

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

п/п	Упражнения	Единица измерения	ЭНП – 1		ЭНП – 2		ЭНП – 3	
			Мальчики	Девочки	Мальчики	Девочки	Мальчики	Девочки
Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины «футбол»								
1.	Челночный бег 3 * 10	С	не более		не более		не более	
			-	-	9,30	10,30	9,20	10,20
2.	Бег 10 м с высокого старта	С	не более		не более		не более	
			2,35	2,50	2,30	2,40	2,25	2,35
3.	Бег 30 м	С	не более		не более		не более	
			-	-	6,0	6,5	5,8	6,2
4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	См	не менее		не менее		не менее	
			100	90	120	110	140	130
Нормативы технической подготовки для спортивной дисциплины «футбол»								
5.	Ведение мяча 10 м	С	не более		не более		не более	
			3,20	3,40	3,00	3,20	2,90	3,10
6.	Ведение мяча с изменением направления 10 м (начиная со второго года спортивной подготовки)	С	не более		не более		не более	
			-	-	8,60	8,80	8,70	8,90
7.	Ведение мяча 3*10 м (начиная со второго года спортивной подготовки)	С	не более		не более		не более	
			-	-	11,60	11,80	11,0	11,2
8.	Удар на точность по воротам (10 ударов) (начиная со второго года спортивной подготовки)	количество попаданий	не менее		не менее		не менее	
			-	-	5	4	5	4

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

п/п	Упражнения	Единица измерения	УТЭ – 1		УТЭ – 2		УТЭ – 3		УТЭ – 4		УТЭ – 5	
			Юноши	Девушки	Юноши	Девушки	Юноши	Девушки	Юноши	Девушки	Юноши	Девушки
Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины «футбол»												
1.	Бег 10 м с высокого старта	С	не более		не более		не более		не более		не более	
			2,20	2,30	2,15	2,25	2,10	2,20	2,05	2,15	2,00	2,15
2.	Челночный бег 3 * 10	С	не более		не более		не более		не более		не более	
			8,70	9,00	8,60	8,70	8,50	8,20	8,00	8,10	7,50	8,00
3.	Бег на 30 м	С	не более		не более		не более		не более		не более	
			5,40	5,60	5,20	5,5	5,10	5,40	5,00	5,30	4,90	5,20
4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	С	не менее		не менее		не менее		не менее		не менее	
			160	140	175	165	185	180	200	190	220	200
5.	Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами (начиная с пятого года спортивной подготовки)	См	не менее		не менее		не менее		не менее		не менее	
			-	-	-	-	-	-	-	-	30	27
Нормативы технической подготовки для спортивной дисциплины «футбол»												
6.	Ведение мяча 10 м	С	не более		не более		не более		не более		не более	
			2,60	2,80	2,50	2,70	2,45	2,60	2,40	2,55	2,35	2,50
7.	Ведение мяча с изменением направления 10 м	С	не более		не более		не более		не более		не более	
			7,80	8,00	7,60	7,8	7,45	7,6	7,30	7,5	7,20	7,4
8.	Ведение мяча 3*10 м	С	не более		не более		не более		не более		не более	
			10,00	10,30	9,70	10,20	9,50	10,10	9,30	10,00	9,10	9,30
9.	Удар на точность по воротам (10 ударов)	количество попаданий	не менее		не менее		не менее		не менее		не менее	
			5	4	5	4	5	4	5	4	5	4

10.	Передача мяча в «коридор» (10попыток)	количеств о попаданий	не менее		не менее		не менее		не менее		не менее	
			5	4	5	4	5	4	5	4	5	4
11.	Вбрасывание мяча на дальность (начиная со второго года спортивной подготовки)	М	не менее		не менее		не менее		не менее		не менее	
			-	-	8	6	10	8	12	9	13	10

Уровень спортивной квалификации обучающихся по годам и этапам спортивной подготовки

12.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	Не устанавливается
13.	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»,