4,80	4,80	5,0	4,90	5,20	5,0
Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		10	10	12	11	14	12
И.П. – стоя или сидя. Метание мяча для настольного тенниса по очереди каждой рукой	м	не менее		не менее		не менее	
		3	3	3,5	3,2	4,0	3,4
И.П. – лежа на спине. Подъем туловища	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		25	25	30	30	35	35
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		7	7	9	8	11	9
Для спортивной дисциплины плавание (I функциональная группа)							
И.П. – лежа на спине. Имитация плавательных движений рук на суше	с	не менее		не менее		не менее	
		45,0	40,0	43,0	38,0	41,0	36,0
Плавание 25 м (за минимальное время)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
И.П. – лежа на спине. Жим гантелей весом 1 кг	количество раз	Максимальное					
И.П. – лежа на спине. Жим снаряда весом не менее 5 кг на время	количество раз	Максимальное					
Для спортивной дисциплины плавание (II функциональная группа)							
Плавание 50 м (за минимальное время)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
И.П. – лежа на спине. Жим гантелей весом 1 кг	количество раз	Максимальное					
И.П. – стоя. Многоскок из 5 прыжков (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью	количество раз	Максимальное					

И.П. – лежа на спине. Жим снаряда весом не менее 5 кг на время	количество раз	Максимальное					
И.П. – стоя. Прыжок в длину с места (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Для спортивной дисциплины плавание (III функциональная группа)							
Плавание 100 м (за минимальное время)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
И.П. – лежа на спине. Жим гантелей весом 1 кг	количество раз	Максимальное					
И.П. – стоя. Многоскок из 5 прыжков (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью	количество раз	Максимальное					
И.П. – лежа на спине. Жим снаряда весом не менее 5 кг на время	количество раз	Максимальное					
И.П. – стоя. Прыжок в длину с места (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Для спортивной дисциплины стендовая стрельба (I, II, III функциональные группы)							
Кистевая динамометрия максимальная	кг	не менее		не менее		не менее	
		18	18	20	19	22	20
Бег или бег на коляске 300 м (в зависимости от поражения ОДА) (за минимальное время)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
И.П. – стоя на одной ноге. Глаза закрыты, руки скрещены, ладони на плечах. Удержание баланса	с	не менее		не менее		не менее	
		10,0	10,0	12,0	12,0	14,0	14,0
И.П. – сидя или стоя. Бросок медицинбола (1 кг) руками или рукой из-за головы (в зависимости от поражения ОДА) (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
И.П. – лежа на спине. Жим гантелей весом 2 кг	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		10	10	12	11	14	12

И.П. – стоя. Прыжок в длину с места (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
И.П. – лежа на спине. Подъем туловища	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		25	25	27	26	29	27
Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		7	7	9	8	11	9
Для спортивной дисциплины фехтование (I функциональная группа)							
И.П. – сидя. Бросок медицинбола (1 кг) рабочей рукой от груди	м	не менее		не менее		не менее	
		4	4	4,5	4,2	5,0	4,4
И.П. – лежа на спине. Жим гантелей весом 1 кг	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		7	7	9	8	11	9
И.П. – лежа на спине. Жим гантелей весом 2 кг	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		4	4	6	5	8	6
И.П. – лежа на спине. Маховые движения рук	с	не менее		не менее		не менее	
		40,0	40,0	50,0	45,0	60,0	50,0
Бег на коляске 200 м (за минимальное время)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Для спортивной дисциплины фехтование (II, III функциональные группы)							
Кистевая динамометрия	кг	не менее		не менее		не менее	
		4	4	6	5	8	6
И.П. – сидя. Бросок медицинбола (1 кг) «рабочей» рукой от груди	м	не менее		не менее		не менее	
		1,5	1,5	2,0	1,7	2,5	1,9
И.П. – сидя. Бросок медицинбола (1 кг) двумя руками из-за головы	м	не менее		не менее		не менее	
		2,5	2,5	3,0	2,7	3,5	2,9
И.П. – лежа на спине. Жим гантелей весом 1 кг	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		8	8	10	9	12	10
И.П. – лежа на спине. Маховые движения рук	с	не менее		не менее		не менее	
		60,0	60,0	70,0	65,0	80,0	70,0
Бег 400 м или бег на коляске 200 м (в зависимости от поражения ОДА) (за минимальное время)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Уровень спортивной квалификации							
Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)				Не устанавливается			
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», «второй спортивный разряд»			

Проходной минимальный балл на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) для спортивной дисциплины «стендовая стрельба (I, II, III функциональные группы)» – 24 балла.

Проходной минимальный балл на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) для спортивной дисциплины «настольный теннис (II, III функциональные группы)» – 21 балл.

Проходной минимальный балл на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) для спортивных дисциплин «баскетбол на колясках (I, II, III функциональные группы)», «легкая атлетика – бег на короткие дистанции, легкая атлетика – бег на средние и длинные дистанции (II функциональная группа)», «легкая атлетика – метания (III функциональная группа)», «плавание (II, III функциональные группы)», «фехтование (II, III функциональные группы)» – 18 баллов.

