МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ПРИКАЗ

от 27 января 2014 года N 32

Об утверждении [Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА](http://docs.cntd.ru/document/499075639)

В соответствии с [частью 1 статьи 34 Федерального закона от 04.12.2007 N 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации"](http://docs.cntd.ru/document/902075039) (Собрание законодательства Российской Федерации, 2007, N 50, ст.6242; 2011, N 50, ст.7354; 2012, N 53 (ч.I), ст.7582) и [подпунктом 4.2.27 Положения о Министерстве спорта Российской Федерации](http://docs.cntd.ru/document/902353651), утвержденного [постановлением Правительства Российской Федерации от 19.06.2012 N 607](http://docs.cntd.ru/document/902353651) (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, N 26, ст.3525; 2013, N 30, (ч.II), ст.4112; N 45, ст.5822)  
  
приказываю:

1. Утвердить прилагаемый [Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА](http://docs.cntd.ru/document/499075639).

2. Контроль за исполнением настоящего приказа оставляю за собой.

Министр  
В.Л.Мутко

Зарегистрировано  
в Министерстве юстиции  
Российской Федерации  
17 апреля 2014 года,  
регистрационный N 32011

Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА

Приложение

Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА (далее - ФССП) разработан на основании [части 1 статьи 34 Федерального закона от 04.12.2007 N 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации"](http://docs.cntd.ru/document/902075039) (далее - [Федеральный закон](http://docs.cntd.ru/document/902075039)) (Собрание законодательства Российской Федерации, 2007, N 50, ст.6242; 2011, N 50, ст.7354; 2012, N 53 (ч.I), ст.7582) и [подпункта 4.2.27 Положения о Министерстве спорта Российской Федерации](http://docs.cntd.ru/document/902353651), утвержденного [постановлением Правительства Российской Федерации от 19.06.2012 N 607](http://docs.cntd.ru/document/902353651) (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, N 26, ст.3525; 2013, N 30, ст.4112; N 45, ст.5822), и определяет условия и требования к спортивной подготовке по виду спорта спорт лиц с поражением опорно-двигательного аппарата в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с [Федеральным законом](http://docs.cntd.ru/document/902075039).

I. Требования к структуре и содержанию программ спортивной подготовки, в том числе к освоению их теоретических и практических разделов применительно к каждому этапу спортивной подготовки

1. Программа спортивной подготовки по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА (далее - Программа) должна иметь следующую структуру и содержание:  
  
- титульный лист;  
  
- пояснительную записку;  
  
- нормативную часть;  
  
- методическую часть;  
  
- систему контроля и зачетные требования;  
  
- перечень информационного обеспечения;  
  
- план физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий.

1.1. На титульном листе Программы указываются:  
  
- наименование вида спорта;  
  
- наименование организации, осуществляющей спортивную подготовку;  
  
- название Программы;  
  
- название специального федерального государственного стандарта спортивной подготовки, на основе которого разработана Программа;  
  
- срок реализации Программы;  
  
- год составления Программы.

1.2. В пояснительной записке Программы даются характеристика вида спорта, его отличительные особенности и специфика организации тренировочного процесса, излагается структура системы многолетней подготовки (этапы, уровни, дисциплины).

1.3. Нормативная часть Программы должна содержать:  
  
- продолжительность этапов спортивной подготовки, минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки и минимальное количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА (приложение N 1 к настоящему ФССП);  
  
- соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА (приложение N 2 к настоящему ФССП);  
  
- планируемые показатели соревновательной деятельности по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА (приложение N 3 к настоящему ФССП);  
  
- режимы тренировочной работы;  
  
- медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим спортивную подготовку;  
  
- предельные тренировочные нагрузки;  
  
- минимальный и предельный объем соревновательной деятельности;  
  
- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию;  
  
- требования к количественному и качественному составу групп подготовки;  
  
- объем индивидуальной спортивной подготовки;  
  
- структуру годичного цикла (название и продолжительность периодов, этапов, мезоциклов).

1.4. Методическая часть Программы должна содержать:  
  
- рекомендации по проведению тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований;  
  
- рекомендуемые объемы тренировочных и соревновательных нагрузок;  
  
- рекомендации по планированию спортивных результатов;  
  
- требования к организации и проведению врачебно-педагогического, психологического и биохимического контроля;  
  
- программный материал для практических занятий по каждому этапу подготовки с разбивкой на периоды подготовки;  
  
- рекомендации по организации психологической подготовки;  
  
- планы применения восстановительных средств;  
  
- планы антидопинговых мероприятий;  
  
- планы инструкторской и судейской практики.

1.5. Система контроля и зачетные требования Программы должны включать:  
  
- конкретизацию критериев подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку на каждом этапе спортивной подготовки, с учетом возраста и влияния физических качеств и телосложения на результативность по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА (Приложение N 4 к настоящему ФССП);  
  
- требования к результатам реализации Программы на каждом этапе спортивной подготовки, выполнение которых дает основание для перевода лица, проходящего спортивную подготовку, на следующий этап спортивной подготовки;  
  
- виды контроля общей и специальной физической, спортивно-технической и тактической подготовки, комплекс контрольных испытаний и контрольно-переводные нормативы по годам и этапам подготовки, сроки проведения контроля;  
  
- комплексы контрольных упражнений для оценки общей, специальной физической, технико-тактической подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку, методические указания по организации тестирования, методам и организации медико-биологического обследования.

