

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

№ п/п	Упражнения				
	Мальчики/юноши				
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап		Этап совершенствования спортивного мастерства
1. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины: «футбол»					
		До года	Свыше года		
1.1.	Челночный бег 3 х 10 м	-	9,3 с	Бег на 10 м с высокого старта (2,20 с)	Бег на 10 м с высокого старта (1,95 с)
1.2.	Бег на 10 м с высокого старта	2,35 с	2,30 с	Челночный бег 3 х 10 м (8,70 с)	Челночный бег 3 х 10 м (7,40 с)
1.3.	Бег на 30 м	-	-	Бег на 30 м (5,40 с)	Бег на 30 м (4,80 с)
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	100	120	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (160 см)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (230 см)
1.5.				Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами (начиная с пятого года спортивной подготовки) (30 см)	Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами (35 см)
2. Нормативы технической подготовки для спортивной дисциплины: «футбол»					
2.1.	Ведение мяча 10 м	3,20 с	3,00 с	Ведение мяча 10 м (2,60 с)	Ведение мяча 10 м (2,25 с)
2.2.	Ведение мяча с изменением направления 10 м	-	8,60 с	Ведение мяча с изменением направления 10 м (7,80 с)	Ведение мяча с изменением направления 10 м (7,10 с)
2.3.	Ведение мяча 3х10 м	-	11,60 с	Ведение мяча 3х10 м (10,00 с)	Ведение мяча 3х10 м (8,50 с)
2.4.	Удар на точность по воротам (кол-во попаданий)	-	5 из 10	Удар на точность по воротам (кол-во попаданий) (5 из 10)	Удар на точность по воротам (кол-во попаданий) (5 из 10)
2.5.				Передача мяча в «коридор» кол-во попаданий) (5 из 10)	Передача мяча в «коридор» кол-во попаданий) (5 из 10)
2.6.				Вбрасывание мяча на дальность (начиная со второго года спортивной подготовки) (8 м)	Вбрасывание мяча на дальность (15 м)
3. Уровень спортивной квалификации					
3.1.				Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трёх лет) не устанавливается	Спортивный разряд «второй спортивный разряд»
3.2.				Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трёх лет): Спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд»; спортивные разряды - «третий спортивный разряд»	