

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
спортивная школа Афанасьевского муниципального округа
Кировской области**

Принято на педагогическом совете Протокол №
1 от 30.08.2023 г

Утверждаю
Директор МБУ СШ пгт Афанасьев
Е.С. Сальникова
Приказ № 4/701-05 от 30.08.2023 г



ПОЛОЖЕНИЕ

**о порядке проведения контрольно-переводных нормативов для лиц,
проходящих спортивную подготовку на этапах спортивной подготовки
в муниципальном бюджетном учреждении дополнительного
образования спортивной школе Афанасьевского муниципального
округа Кировской области**

Афанасьев, 2023

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
спортивная школа Афанасьевского муниципального округа
Кировской области**

Принято на педагогическом совете
Протокол № 1 от 30.08.2023 г

Утверждаю
Директор МБУ СШ пгт Афанасьево
_____ Е.С. Сальникова
Приказ № 47/01-05 от 30.08.2023 г

ПОЛОЖЕНИЕ

**о порядке проведения контрольно-переводных нормативов для
лиц, проходящих спортивную подготовку на этапах спортивной
подготовки в муниципальном бюджетном учреждении
дополнительного образования спортивной школе Афанасьевского
муниципального округа Кировской области**

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 4 декабря 2007 г. № 329 «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в РФ», Методическими рекомендациями по организации спортивной подготовки в Российской Федерации (Приказ Минспорта России от 24 октября 2012 года № 325), Приказом Министерства спорта Российской Федерации «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «лыжные гонки» от 17.09.2022 года № 733; Приказом Министерства спорта Российской Федерации «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «полиатлон» от 24 декабря 2021 г. № 1036; Приказом Министерства спорта Российской Федерации «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «волейбол» от 15 ноября 2022 г. № 987; Приказом Министерства спорта Российской Федерации «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «лёгкая атлетика» от 16 ноября 2022 г. № 996; Приказом Министерства спорта Российской Федерации «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «хоккей» от 16 ноября 2022 г. № 997; Устава МБУ СШ пгт Афанасьево.

1.2. Настоящее Положение о порядке проведения контрольно-переводных нормативов для лиц, проходящих спортивную подготовку на этапах спортивной подготовки в муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования спортивной школе Афанасьевского муниципального округа Кировской области (далее – Положение) регламентирует порядок проведения приёмных, контрольных и переводных испытаний по программам спортивной подготовки по видам спорта.

1.3. Контрольно-переводные нормативы является неотъемлемой частью процесса спортивной подготовки, обязательными для всех спортсменов, занимающихся в МБУ СШ пгт Афанасьево

2. Цель, задачи и функции

2.1. Цель: определение уровня физической подготовленности спортсменов, необходимой для занятий конкретным видом спорта при поступлении и для перевода спортсмена на следующий этап спортивной подготовки.

2.2. Задачи:

- отбор перспективных спортсменов для комплектования групп спортивной подготовки по видам спорта;
- выявление степени овладения практическими умениями и навыками спортсменами в избранном виде спорта;
- определение уровня подготовленности спортсменов, динамика роста их результатов;
- определение соотношения прогнозируемых и реальных результатов тренировочной деятельности;

- выявление причин, способствующие или препятствующие полноценной реализации программ спортивной подготовки;
- внесение необходимых коррективов в содержание и методику тренировочного процесса.

3. Порядок проведения контрольно-переводных нормативов

3.1. Контрольные нормативы для спортсменов, проходящих спортивную подготовку, установлены Федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта (Приложения 1,2,3,4,5) и программами спортивной подготовки по видам спорта МБУ СШ пгт Афанасьевое.

3.2. К сдаче КПН допускаются все спортсмены МБУ СШ пгт Афанасьевое, имеющие врачебный допуск на день сдачи нормативов.

3.3. Воспитанники, выезжающие на тренировочные сборы, спортивные соревнования, могут сдать контрольно-переводные нормативы досрочно.

3.4. Оценка показателей физической и технической подготовленности проводится в соответствии с приёмными и контрольно-переводными нормативами по видам спорта, в соответствии с периодом обучения, федеральными стандартами спортивной подготовки.

