

Утверждаю:
 Директор ГБУ ДО ВО
 «СШ по футболу «Факел»
 2026г.
 И.И. Чирва

Нормативы общей физической и технической подготовки, уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода обучающихся на этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «футбол»

№ п/п	Упражнения	Еди ница изме рени я	Ба лл ы	Норматив	
				юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины «футбол»					
1.1.	Бег на 10 м с высокого старта	с	5	1,85	2,00
			4	1,90	2,05
			3	1,95	2,10
			2	Более 1,95	Более 2,10
1.2.	Челночный бег 3x10 м	с	5	7,20	7,60
			4	7,30	7,70
			3	7,40	7,80
			2	Более 7,40	Более 7,80
1.3.	Бег на 30 м	с	5	4,50	4,70
			4	4,65	4,85
			3	4,80	5,00
			2	Более 4,80	Более 5,00
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	5	250	230
			4	235	220
			3	220	215
			2	Менее 220	Менее 215
1.5.	Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами	см	5	37	30
			4	35	28
			3	33	27
			2	Менее 33	Менее 27
2. Нормативы технической подготовки для спортивной дисциплины «футбол»					
2.1.	Ведение мяча 10 м	с	5	2,15	2,30
			4	2,20	2,35
			3	2,25	2,40
			2	Более 2,25	Более 2,40
2.2.	Ведение мяча с изменением направления 10 м	с	5	6,70	7,00
			4	6,90	7,15
			3	7,10	7,30
			2	Более 7,10	Более 7,30
2.3.	Ведение мяча 3x10 м	с	5	8,30	8,60
			4	8,40	8,65
			3	8,50	8,70
			2	Более 8,50	Более 8,70

2.4.	Удар на точность по воротам (10 ударов)	количество попаданий	5	8	7
			4	7	6
			3	5	4
			2	Менее 5	Менее 4
2.5.	Передача мяча в «коридор» (10 попыток)	количество попаданий	5	8	7
			4	7	6
			3	5	4
			2	Менее 5	Менее 4
2.6.	Вбрасывание мяча на дальность	м	5	18	16
			4	16	14
			3	15	12
			2	Менее 15	Менее 12
3. Уровень спортивной квалификации					
3.1.	Спортивный разряд «второй спортивный разряд»				

Минимальное количество баллов, подтверждающее успешную сдачу каждого контрольного упражнения – 3 балла.

По результатам вступительных испытаний формируется список поступающих на этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «футбол» по убыванию суммы баллов, исчисленных как сумма баллов набранных за каждое испытание, рекомендованных для зачисления в спортивную школу.