Проходной минимальный балл на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) для спортивных дисциплин «бочка (I функциональная группа)», «легкая атлетика – бег на короткие дистанции, легкая атлетика – прыжки (III функциональная группа)», «настольный теннис (I функциональная группа)», «фехтование (I функциональная группа)» – 15 баллов.

Проходной минимальный балл на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) для спортивных дисциплин «легкая атлетика – бег на короткие дистанции, легкая атлетика – бег на средние и длинные дистанции (I функциональная группа)», «легкая атлетика – бег на средние и длинные дистанции (III функциональная группа)», «легкая атлетика – метания (II функциональная группа)», «плавание (I функциональная группа)» – 12 баллов.

Проходной минимальный балл на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) для спортивной дисциплины «легкая атлетика – метания (I функциональная группа)» – 9 баллов.

Также обязательным условием для зачисления на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) (свыше трех лет) наличие спортивного разряда.

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды)
для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства
по виду спорта «спорт лиц с поражением ОДА»

Наименование упражнения	Единица измерения	3 балла		4 балла		5 баллов	
		юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки
Для спортивной дисциплины баскетбол на колясках (I, II, III функциональные группы)							
Прокат «змейкой» на колясках между 10 вешками (за минимальное время)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Бег на колясках 100 м	с	не более		не более		не более	
		28,0	28,0	27,8	27,8	27,6	27,6
Бег на колясках 800 м	мин, с	не более		не более		не более	
		4.0	4.0	3.40	3.40	3.20	3.20
И.П. – сидя. Бросок медицинбола весом 1 кг правой и левой рукой вперед (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		8	8	10	9	12	10
И.П. – сидя. Подъем в упор на руках (самостоятельно)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		12	12	14	13	16	14
Для спортивной дисциплины бочка (I функциональная группа)							
И.П. – сидя. Броски мяча в установленную цель, 10 попыток	количество успешных попыток	не менее		не менее		не менее	
		6	6	7	7	8	8
И.П. – сидя. Броски 6 мячей на установленное расстояние	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3

(за минимальное время)							
И.П. – сидя. Броски мяча до средней линии площадки, 10 попыток	количество успешных попыток	не менее		не менее		не менее	
		6	6	7	7	8	8
И.П. – сидя. Броски мяча на точность на заданное расстояние 3, 5 и 7 м, по 10 попыток на каждом расстоянии	количество успешных попыток	не менее		не менее		не менее	
		6	6	7	7	8	8
И.П. – сидя. Броски мяча на точность в определенные точки площадки: середина, по диагонали, по границам корта. По 10 попыток в каждую из точек	количество успешных попыток	не менее		не менее		не менее	
		6	6	7	7	8	8
Для спортивной дисциплины легкая атлетика – бег на короткие дистанции (I функциональная группа)							
Бег на колясках 300 м	с	не более		не более		не более	
		55,0	90,0	54,8	89,8	54,6	89,6
Бег на колясках 60 м	с	не более		не более		не более	
		16,5	22,0				
И.П. – сидя. Бросок медицинбола вперед двумя руками от груди весом 3 кг	м	на максимальное расстояние	-	на максимальное расстояние	-	на максимальное расстояние	-
И.П. – сидя. Бросок медицинбола вперед двумя руками от груди весом 2 кг	м	-	на максимальное расстояние	-	на максимальное расстояние	-	на максимальное расстояние
Для спортивной дисциплины легкая атлетика – бег на средние и длинные дистанции (I функциональная группа)							
Бег на колясках 1000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		3.25	3.40	3.05	3.20	2.45	3.0
Бег на колясках 300 м	с	не более		не более		не более	
		55,0	80,0	45,0	70,0	35,0	60,0
Бег на колясках 150 м	с	не более		не более		не более	
		32,0	38,0	30,0	36,0	28,0	34,0
И.П. – сидя. Бросок медицинбола вперед двумя руками от груди весом 3 кг	м	на максимальное расстояние	-	на максимальное расстояние	-	на максимальное расстояние	-
И.П. – сидя. Бросок медицинбола вперед двумя руками от груди весом 2 кг	м	-	на максимальное расстояние	-	на максимальное расстояние	-	на максимальное расстояние
Для спортивных дисциплин легкая атлетика – бег на короткие дистанции, легкая атлетика – прыжки (II функциональная группа)							
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		10,0	11,0	9,8	10,8	9,6	10,6
Бег на 150 м	с	не более		не более		не более	
		26,0	30,0	25,8	29,8	25,6	29,6
И.П. – стоя или сидя.	количество	не менее		не менее		не менее	

