**Нормативы общей физической и технической подготовки для зачисления**

**и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта** **«футбол»**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Упражнения | Единица измерения | Норматив до года обучения | | | Норматив свыше года обучения | | | | |
| мальчики | девочки | | мальчики | девочки | | | |
| 1. Нормативы общей физической подготовки | | | | | | | | | | | |
|  | Челночный бег 3x10 м | с | не более | | | не более | | | | |
| - | - | | 9,30 | | 10,30 | | |
|  | Бег на 10 м  с высокого старта | с | не более | | | не более | | | | |
| 2,35 | 2,5 | | 2,3 | | | | 2,4 |
|  | Бег на 30 м | с | не более | | | не более | | | | |
| - | - | | 6,0 | | | | 6,5 |
|  | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | | | не менее | | | | |
| 100 | 90 | | 120 | | | | 110 |
| 2. Нормативы технической подготовки | | | | | | | | | | | |
|  | Ведение мяча 10 м | с | не более | | | не более | | | | |
| - | - | | 3,0 | | | 3,2 | |
|  | Ведение мяча с изменением направления 10 м  (начиная со второго года спортивной подготовки) | с | не более | | | не более | | | | |
| - | - | | 8,6 | | | 8,8 | |
|  | Ведение мяча 3х10 м  (начиная со второго года спортивной подготовки) | с | не более | | | не более | | | | |
| - | - | | 11,6 | | | 11,8 | |
|  | Удар на точность по воротам (10 ударов) (начиная со второго года спортивной подготовки) | количество попаданий | не менее | | | не менее | | | | |
| - | | - | 5 | | | 4 | |
|  |  | |

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

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Упражнения | Единица измерения | Норматив | | |
| юноши | | девушки |
| 1. Нормативы общей физической подготовки | | | | | |
|  | Бег на 10 м с высокого старта | с | не более | | |
| 2,2 | | 2,3 |
|  | Челночный бег 3х10 м | с | не более | | |
| 8,7 | | 9,0 |
|  | Бег на 30 м | с | не более | | |
| 5,4 | | 5,6 |
|  | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | | |
| 160 | | 140 |
|  | Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами (начиная с пятого года спортивной подготовки) | см | не менее | | |
| 30 | | 27 |
| 2. Нормативы технической подготовки | | | | | |
| 2.1. | Ведение мяча 10 м | с | не более | | |
| 2,6 | | 2,8 |
| 2.2. | Ведение мяча с изменением направления 10 м | с | не более | | |
| 7,8 | 8,0 | |
| 2.3. | Ведение мяча 3х10 м | с | не более | | |
| 10,0 | 10,3 | |
| 2.4. | Удар на точность по воротам (10 ударов) | количество попаданий | не менее | | |
| 5 | 4 | |
| 2,5. | Передача мяча в «коридор» (10 попыток) | количество попаданий | не менее | | |
| 5 | 4 | |
| 2.6. | Вбрасывание мяча на дальность (начиная со второго года спортивной подготовки) | м | не менее | | |
| 8 | 6 | |
| 1. Уровень спортивной квалификации | | | | | |
| 3.1. | Период обучения на этапе спортивной подготовки  (до трех лет) | | Не устанавливается | | |
| 3.2. | Период обучения на этапе спортивной подготовки  (свыше трех лет) | | Спортивные разряды «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд», «третий спортивный разряд» | | |

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

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Упражнения | Единица измерения | Норматив | |
| юноши | девушки |
| 1. Нормативы общей физической подготовки | | | | | |
|  | Бег на 10 м с высокого старта | с | не более | |
| 1,95 | 2,1 |
|  | Челночный бег 3x10 м | с | не более | |
| 7,4 | 7,8 |
|  | Бег на 30 м | с | не более | |
| 4,8 | 5,0 |
|  | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| 230 | 215 |
|  | Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами | см | не менее | |
| 35 | 27 |
| 2. Нормативы технической подготовки | | | | | |
|  | Ведение мяча 10 м | с | не более | |
| 2,25 | 2,4 |
|  | Ведение мяча с изменением направления 10 м | с | не более | |
| 7,1 | 7,3 |
|  | Ведение мяча 3х10 м | с | не более | |
| 8,5 | 8,7 |
|  | Удар на точность по воротам (10 ударов) | количество попаданий | не менее | |
| 5 | 4 |
|  | Передача мяча в «коридор» (10 попыток) | количество попаданий | не менее | |
| 5 | 4 |
|  | Вбрасывание мяча на дальность | м | не менее | |
| 15 | 12 |
| 3. Уровень спортивной квалификации | | | | | |
| 3.1. | Спортивный разряд «второй спортивный разряд» | | | | |

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

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Упражнения | Единица измерения | Норматив | |
| юноши | девушки |
| 1. Нормативы общей физической подготовки | | | | |
| 1.1. | Бег на 10 м с высокого старта | с | не более | |
| 1,9 | 2,05 |
| 1.2. | Челночный бег 3x10 м | с | не более | |
| 7,15 | 7,5 |
| 1.3. | Бег на 30 м | с | не более | |
| 4,4 | 4,6 |
| 1.4. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| 250 | 215 |
| 1.5. | Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами | см | не менее | |
| 40 | 30 |
| 1. Нормативы технической подготовки | | | | |
| 2.1. | Ведение мяча 10 м | с | не более | |
| 2,1 | 2,3 |
| 2.2. | Ведение мяча с изменением направления 10 м | с | не более | |
| 6,6 | 6,9 |
| 2.3. | Ведение мяча 3х10 м | с | не более | |
| 8,3 | 8,6 |
| 2.4. | Удар на точность по воротам (10 ударов) | количество попаданий | не менее | |
| 5 | 4 |
| 2.5. | Передача мяча в «коридор» (10 попыток) | количество попаданий | не менее | |
| 5 | 4 |
| 2.6. | Вбрасывание мяча на дальность | м | не менее | |
| 18 | 15 |
| 1. Уровень спортивной квалификации | | | | |
| 3.1. | Спортивный разряд «первый спортивный разряд» | | | |

**Оценка уровня игрового мышления и ориентировки**

**(экспертная оценка)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Качества и свойства** | **Характеристики и показатели** |
| Уровень игрового мышления | Быстрота ориентировки и выбор решения |
| Эффективность принятых решений |
| Способность предугадывать развитие и ход  игры |
| Морально-волевые качества,  агрессивность | Активность |
| Нацеленность на единоборства |
| Максимальная отдача сил в игре |
| Настойчивость при отборе мяча |
| Смелость и решительность вступления в единоборство |

Оценка производится по 5-ти балльной шкале:

5 баллов - высокий уровень развития

4 балла - выше среднего уровень развития

3 балла - средний уровень развития

2 балла - слабый уровень развития

1 балл - отсутствие игрового мышления и ориентировки