

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 «ФУТБОЛ»

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	мальчики	девочки	мальчики	девочки	юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки
Возраст для зачисления	полных лет	7		8		9		10		11		12		13			
1. Нормативы общей физической подготовки																	
Челночный бег на 3x10 м	с	не более		не более		не более		не более									
		-	-	9.3	10.3	9.0	9.6	8.7	9.0	8.5	8.8	8.3	8.5	8.0	8.3	7.7	8.0
Бег на 10 м с высокого старта	с	не более		не более		не более		не более									
		2.35	2.5	2.3	2.4	2.3	2.4	2.2	2.3	2.2	2.3	2.1	2.3	2.1	2.2	2	2.2
Бег на 30 м	с	не более		не более		не более		не более									
		-	-	6	6.5	5.7	6	5.4	5.6	5.3	5.5	5.2	5.4	5.1	5.3	5	5.2
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее		не менее									
		100	90	120	110	140	125	160	140	170	155	185	170	200	185	215	200
Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами	см															не менее	
																30	27
2. Нормативы технической подготовки																	
Ведение мяча 10 м	с	не более		не более		не более		не более									
		3.2	3.4	3	3.2	2.8	3	2.6	2.8	2.60	2.80	2.50	2.70	2.40	2.60	2.30	2.50
Ведение мяча с изменением направления 10 м	с	не более		не более		не более		не более									
		-	-	8.6	8.8	8.2	8.4	7.8	8	7.7	7.9	7.5	7.8	7.4	7.6	7.2	7.4
Ведение мяча 3x10 м	с	не более		не более		не более		не более									
		-	-	11.6	11.8	10.8	11	10	10.3	9.6	9.9	9.3	9.5	9	9.2	8.7	8.9
Удар на точность по воротам (10 ударов)	количество попаданий	не менее		не менее		не менее		не менее									
		-	-	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4
Передача мяча в "коридор" (10 попыток)	количество попаданий	не менее		не менее		не менее		не менее									
								5	4	5	4	5	4	5	4	5	4
Вбрасывание мяча на дальность	м	не менее		не менее		не менее		не менее									
								8	6	10	7	12	9	14	11		
3. Уровень спортивной квалификации																	
Спортивный разряд								-	-	-	3 юн.р., 2 юн.р., 3 юн.р., 3 сп.р.			3 разряд, 2 разряд, 1 юн. разряд			
4. Объем соревновательной деятельности																	
Контрольные соревнования	количество	3		4		4		3		3		3		1		1	
Основные соревнования	количество	0		0		0		1		1		1		1		1	