Бросок медицинбола вперед двумя руками от груди весом 3 кг (на максимальное расстояние)	раз	1	-	2	-	3	-
И.П. – стоя или сидя. Бросок медицинбола вперед двумя руками от груди весом 2 кг (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		-	1	-	2	-	3
И.П. – стоя. Прыжок в длину с места (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Бег на 30 м	с	не более		не более		не более	
		5,5	6,0	5,3	5,8	5,1	5,6
Для спортивной дисциплины легкая атлетика – бег на средние и длинные дистанции (II функциональная группа)							
Бег на 1000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		3.30	4.20	3.10	4.0	2.50	3.40
Бег на 300 м	с	не более		не более		не более	
		58,0	72,0	57,8	71,8	57,6	71,6
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		10,0	12,0	9,8	11,8	9,6	11,6
И.П. – стоя или сидя. Бросок медицинбола вперед двумя руками от груди весом 3 кг (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	-	2	-	3	-
И.П. – стоя или сидя. Бросок медицинбола вперед двумя руками от груди весом 2 кг (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		-	1	-	2	-	3
Для спортивных дисциплин легкая атлетика – бег на короткие дистанции, легкая атлетика – прыжки (III функциональная группа)							
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		8,5	10,0	8,3	9,8	8,1	9,6
Бег на 150 м	с	не более		не более		не более	
		23,0	27,0				
И.П. – стоя. Бросок медицинбола вперед двумя руками от груди весом 3 кг (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	-	2	-	3	-
И.П. – стоя. Прыжок в длину с места (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Бег на 30 м	с	не более		не более		не более	
		5,0	6,0				
И.П. – стоя. Бросок медицинбола вперед двумя руками от груди весом 2 кг (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		-	1	-	2	-	3

Для спортивной дисциплины легкая атлетика – бег на средние и длинные дистанции (III функциональная группа)							
Бег на 1000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		3.15	3.45	2.55	3.25	2.35	3.05
Бег на 300 м	с	не более		не более		не более	
		55,0	65,0	54,8	64,8	54,6	64,6
И.П. – стоя. Прыжок в длину с места (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		10,0	10,5				
И.П. – стоя. Бросок медицинбола вперед двумя руками от груди весом 3 кг (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	-	2	-	3	-
И.П. – стоя. Бросок медицинбола вперед двумя руками от груди весом 2 кг (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		-	1	-	2	-	3
Для спортивной дисциплины легкая атлетика – метания (I функциональная группа)							
И.П. – сидя. Бросок медицинбола, весом на 1 кг легче соревновательного снаряда, вперед двумя руками от груди (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		8	7	9	8	10	9
И.П. – лежа на спине. Жим штанги весом 10 кг	количество раз	максимальное	максимальное	максимальное	максимальное	максимальное	максимальное
И.П. – сидя. Бросок теннисного мяча правой и левой рукой на максимальное расстояние	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		8	-	9	-	10	-
И.П. – сидя. Бросок теннисного мяча правой и левой рукой на максимальное расстояние	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		-	7	-	8	-	9
Для спортивной дисциплины легкая атлетика – метания (II функциональная группа)							
И.П. – лежа на спине. Жим штанги весом 20 кг	количество раз	Максимальное					
И.П. – сидя. Бросок теннисного мяча правой и левой рукой (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		9	8	10	9	11	10
И.П. – сидя или стоя. Бросок медицинбола, весом на 1 кг легче соревновательного	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		9	8	10	9	11	10

снаряда, вперед двумя руками от груди							
И.П. – полуприсед в «машине Смита». Вставание со штангой весом 45 кг	количество раз	максимальное	-	максимальное	-	максимальное	-
И.П. – полуприсед в «машине Смита». Вставание со штангой весом 35 кг	количество раз	-	максимальное	-	максимальное	-	максимальное
Для спортивной дисциплины легкая атлетика – метания (III функциональная группа)							
И.П. – полуприсед в «машине Смита». Вставание со штангой весом 55 кг	количество раз	максимальное	-	максимальное	-	максимальное	-
И.П. – полуприсед в «машине Смита». Вставание со штангой весом 40 кг	количество раз	-	максимальное	-	максимальное	-	максимальное
И.П. – лежа на спине. Жим штанги весом 30 кг	количество раз	Максимальное					
И.П. – стоя. Прыжок в длину с места (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Бег на 30 м	с	не более		не более		не более	
		6,0	6,5				
И.П. – стоя. Бросок теннисного мяча правой и левой рукой (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		10	9	11	10	12	11
И.П. – стоя. Бросок медицинбола вперед, весом на 1 кг легче соревновательного снаряда, двумя руками от груди (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		10	9	11	10	12	11
Для спортивной дисциплины настольный теннис (I функциональная группа)							
Бег на колясках 800 м	мин	не более		не более		не более	
		4	4	3,40	3,40	3,20	3,20
Бег на колясках 100 м	с	не более		не более		не более	
		28,0	28,0	27,8	27,8	27,6	27,6
Прокат «змейкой» на колясках между 10 вешками (30 м)	с	не более		не более		не более	
		60,0	60,0	59,8	59,8	59,6	59,6
И.П. – сидя. Подъем в упор на руках (самостоятельно)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		12	12	14	13	16	14
И.П. – сидя. Попеременная тяга руками резинового амортизатора (самостоятельно)	с	не менее		не менее		не менее	
		45,0	45,0	60,0	60,0	75,0	75,0