3.5. Контрольно-переводные нормативы принимаются один раз в год комиссией, созданной на основании приказа директора, в состав которой входят: председатель комиссии (заместитель директора по УВР), члены комиссии (методист, тренер-преподаватель) по виду спорта.

3.6. Перед проведением приёмных и контрольно-переводных нормативов необходимо объяснить обучающимся цель, методику выполнения, критерии оценки за отдельные задания.

3.7. Сдача нормативов проводится на тренировочных занятиях. Перед началом сдачи нормативов с воспитанниками должна быть проведена разминка.

3.8. Форма проведения сдачи приёмных и контрольно-переводных нормативов воспитанниками МБУ СШ пгт Афанасьевое должна предусматривать их стремление показать наилучший результат.

3.9. Приёмные нормативы принимаются в начале учебного года (август - сентябрь), результаты заносятся в протокол, решение о зачислении детей на программу спортивной подготовки принимает приёмная комиссия.

3.10. Зачисление на этапы спортивной подготовки проводятся перед началом учебного года (до 15 сентября); промежуточный контроль при переводе на следующий этап спортивной подготовки осуществляется:

- апрель – май – сдача ОФП для групп с этапа спортивной подготовки на следующий этап (для зимних и летних видов спорта);
- март – сдача СФП для групп с этапа спортивной подготовки на следующий этап (для зимних видов спорта).

Сроки проведения КПН рассматриваются на тренерском совете и утверждаются приказом директора МБУ СШ пгт Афанасьевое.

3.11. КПН принимает тренер-преподаватель группы. Члены комиссии выборочно могут присутствовать при сдаче КПН.

3.12. Результаты тестирования заносятся в протокол контрольно-переводных нормативов по ОФП и СФП для зачисления/перевода на этап спортивной подготовки (далее - протокол), которая подписывается тренером-преподавателем и/или членами комиссии. Протокол является отчетным документом и сдается администрации для формирования приказа о переводе и зачисления/отчисления спортсменов.

4. Условия перевода

4.1. Воспитанники, переводятся на следующий этап обучения при условии выполнения контрольно-переводных нормативов:

— не менее 60% для групп начальной подготовки, и групп тренировочного этапа и при этом отслеживается прирост показателей.

4.2. Перевод воспитанников досрочно в группу следующего года обучения или этапа спортивной подготовки может поводиться по решению тренерского совета на основании выполнения контрольных нормативов общей, специальной физической подготовки и показанных спортивных результатах.

4.3. Воспитанники, успешно сдавшие контрольно-переводные нормативы, переводятся на следующий этап обучения.

4.4. Воспитанники, не выполнившие требования программы и не сдавшие контрольно-переводные нормативы не переводятся на следующий этап обучения и имеют возможность продолжить обучение повторно на том же этапе (но не более одного года) или в спортивно-оздоровительных группах.

4.5. Вопрос о продолжении спортивной подготовки для данной категории воспитанников рассматривается на общем тренерском совете, на основании данных контрольно-переводных нормативов воспитанников и рекомендаций тренерского совета.

4.6. При возникновении спорных вопросов воспитанник, родители (законные представители), тренер-преподаватель имеют право обратиться в апелляционную комиссию учреждения в письменном виде, и отражает несогласие либо с системой приема контрольных нормативов, с ее формой, либо с объективностью итогов подведения контрольно-переводных нормативов рок подачи заявления на апелляцию – в течение трех дней после возникновения конфликтной ситуации.

4.7. Перенос сроков проведения аттестации на следующий спортивный сезон допускается в случае невозможности её проведения для спортсмена по причине его болезни.

