**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ, СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ, ИНЫЕ СПОРТИВНЫЕ НОРМАТИВЫ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ В ГРУППЫ НА ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ (ЭТАПЕ СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИ**

Приложение N 6  
к федеральному стандарту  
спортивной подготовки  
по виду спорта "футбол" [https://bazanpa.ru/static/images/struct-link.png](https://bazanpa.ru/minsport-rossii-prikaz-n34-ot19012018-h3953288/#standart_prilozhenie6)

**НОРМАТИВЫ  
ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ, СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ,  
ИНЫЕ СПОРТИВНЫЕ НОРМАТИВЫ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ В ГРУППЫ  
НА ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ (ЭТАПЕ СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) [https://bazanpa.ru/static/images/struct-link.png](https://bazanpa.ru/minsport-rossii-prikaz-n34-ot19012018-h3953288/#standart_prilozhenie6)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Развиваемые физические качества | Контрольные упражнения (тесты) | |
| Юноши | Девушки |
| Нормативы общей физической, специальной физической подготовки | | |
| Скорость | Бег на 15 м с высокого старта  (не более 2,8 с) | Бег на 15 м с высокого старта  (не более 3 с) |
| Бег на 15 м с хода  (не более 2,4 с) | Бег на 15 м с хода  (не более 2,6 с) |
| Бег на 30 м с высокого старта  (не более 4,9 с) | Бег на 30 м с высокого старта  (не более 5,1 с) |
| Бег на 30 м с хода  (не более 4,6 с) | Бег на 30 м с хода  (не более 4,8 с) |
| Скоростно-силовые | Прыжок в длину с места  (не менее 1 м 90 см) | Прыжок в длину с места  (не менее 1 м 70 см) |
| Тройной прыжок  (не менее 6 м 20 см) | Тройной прыжок  (не менее 5 м 80 см) |
| Прыжок в высоту без взмаха рук  (не менее 12 см) | Прыжок в высоту без взмаха рук  (не менее 10 см) |
| Прыжок в высоту со взмахом рук  (не менее 20 см) | Прыжок в высоту со взмахом рук  (не менее 16 см) |
| Сила | Бросок набивного мяча весом 1 кг из-за головы  (не менее 6 м) | Бросок набивного мяча весом 1 кг из-за головы  (не менее 4 м) |
| Иные спортивные нормативы | | |
| Техническое мастерство | Обязательная техническая программа | |