И.П. – сидя. Удар теннисной ракеткой по мячу на дальность	м	не менее		не менее		не менее	
		4	4	4,5	4,2	5,0	4,4
И.П. – сидя. Толкание медицинбола весом 1 кг вперед каждой рукой (за 1 мин)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		8	8	10	9	12	10
Для спортивной дисциплины настольный теннис (II, III функциональные группы)							
Бег на 800 м	мин	не более		не более		не более	
		3	4	2.40	3.40	2.20	3.20
Бег на 100 м	с	не более		не более		не более	
		20,0	20,0	19,8	19,8	19,6	19,6
Бег «змейкой» между 10 вешками (30 м)	с	не более		не более		не более	
		30,0	30,0	29,8	29,8	29,6	29,6
И.П. – сидя. Подъем в упор на руках (самостоятельно)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		14	14	16	15	18	16
И.П. – сидя или стоя. Попеременная тяга руками резинового амортизатора (самостоятельно)	с	не менее		не менее		не менее	
		45,0	45,0	60,0	60,0	75,0	75,0
И.П. – сидя или стоя. Удар теннисной ракеткой по мячу на дальность	м	не менее		не менее		не менее	
		5	5	5,5	5,2	6,0	5,4
И.П. – сидя. Толкание медицинбола весом 1 кг вперед каждой рукой (за 1 мин)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		9	9	11	10	12	11
Для спортивной дисциплины плавание (I функциональная группа)							
И.П. – лежа на спине. Жим снаряда весом не менее 6 кг	количество раз	максимальное	-	максимальное	-	максимальное	-
И.П. – лежа на спине. Жим снаряда весом не менее 5 кг	количество раз	-	максимальное	-	максимальное	-	максимальное
Плавание избранном стилем с учетом техники выполнения	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Плавание избранном стилем 50 м (за минимальное время)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
И.П. – лежа на спине. Жим гантелей весом 1 кг	количество раз	Максимальное					
Для спортивной дисциплины плавание (II функциональная группа)							
И.П. – лежа на спине. Жим гантелей весом 1,2 кг	количество раз	максимальное	-	максимальное	-	максимальное	-
И.П. – лежа на спине. Жим гантелей весом 1 кг	количество раз	-	максимальное	-	максимальное	-	максимальное

Плавание избранным стилем 100 м (за минимальное время)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Плавание избранным стилем с учетом техники выполнения	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
И.П. – стоя. Многоскок из 5 прыжков на максимальное расстояние	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью	количество раз	Максимальное					
И.П. – лежа на спине. Жим снаряда весом не менее 6 кг на время	количество раз	Максимальное					
И.П. – стоя. Прыжок в длину с места на максимальное расстояние	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Для спортивной дисциплины плавание (III функциональная группа)							
Плавание избранным стилем 200 м (за минимальное время)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Плавание избранным стилем с учетом техники выполнения	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
И.П. – лежа на спине. Жим гантелей весом 1,2 кг	количество раз	Максимальное					
И.П. – стоя. Многоскок из 5 прыжков на (максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью	количество раз	Максимальное					
И.П. – лежа на спине. Жим снаряда весом не менее 7 кг на время	количество раз	Максимальное					
И.П. – стоя. Прыжок в длину с места (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Для спортивной дисциплины стендовая стрельба – I, II, III функциональные группы							
Кистевая динамометрия	кг	не менее		не менее		не менее	
		23	23	25	24	27	25
Бег или бег на коляске 400 м (в зависимости от	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3

поражения ОДА) (за минимальное время)							
И.П. – стоя на одной ноге. Глаза закрыты, руки скрещены, ладони на плечах. Удержание баланса	с	не менее		не менее		не менее	
		15,0	15,0	20,0	20,0	25,0	25,0
И.П. – сидя или стоя. Бросок медицинбола (2 кг) руками или рукой из-за головы (в зависимости от поражения ОДА) (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
И.П. – лежа на спине. Жим гантелей весом 3 кг	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		10	10				
И.П. – стоя. Прыжок в длину с места (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		8	8	10	9	12	10
Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		8	-	9	-	10	-
Для спортивной дисциплины фехтование (I функциональная группа)							
И.П. – сидя. Бросок медицинбола (1 кг) рабочей рукой от груди	м	не менее		не менее		не менее	
		1,5	1,5	2,0	1,7	2,5	1,9
И.П. – лежа на спине. Жим гантелей весом 1 кг	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		8	8	10	9	12	10
И.П. – лежа на спине. Жим гантелей весом 2 кг	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		5	5	7	6	9	7
И.П. – лежа на спине. Маховые движения рук	с	не менее		не менее		не менее	
		50	50	60	55	70	60
Бег на коляске 200 м (за минимальное время)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Для спортивной дисциплины фехтование (II, III функциональные группы)							
Кистевая динамометрия рабочей руки	кг	не менее		не менее		не менее	
		6	6	8	7	10	8
И.П. – сидя. Бросок медицинбола (1 кг) рабочей рукой от груди	м	не менее		не менее		не менее	
		2	2	2,5	2,2	3,0	2,4
И.П. – сидя. Бросок медицинбола (1 кг) двумя руками из-за головы	м	не менее		не менее		не менее	
		3	3	3,5	3,2	4,0	3,4
И.П. – лежа на спине.	количество	не менее		не менее		не менее	

Жим гантелей весом 1 кг	раз	10	10	12	11	14	12
И.П. – лежа на спине. Жим гантелей весом 2 кг	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		6	6	8	7	10	8
И.П. – лежа на спине. Маховые движения рук	с	не менее		не менее		не менее	
		70,0	70,0				
Бег 400 м или бег на коляске 200 м (за минимальное время)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Уровень спортивной квалификации							
Для спортивных дисциплин баскетбол на колясках, бочча, стендовая стрельба			Спортивный разряд «первый спортивный разряд»				
Для спортивных дисциплин легкая атлетика – бег на короткие дистанции, легкая атлетика – бег на средние и длинные дистанции, легкая атлетика – метания, легкая атлетика – прыжки, настольный теннис, плавание, фехтование			Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»				

Проходной минимальный балл на этапе совершенствования спортивного мастерства для спортивной дисциплины «стендовая стрельба – I, II, III функциональные группы» для юношей – 24 балла, для девушек – 21 балл.