4.8. Спортсмены, не сдавшие КПН в текущем спортивном сезоне в установленные сроки, могут пересдать КПН перед началом нового спортивного сезона по согласованию с администрацией МБУ СШ пгт Афанасьеве.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода в группы на этапе начальной подготовки по виду спорта «волейбол» (юноши)

Этап/год обучения		НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ				НОРМАТИВЫ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ		
		Бег 30м с высокого старта	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	Челночный бег 5 х 6 м	Бросок мяча весом 1 кг из-за головы двумя руками стоя	Прыжок в высоту одновременно с отталкиванием двумя ногами
Этап начальной подготовки	1-ый год	не более 6,9 с	не менее 110 см	не менее 7 раз	не менее +1 см	не более 12,0 с	не менее 8,0 м	не менее 36 см
	2-ой год	не более 6,5 с	не менее 120 см	не менее 10 раз	не менее +2 см	не более 11,8 с	не менее 9,0 м	не менее 38 см
	3-ий год	не более 6,2 с	не менее 130 см	не менее 12 раз	не менее +3 см	не более 11,5 с	не менее 10,0 м	не менее 40 см

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода в группы на этапе начальной подготовки по виду спорта «волейбол» (девушки)

Этап/год обучения		НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ				НОРМАТИВЫ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ		
		Бег 30м с высокого старта	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	Челночный бег 5 х 6 м	Бросок мяча весом 1 кг из-за головы двумя руками стоя	Прыжок в высоту одновременно с отталкиванием двумя ногами
Этап начальной подготовки	1-ый год	не более 7,1 с	не менее 105 см	не менее 4 раз	не менее +3 см	не более 12,5 с	не менее 6,0 м	не менее 30 см

2-ой год	не более 6,79 с	не менее 115 см	не менее 5 раз	не менее +4 см	не более 12,3 с	не менее 7,0 м	не менее 33 см
3-ий год	не более 6,4 с	не менее 120 см	не менее 8 раз	не менее +5 см	не более 12,0 с	не менее 8,0 м	не менее 35 см

**Нормативы
общей физической и специальной физической подготовки
для зачисления и перевода в группы на тренировочном этапе
(этапе спортивной специализации) по виду спорта «волейбол»
(юноши)**

Этап/год обучения		НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ				НОРМАТИВЫ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ		
		Бег 60м с высокого старта	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	Челночный бег 5 x 6 м	Бросок мяча весом 1 кг из-за головы двумя руками стоя	Прыжок в высоту одновременно с отталкиванием двумя ногами
Тренировочный этап	1-ый год	не более 10,4 с	не менее 160 см	не менее 18 раз	не менее +5 см	не более 11,5 с	не менее 10,0 м	не менее 40 см
	2-ой год	не более 10,2 с	не менее 165 см	не менее 19 раз	не менее +6 см	не более 11,3 с	не менее 11,0 м	не менее 43 см
	3-ий год	не более 10,0 с	не менее 170 см	не менее 20 раз	не менее +7 см	не более 11,0 с	не менее 12,0 м	не менее 47 см
	4-ый год	не более 9,8 с	не менее 180 см	не менее 21 раз	не менее +8 см	не более 10,8 с	не менее 13,0 м	не менее 50 см
	5-ый год	не более 9,6 с	не менее 185 см	не менее 22 раз	не менее +9 см	не более 10,6 с	не менее 14,0 м	не менее 53 см

Уровень спортивной квалификации на этапе спортивной подготовки выше трёх лет: спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд», «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд».

Нормативы
общей физической и специальной физической подготовки
для зачисления и перевода в группы на тренировочном этапе
(этапе спортивной специализации) по виду спорта «волейбол»
(девушки)

Этап/год обучения		НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ				НОРМАТИВЫ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ		
		Бег 60м с высокого старта	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	Челночный бег 5 x 6 м	Бросок мяча весом 1 кг из-за головы двумя руками стоя	Прыжок в высоту одновременным отталкиванием двумя ногами
Тренировочный этап	1-ый год	не более 10,9 с	не менее 145 см	не менее 9 раз	не менее +6 см	не более 12,0 с	не менее 8,0 м	не менее 35 см
	2-ой год	не более 10,2 с	не менее 150 см	не менее 10 раз	не менее +7 см	не более 11,7 с	не менее 9,0 м	не менее 38 см
	3-ий год	не более 10,0 с	не менее 155 см	не менее 11 раз	не менее +8 см	не более 11,4 с	не менее 10,0 м	не менее 41 см
	4-ый год	не более 9,8 с	не менее 160 см	не менее 12 раз	не менее +9 см	не более 11,2 с	не менее 11,0 м	не менее 44 см
	5-ый год	не более 9,6 с	не менее 165 см	не менее 13 раз	не менее +10 см	не более 11,0 с	не менее 12,0 м	не менее 47 см

Уровень спортивной квалификации на этапе спортивной подготовки свыше трёх лет: спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд», «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд».

