

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки, уровень спортивной квалификации (спортивные разряды),
объема соревновательной деятельности для зачисления и перевода на следующий год подготовки по виду спорта "ХОККЕЙ"

Упражнения	Единица измерения	Норматив для НП-1		Норматив для НП-2		Норматив для НП-3		Норматив для УТ-1		Норматив для УТ-2		Норматив для УТ-3		Норматив для УТ-4		Норматив для УТ-5	
		мальчики	девочки	мальчик и	девочки	мальчик и	девочки	юноши	девушки								
Возраст для зачисления	полных лет	8		9		10		11		12		13		14			
Бег на 20 м	с	не более 4.5 5.3		не более 4.2 4.8		не более 3.9 4.3											
Бег на 30 м	с							не более 5.5 5.8		не более 5.4 5.6		не более 5.2 5.4		не более 4.9 5.2		не более 4.8 5.0	
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее 135 125		не менее 140 132		не менее 150 139		не менее 160 145		не менее 165 150		не менее 170 155		не менее 175 160		не менее 180 165	
Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз							не менее 5 -		не менее 6 -		не менее 7 -		не менее 9 -		не менее 11 -	
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее 15 10		не менее 18 10		не менее 20 11		не менее 0 12		не менее - 12		не менее - 13		не менее - 13		не менее - 14	
Бег на 1000 м	мин, с							не более 5.50 6.20		не более 5.35 6.05		не более 5.20 5.50		не более 5.05 5.35		не более 4.50 5.20	
Бег на коньках 20 м	с	не более 4.8 5.5		не более 4.5 5.1		не более 4.2 4.7											
Бег на коньках 30 м	с							не более 5.8 6.4		не более 5.5 6.1		не более 5.3 5.8		не более 5.1 5.6		не более 4.9 5.4	
Бег на коньках челночный 6х9 м	с	не более 17 18.5		не более 16.9 18.2		не более 16.7 17.9		не более 16.5 17.5		не более 16.3 17.3		не более 16.1 17.1		не более 15.9 16.9		не более 15.7 16.7	
Бег на коньках спиной вперед 20 м	с	не более 6.8 7.4		не более 6.3 6.8		не более 5.7 6.5											
Бег на коньках спиной вперед 30 м	с							не более 7.3 7.9		не более 7.1 7.7		не более 6.9 7.5		не более 6.7 7.3		не более 6.5 7.1	
Бег на коньках слаломный без шайбы	с	не более 13.5 14.5		не более 13.1 14.3		не более 12.8 14.1		не более 12.5 13.9		не более 12.3 12.8		не более 12.1 12.6		не более 11.9 12.4		не более 11.7 12.4	
Бег на коньках слаломный с ведением шайбы	с	не более 15.5 17.5		не более 15.1 16.7		не более 14.8 15.9		не более 14.5 15		не более 14.3 14.8		не более 14.1 14.6		не более 13.9 14.4		не более 13.7 14.2	
Бег на коньках челночный в стойке вратаря	с							не более 42 45		не более 41.6 45		не более 41.2 45		не более 40.8 45		не более 40.4 45	
Бег на коньках по малой восьмерке лицом и спиной	с							не более 43 47		не более 42.5 46.5		не более 42 46		не более 41 45		не более 40 44	
Спортивный разряд								-		-		1 юн.р., 2 юн.р.,		1 юн.р., 2 юн.р.,		1 юн.р., 2 юн.р.,	
Контрольные соревнования	количество	0		2		2		2		2		3		3		3	
Отборочные соревнования	количество	0		0		0		0		0		0		0		0	
Основные соревнования	количество	0		0		0		1		1		1		1		1	
Игры	количество	0	0	15	7	15	7	30	24	30	24	36	26	36	26	36	26