Проходной минимальный балл на этапе совершенствования спортивного мастерства для спортивных дисциплин «настольный теннис (I, II, III функциональные группы)», дисциплины плавание (II, III функциональные группы)», «фехтование (II, III функциональные группы)» – 21 балл.

Проходной минимальный балл на этапе совершенствования спортивного мастерства для спортивной дисциплины «легкая атлетика – метания (III функциональная группа)» – 18 баллов.

Проходной минимальный балл на этапе совершенствования спортивного мастерства для спортивных дисциплин «баскетбол на колясках (I, II, III функциональные группы)», бочча (I функциональная группа)», «легкая атлетика – бег на короткие дистанции, легкая атлетика – прыжки (II функциональная группа)», «легкая атлетика – бег на короткие дистанции, легкая атлетика – прыжки (III функциональная группа)», «легкая атлетика – бег на средние и длинные дистанции (III функциональная группа)», «фехтование (I функциональная группа)» – 15 баллов.

Проходной минимальный балл на этапе совершенствования спортивного мастерства для спортивных дисциплин «легкая атлетика – бег на средние и длинные дистанции (I функциональная группа)», «легкая атлетика – бег на средние и длинные дистанции (II функциональная группа)», «легкая атлетика – метания (II функциональная группа)», «плавание (I функциональная группа)» – 12 баллов.

Проходной минимальный балл на этапе совершенствования спортивного мастерства для спортивных дисциплин «легкая атлетика – бег на короткие дистанции (I функциональная группа)», «легкая атлетика – метания (I функциональная группа)» – 9 баллов.

Также обязательным условием для зачисления на этап совершенствования спортивного мастерства для спортивных дисциплин «баскетбол на колясках», «бочча», «стендовая стрельба» является наличие спортивного разряда «первый спортивный разряд». Для спортивных дисциплин «легкая атлетика – бег на короткие дистанции», «легкая атлетика – бег на средние и длинные дистанции», «легкая атлетика – метания», «легкая атлетика – прыжки», «настольный теннис», «плавание», «фехтование» - наличие спортивного разряда «кандидат в мастера спорта».

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды и спортивные звания) для зачисления и перевода на
этап высшего спортивного мастерства
по виду спорта «спорт лиц с поражением ОДА»

Наименование упражнения	Единица измерения	3 балла		4 балла		5 баллов	
		юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки

Для спортивной дисциплины баскетбол на колясках (I, II, III функциональные группы)							
Прокат «змейкой» на колясках между 10 вешками (за минимальное время)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Бег на колясках 100 м	с	не более		не более		не более	
		26,0	26,0	25,8	25,8	25,6	25,6
Бег на колясках 800 м	мин, с	не более		не более		не более	
		3.45	3.45	3.25	3.25	3.05	3.05
И.П. – сидя. Бросок медицинбола весом 2 кг правой и левой рукой вперед (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		10	10	12	11	14	12
И.П. – сидя. Подъем в упор на руках (самостоятельно)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		15	15	17	16	19	17
Ведение мяча 50 м, бросок мяча в корзину из разных положений на площадке с учетом техники выполнения	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Для спортивной дисциплины бочча (I функциональная группа)							
И.П. – сидя. Броски мяча в установленную цель, 10 попыток	количество успешных попыток	не менее		не менее		не менее	
		8	8	9	9	10	10
И.П. – сидя. Броски 6 мячей на установленное расстояние (за минимальное время)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
И.П. – сидя. Броски мяча до средней линии площадки, 12 попыток	количество успешных попыток	не менее		не менее		не менее	
		8	8	9	9	10	10
И.П. – сидя. Броски мяча на точность на заданное расстояние 3, 5 и 7 м. По 10 попыток на каждом расстоянии	количество успешных попыток	не менее		не менее		не менее	
		8	8	9	9	10	10
И.П. – сидя. Броски мяча на точность в определенные точки площадки: середина, по диагонали, по границам корта. По 10 попыток в каждую из точек	количество успешных попыток	не менее		не менее		не менее	
		8	8	9	9	10	10
Для спортивной дисциплины легкая атлетика – бег на короткие дистанции (I функциональная группа)							
Бег на колясках 300 м	с	не более		не более		не более	
		51,0	84,0	48,0	81,0	45,0	78,0
Бег на колясках 150 м	с	не более		не более		не более	
		28,0	37,0	25,0	34,0	22,0	31,0
Бег на колясках 60 м	с	не более		не более		не более	