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ И ПЕРЕВОДА В ГРУППЫ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			Мальчики	Девочки	Мальчики	Девочки
Нормативы ОФП						
1.1.	Челночный бег 3x10 м	с	Не более		Не более	
			9,6	9,9	9,3	9,5
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу	Количество раз	Не менее			
			10	5	13	7
1.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее			
			130	120	140	130
1.4.	Прыжки через скакалку 30с	Количество раз	Не более			
			6,30	7,00	5,50	6,20
1.5.	Метание мяча весом 150 г	м	Не менее		Не менее	
			24	13	22	15
1.6.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	Не менее		Не менее	
			+2	+3	+4	+5
1.1.	Бег (кросс) на 2 км (бег по пересечённой местности)	м	Без учёта времени		Не более	
					16.00	17.30

НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ И ПЕРЕВОДА В ГРУППЫ НА ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ (ЭТАПЕ СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ)

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			Юноши	Девушки
1. Для спортивной дисциплины: бег на короткие дистанции				
1.1.	Бег 60 с	с	Не более	
			9,3	10,3
1.2.	Бег 150 с	с	Не более	
			25,5	27,8
1.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее	
			190	180
2. Для спортивных дисциплин: бег на средние и длинные дистанции				
2.1.	Бег 60 с	с	Не более	
			9,5	10,6
2.2.	Бег 500 с	Мин,с	Не более	
			1.44	2.01
2.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее	
			170	160
3. Для спортивной дисциплины: прыжки				

3.1.	Бег 60 с	с	Не более	
			9,3	10,5
3.2.	Тройной прыжок в длину с места	м, см	Не менее	
			5,40	5,10
3.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее	
			190	160
4. Для спортивной дисциплины: метание				
4.1.	Бег 60 с	с	Не более	
			9,6	10,6
4.2.	Бросок набивного мяча 3 кг снизу-вперед	см	Не менее	
			10	8
4.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее	
			180	170
5. Уровень спортивной подготовки				
5.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до 3-х лет)		Спортивные разряды - «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд»	
5.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше 3-х лет)		Спортивные разряды - «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»	

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода в группы на этапе начальной подготовки по лыжным гонкам

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			Мальчики	Девочки	Мальчики	Девочки
Нормативы ОФП						
1.1.	Бег 60 м	с	Не более		Не более	
			11,5	12,0	11,0	11,6
1.2.	Подъём туловища из положения лёжа на спине за 1 мин	Количество раз	Не менее			
			30	25	35	30
1.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее			
			140	130	150	140
1.4.	Бег 1000 м	Мин, с	Не более			
			6,30	7,00	5,50	6,20

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) по лыжным гонкам

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			Мальчики	Девочки
1. Нормативы ОФП				
1.1.	Бег 100 м	с	Не более	
			16,0	16,8
1.2.	Бег на 1000 м	мин, с	Не более	
			4,0	4,15
1.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее	
			170	155
2. Нормативы СФП				
2.1.	Бег на лыжах. Классический стиль 3 км	Мин, с	Не более	
			14,20	15,20
2.2.	Бег на лыжах. Свободный стиль 3 км	Мин, с	Не более	
			13,00	14,30
2. Уровень спортивной подготовки				
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до 2-х лет)		Спортивные разряды - «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд»	
3.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше 2-х лет)		Спортивные разряды - «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»	

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

**Нормативы
общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в
группы на этапе начальной подготовки по полиатлону в спортивной
дисциплине троеборье с лыжной гонкой**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			Мальчики	Девочки
1. Нормативы ОФП				
1.1.	Бег 30 м	с	Не более	
			6,2	6,4
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа	Количество раз	Не менее	
			10	5
1.3.	Челночный бег 3 x 10 м	с	Не более	
			9,6	9,9
1.4.	Подъём туловища из положения лёжа на спине за 30 сек	Количество раз	Не менее	
			13	10
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее	
			130	120
2. Нормативы СФП				
2.1.	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу (коснуться пола пальцами рук)			
2.2.	Бег 500 м	Мин, с	Не более	
			2,35	2,50

Нормативы
общей физической и специальной физической подготовки для зачисления
в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) по
полиатлону в спортивной дисциплине
треборье с лыжной гонкой

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			Мальчики/юноши	Девочки/девушки
1. Нормативы ОФП				
1.1.	Бег 60 м	с	Не более	
			10,4	10,9
1.2.	Бег 1500 м	Мин, с	Не более	
			8,05	8,29
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа	Количество раз	Не менее	
			-	9
1.4.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	Количество раз	Не менее	
			4	-
1.5.	Челночный бег 3 x 10 м	с	Не более	
			8,7	9,1
1.4.	Метание мяча весом 150 гр	м	Не менее	
			26	18
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее	
			160	145
1.6.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	см	Не менее	
			+5	+6
2. Нормативы СФП				
2.1.	Лыжная гонка 3 км	Мин, с	Не более	
			16,50	-
2.2.	Лыжная гонка 2 км	Мин, с	Не более	
			-	14.00
			+5	+6
	Техническое мастерство	Обязательная техническая программа		

Обязательная техническая программа:

Стрельба из пневматической винтовки:

- **Ша -ВП** - 10 выстрелов с 10 м, стоя с опорой локтей о стойку
- **Ш -ВП** – 10 выстрелов, 10м, стоя

*При сдаче нормативов обязательной технической программы учитывается возраст спортсмена в соответствии с правилами соревнований по полиатлону в спортивной дисциплине зимнее треборье (уражнение Ш-ВП выполняют с 14 лет)

Обязательная техническая программа для зачисления в группы на учебно-тренировочном этапе

ПРИЛОЖЕНИЕ 5**Нормативы
общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в
группы на этапе начальной подготовки по хоккею с шайбой**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			Мальчики	Девочки
3. Нормативы ОФП				
1.1.	Бег 20 м	с	Не более	
			4,5	5,3
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа	Количество раз	Не менее	
			15	10
1.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее	
			135	125
4. Нормативы СФП				
2.1.	Бег на коньках 20 м	с	Не более	
			4,8	5,5
2.2.	Бег на коньках челночный 6х9 м	с	Не более	
			17,0	18,5
2.3.	Бег на коньках спиной вперёд 20 м	с	Не более	
			6,8	7,4
2.4.	Бег на коньках слаломный без шайбы	с	Не более	
			13,5	14,5
2.5.	Бег на коньках слаломный с ведением шайбы	с	Не более	
			15,5	17,5

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

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			Мальчики	Девочки
1. Нормативы ОФП				
1.1.	Бег на 30 м	с	Не более	
			5,5	5,8
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа	Количество раз	Не менее	
			-	10
1.3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	Количество раз	Не менее	
			5	-
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее	
			160	145
1.5.	Бег на 1000 м	Мин,с	Не более	
			5,50	6,20
2. Нормативы СФП				
2.1.	Бег на коньках 30 м	с	Не более	
			5,8	6,4
2.2.	Бег на коньках челночный 6х9 м	с	Не более	
			16,5	17,5
2.3.	Бег на коньках спиной вперёд 30 м	с	Не более	
			7,3	7,9
2.4.	Бег на коньках слаломный без шайбы	с	Не более	
			12,5	13,0
2.5.	Бег на коньках слаломный с ведением шайбы	с	Не более	
			14,5	15,0
2.6.	Бег на коньках челночный в стойке вратаря	с	Не более	
			42,0	45,0
2.7.	Бег на коньках по малой восьмёрке лицом и спиной вперёд в стойке вратаря	с	Не более	
			43,0	47,0
2. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до 2-х лет)	Не устанавливается		
3.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше 2-х лет)	Спортивные разряды - «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд», «третий спортивный разряд»		