		15,5	20,5	15,2	20,2	14,9	19,9
И.П. – сидя. Бросок медицинбола вперед двумя руками от груди весом 3 кг (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	-	2	-	3	-
И.П. – сидя. Бросок медицинбола вперед двумя руками от груди весом 2 кг (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		-	1	-	2	-	3
Для спортивной дисциплины легкая атлетика – бег на средние и длинные дистанции (I функциональная группа)							
Бег на колясках 1000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		3.05	3.25	2.45	3.05	2.25	2.45
Бег на колясках 600 м	мин, с	не более		не более		не более	
		1.30	2.10	1.10	1.50	0.50	1.30
Бег на колясках 300 м	с	не более		не более		не более	
		51,5	72,0	51,3	71,8	51,1	71,6
Бег на колясках 150 м	с	не более		не более		не более	
		29,0	34,0	28,8	33,8	28,6	33,6
И.П. – сидя. Бросок медицинбола вперед двумя руками от груди весом 2 кг (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Для спортивных дисциплин легкая атлетика – бег на короткие дистанции, легкая атлетика – прыжки (II функциональная группа)							
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		9,5	10,6	9,3	10,4	9,1	10,2
Бег на 150 м	с	не более		не более		не более	
		24,5	27,0	24,3	26,8	24,1	26,6
И.П. – стоя или сидя. Бросок медицинбола вперед двумя руками от груди весом 3 кг (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	-	2	-	3	-
И.П. – стоя или сидя. Бросок медицинбола вперед двумя руками от груди весом 2 кг (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		-	1	-	2	-	3
И.П. – стоя. Прыжок в длину с места (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Бег на 30 м	с	не более		не более		не более	
		5,2	5,5	5,0	5,3	4,8	5,1
Для спортивной дисциплины легкая атлетика – бег на средние и длинные дистанции (II функциональная группа)							
Бег на 1000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		3.15	4.10	2.55	3.50	2.35	3.30
Бег на 150 м	с	не более		не более		не более	
		25,5	30,0	25,3	29,8	25,1	29,6
Бег на 300 м	с	не более		не более		не более	
		55,0	70,0	54,8	69,8	54,6	69,6

Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		9,5	11,5				
И.П. – стоя или сидя. Бросок медицинбола вперед двумя руками от груди весом 3 кг (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	-	2	-	3	-
И.П. – стоя или сидя. Бросок медицинбола вперед двумя руками от груди весом 2 кг (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		-	1	-	2	-	3
Для спортивных дисциплин легкая атлетика – бег на короткие дистанции, легкая атлетика – прыжки (III функциональная группа)							
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		8,8	9,0	8,6	8,8	8,4	8,6
Бег на 150 м	с	не более		не более		не более	
		20,0	25,0	19,8	24,8	19,6	24,6
Бег на 30 м	с	не более		не более		не более	
		4,6	5,0	4,4	4,8	4,2	4,6
И.П. – стоя. Прыжок в длину с места (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
И.П. – стоя. Бросок медицинбола вперед двумя руками от груди весом 3 кг (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	-	2	-	3	-
И.П. – стоя. Бросок медицинбола вперед двумя руками от груди 2 кг (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		-	1	-	2	-	3
Для спортивной дисциплины легкая атлетика – бег на средние и длинные дистанции (III функциональная группа)							
Бег на 1000 м	мин, с	не более		не более		не более	
		3.00	3.35	2.40	3.15	2.20	2.55
Бег на 150 м	с	не более		не более		не более	
		24,5	27,0	24,3	26,8	24,1	26,6
Бег на 300 м	с	не более		не более		не более	
		52,0	60,0	51,8	59,8	51,6	59,6
И.П. – стоя. Прыжок в длину с места (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Бег на 60 м	с	не более		не более		не более	
		9,2	10,0				
Для спортивной дисциплины легкая атлетика – метания (I функциональная группа)							
И.П. – лежа на спине. Жим штанги весом не менее 40 кг	количество раз	максимальное	-	максимальное	-	максимальное	-
И.П. – лежа на спине. Жим штанги весом не менее 20 кг	количество раз	-	максимальное	-	максимальное	-	максимальное

И.П. – сидя. Бросок теннисного мяча правой и левой рукой по 9 раз для мужчин, по 8 раз для женщин (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
И.П. – сидя. Бросок медицинбола, весом на 1 кг легче соревновательного снаряда, вперед двумя руками от груди (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Подтягивание из виса на низкой перекладине	количество раз	Максимальное					
Для спортивной дисциплины легкая атлетика – метания (II функциональная группа)							
И.П. – лежа на спине. Жим штанги весом не менее 60 кг	количество раз	максимальное	-	максимальное	-		
И.П. – лежа на спине. Жим штанги весом не менее 30 кг	количество раз	-	максимальное	-	максимальное		
И.П. – сидя. Бросок теннисного мяча правой и левой рукой (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		10	-	12	-	14	-
И.П. – сидя. Бросок теннисного мяча правой и левой рукой (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		-	9	-	10	-	11
И.П. – полуприсед в «машине Смита». Вставание со штангой весом не менее 55 кг	количество раз	максимальное	-	максимальное	-		
И.П. – полуприсед в «машине Смита». Вставание со штангой весом не менее 45 кг	количество раз	-	максимальное	-	максимальное		
И.П. – сидя или стоя. Бросок медицинбола, весом на 1 кг легче соревновательного снаряда, вперед двумя руками от груди (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Для спортивной дисциплины легкая атлетика – метания (III функциональная группа)							
И.П. – полуприсед в «машине Смита». Вставание со штангой весом 70 кг	количество раз	максимальное	-	максимальное	-		
И.П. – полуприсед в «машине Смита». Вставание со штангой весом 45 кг	количество раз	-	максимальное	-	максимальное		

И.П. – лежа на спине. Жим штанги весом 65 кг	количество раз	максимальное	-	максимальное	-		
И.П. – лежа на спине. Жим штанги весом 35 кг	количество раз	-	максимальное	-	максимальное		
И.П. – стоя. Прыжок в длину с места (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Бег на 30 м	с	не более		не более		не более	
		5,5	6,0				
И.П. – стоя. Бросок теннисного мяча правой и левой рукой по 11 раз для мужчин, по 10 раз для женщин (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
И.П. – стоя. Бросок медицинбола вперед, весом на 1 кг легче соревновательного снаряда (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Для спортивной дисциплины настольный теннис (I функциональная группа)							
Бег на колясках 600 м (за минимальное время)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Кистевая динамометрия	кг	не менее		не менее		не менее	
		23	23	25	24	27	25
Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		7	-	8	-	9	-
И.П. – сидя. Бросок медицинбола весом 1 кг вперед двумя руками из-за головы	м	не менее		не менее		не менее	
		9	9	9,5	9,2	10,0	9,4
Для спортивной дисциплины настольный теннис (II, III функциональные группы)							
Бег 800 м (за минимальное время)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Кистевая динамометрия	кг	не менее		не менее		не менее	
		25	25	27	26	29	27
И.П. – стоя. Прыжок в длину с места (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
И.П. – стоя. Прыжки через скамейку в течение 1 мин	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		60	60	70	70	80	80
Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		9	-	10	-	11	-
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		-	15	-	16	-	17
И.П. – стоя. Бросок	м	не менее		не менее		не менее	

медицинбола весом 1 кг вперед двумя руками из-за головы		10	10	10,5	10,2	11,0	10,4
Для спортивной дисциплины плавание (I функциональная группа)							
Старт, поворот на дистанции в бассейне с учетом техники выполнения	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Плавание избранным стилем 100 м (за минимальное время)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
И.П. – лежа на спине. Жим гантелей весом 1 кг	количество раз	Максимальное					
И.П. – лежа на спине. Жим снаряда весом не менее 6 кг	количество раз	максимальное	-	максимальное	-		
И.П. – лежа на спине. Жим снаряда весом не менее 5 кг	количество раз	-	максимальное	-	максимальное		
Для спортивной дисциплины плавание (II функциональная группа)							
Плавание избранным стилем 200 м (за минимальное время)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Старт, поворот на дистанции в бассейне с учетом техники выполнения	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
И.П. – лежа на спине. Жим гантелей весом 1,5 кг	количество раз	максимальное	-	максимальное	-		
И.П. – лежа на спине. Жим гантелей весом 1 кг	количество раз	-	максимальное	-	максимальное		
И.П. – стоя. Многоскок из 5 прыжков (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью	количество раз	Максимальное					
И.П. – лежа на спине. Жим снаряда весом не менее 7 кг на время	количество раз	максимальное	-	максимальное	-		
И.П. – лежа на спине. Жим снаряда весом не менее 6 кг на время	количество раз	-	максимальное	-	максимальное		
И.П. – стоя. Прыжок в длину с места (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3

Для спортивной дисциплины плавание (III функциональная группа)							
Плавание избранным стилем 400 м (за минимальное время)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Плавание всеми стилями с учетом техники выполнения	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
И.П. – лежа на спине. Жим гантелей весом 1,5 кг	количество раз	максимальное	-	максимальное		-	
И.П. – лежа на спине. Жим гантелей весом 1 кг	количество раз	-	максимальное	-		максимальное	
И.П. – стоя. Многоскок из 5 прыжков (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи	количество раз	Максимальное					
И.П. – лежа на спине. Жим снаряда весом не менее 8 кг	количество раз	максимальное	-	максимальное		-	
И.П. – лежа на спине. Жим снаряда весом не менее 7 кг	количество раз	-	максимальное	-		максимальное	
И.П. – стоя. Прыжок в длину с места (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Для спортивной дисциплины стендовая стрельба (I, II, III функциональные группы)							
Кистевая динамометрия	кг	не менее		не менее		не менее	
		25	25	27	26	29	27
Бег или бег на коляске 500 м (в зависимости от поражения ОДА) (за минимальное время)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
И.П. – стоя на одной ноге. Глаза закрыты, руки скрещены, ладони на плечах, удержание баланса	с	не менее		не менее		не менее	
		20,0	20,0	25,0	25,0	30,0	30,0
И.П. – сидя или стоя. Бросок медицинбола (2 кг) руками (рукой) из-за головы (в зависимости от поражения ОДА) (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3

И.П. – лежа на спине. Жим гантелей весом 4 кг	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		10	10	12	11	14	12
И.П. – стоя. Прыжок в длину с места (на максимальное расстояние)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях	количество раз	Максимальное					
Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	Максимальное					
Для спортивной дисциплины фехтование (I функциональная группа)							
И.П. – сидя. Бросок медицинбола (1 кг) рабочей рукой от груди	м	не менее		не менее		не менее	
		2	2	2,5	2,2	3,0	2,4
И.П. – лежа на спине. Жим гантелей весом 1 кг	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		10	10	12	11	14	12
И.П. – лежа на спине. Жим гантелей весом 2 кг	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		6	6	8	7	10	8
И.П. – лежа на спине. Маховые движения рук	с	не менее		не менее		не менее	
		60,0	60,0	75,0	75,0	90,0	90,0
Бег на коляске 200 м (за минимальное время)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Для спортивной дисциплины фехтование (II, III функциональная группа)							
Кистевая динамометрия рабочей руки	кг	не менее		не менее		не менее	
		8	8	10	9	12	10
И.П. – сидя. Бросок медицинбола (1 кг) рабочей рукой от груди	м	не менее		не менее		не менее	
		2,5	2,5	3,0	2,7	3,5	2,9
И.П. – сидя. Бросок медицинбола (1 кг) двумя руками из-за головы	м	не менее		не менее		не менее	
		3,5	3,5	4,0	3,7	4,5	3,9
И.П. – лежа на спине. Жим гантелей весом 1 кг	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		12	12	14	13	16	14
И.П. – лежа на спине. Жим гантелей весом 2 кг	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		8	8	10	9	12	10
И.П. – лежа на спине. Маховые движения рук	с	не менее		не менее		не менее	
		90	90	105	105	120	120
Бег 400 м или бег на коляске 200 м (за минимальное время)	количество раз	не менее		не менее		не менее	
		1	1	2	2	3	3
Уровень спортивной квалификации							
Для спортивных дисциплин баскетбол на колясках,				Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»			

бочча, стендовая стрельба	
Для спортивных дисциплин легкая атлетика – бег на короткие дистанции, легкая атлетика – бег на средние и длинные дистанции, легкая атлетика – метания, легкая атлетика – прыжки, настольный теннис, плавание, фехтование	Спортивное звание «мастер спорта России»

Проходной минимальный балл на этапе высшего спортивного мастерства для спортивной дисциплины «стендовая стрельба (I, II, III функциональные группы)» – 24 балла.

Проходной минимальный балл на этапе высшего спортивного мастерства для спортивных дисциплин «плавание (II, III функциональные группы)», «фехтование (II, III функциональная группа)» – 21 балл.

Проходной минимальный балл на этапе высшего спортивного мастерства для спортивных дисциплин «баскетбол на колясках (I, II, III функциональные группы)», «легкая атлетика – метания (III функциональная группа)», «настольный теннис (II, III функциональные группы)» – 18 баллов.

Проходной минимальный балл на этапе высшего спортивного мастерства для спортивных дисциплин «бочча (I функциональная группа)», «легкая атлетика – бег на средние и длинные дистанции (I функциональная группа)», «легкая атлетика – бег на короткие дистанции, легкая атлетика – прыжки (II функциональная группа)», «легкая атлетика – бег на средние и длинные дистанции (II функциональная группа)», «легкая атлетика – бег на короткие дистанции, легкая атлетика – прыжки (III функциональная группа)», «легкая атлетика – бег на средние и длинные дистанции (III функциональная группа)», «фехтование (I функциональная группа)» – 15 баллов.

Проходной минимальный балл на этапе высшего спортивного мастерства для спортивных дисциплин «легкая атлетика – бег на короткие дистанции (I функциональная группа)», «легкая атлетика – метания (I, II функциональные группы)», «плавание (I функциональная группа)» – 12 баллов.

Проходной минимальный балл на этапе высшего спортивного мастерства для спортивной дисциплины «настольный теннис (I функциональная группа)» для юношей – 12 баллов, для девушек – 9 баллов.

Также обязательным условием для зачисления на этап высшего спортивного мастерства для спортивных дисциплин «баскетбол на колясках», «бочча», «стендовая стрельба» является наличие спортивного разряда «кандидат в мастера спорта». Для спортивных дисциплин «легкая атлетика – бег на короткие дистанции», «легкая атлетика – бег на средние и длинные дистанции», «легкая атлетика – метания», «легкая атлетика – прыжки», «настольный теннис», «плавание», «фехтование» - «мастер спорта России».

Приложение № 5
к Правилам приема на обучение по
дополнительным образовательным
программам спортивной подготовки,
утвержденным приказом МБУ ДО «СШ
по адаптивным видам спорта» г.
Челябинска
от «25» апреля 2023г. №31

Форма

АПЕЛЛЯЦИЯ
по результатам приема в МБУ ДО «СШ по адаптивным
видам спорта» г. Челябинска

Прошу пересмотреть результаты индивидуального отбора на обучение по
дополнительной образовательной программе спортивной подготовки, состоявшегося
«___» _____ 20__ г., в отношении
_____ в связи:

указать причины

а) с нарушением процедуры отбора, выразившимся в

б) с несогласием с результатами отбора

«___» _____ 20__ г. _____ / _____ /