1.6. Перечень информационного обеспечения Программы должен включать: список литературных источников, перечень аудиовизуальных средств, перечень интернет-ресурсов, необходимых для использования в работе лицами, осуществляющими спортивную подготовку, и при прохождении спортивной подготовки лицами, проходящими подготовку.

1.7. План физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий формируется организацией, осуществляющей спортивную подготовку, на основе Единого календарного плана межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, календарных планов физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий субъекта Российской Федерации, муниципальных образований.

II. Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы с учетом возраста, пола лиц, проходящих спортивную подготовку, особенностей вида спорта спорт лиц с поражением ОДА (спортивных дисциплин)

2. Нормативы по видам спортивной подготовки и их соотношение на этапах спортивной подготовки в группах, занимающихся видом спорта спорт лиц с поражением ОДА, включают в себя:

2.1. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки (приложение N 5 к настоящему ФССП).

2.2. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) (приложение N 6 к настоящему ФССП).

2.3. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства (приложение N 7 к настоящему ФССП).

2.4. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе высшего спортивного мастерства (приложение N 8 к настоящему ФССП).

2.5. Нормативы максимального объема тренировочной нагрузки (приложение N 9 к настоящему ФССП).

III. Требования к участию лиц, проходящих спортивную подготовку, и лиц, ее осуществляющих, в спортивных соревнованиях, предусмотренных в соответствии с реализуемой программой спортивной подготовки

3. Требования к участию в спортивных соревнованиях лиц, проходящих спортивную подготовку:  
  
- соответствие возраста и пола участника положению (регламенту) об официальных спортивных соревнованиях и правилам вида спорта спорт лиц с поражением ОДА;  
  
- соответствие уровня спортивной квалификации участника положению (регламенту) об официальных спортивных соревнованиях согласно Единой всероссийской спортивной классификации и правилам вида спорта спорт лиц с поражением ОДА;  
  
- выполнение плана спортивной подготовки;  
  
- прохождение предварительного соревновательного отбора;  
  
- наличие соответствующего медицинского заключения о допуске к участию в спортивных соревнованиях;  
  
- соблюдение общероссийских антидопинговых правил и антидопинговых правил, утвержденных международными антидопинговыми организациями.

4. Лицо, проходящее спортивную подготовку, направляется организацией, осуществляющей спортивную подготовку, на спортивные соревнования в соответствии с содержащимся в Программе планом физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий и положениями (регламентами) о спортивных соревнованиях и спортивных мероприятиях.

IV. Требования к результатам реализации программ спортивной подготовки на каждом из этапов спортивной подготовки

5. Результатом реализации Программы является:

5.1. На этапе начальной подготовки:  
  
- углубленная физическая реабилитация;  
  
- социальная адаптация и интеграция;  
  
- формирование устойчивого интереса к занятиям спортом;  
  
- расширение круга двигательных умений и навыков;  
  
- освоение основ техники по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА;  
  
- развитие физических качеств и функциональных возможностей;  
  
- отбор перспективных юных спортсменов для дальнейших занятий по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА.

5.2. На тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):  
  
- социальная адаптация и интеграция;  
  
- положительная динамика двигательных способностей;  
  
- участие в соревнованиях;  
  
- положительная тенденция социализации спортсмена;  
  
- повышение уровня общей и специальной физической, технической, тактической и психологической подготовки;  
  
- приобретение опыта и достижение стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА;  
  
- формирование спортивной мотивации;  
  
- углубленная физическая реабилитация.

5.3. На этапе совершенствования спортивного мастерства:  
  
- выполнение контрольных нормативов в соответствии с программой спортивной подготовки;  
  
- повышение функциональных возможностей организма спортсмена;  
  
- совершенствование общих и специальных физических качеств, технической, тактической и психологической подготовки;  
  
- поддержание высокого уровня спортивной мотивации;  
  
- социализация спортсмена;  
  
- углубленная физическая реабилитация.

5.4. На этапе высшего спортивного мастерства:  
  
- демонстрация высоких спортивных результатов на всероссийских и международных официальных спортивных соревнованиях;  
  
- высокая социализация спортсмена;  
  
- углубленная физическая реабилитация.

6. Для обеспечения этапов спортивной подготовки организации, осуществляющие спортивную подготовку, используют систему спортивного отбора, представляющую собой целевой поиск и определение состава перспективных спортсменов для достижения высоких спортивных результатов.  
  
Система спортивного отбора включает:

а) просмотр и тестирование лиц с поражением ОДА с целью ориентирования их на занятия спортом;

б) отбор перспективных спортсменов для комплектования групп спортивной подготовки по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА;

в) просмотр и отбор перспективных спортсменов на тренировочных сборах и соревнованиях.

7. Максимальный возраст лиц, проходящих спортивную подготовку по Программе на этапе высшего спортивного мастерства, не ограничивается.

8. Образовательные организации, реализующие образовательные программы в области физической культуры и спорта для наиболее перспективных выпускников, могут предоставить возможность прохождения спортивной подготовки на своей базе сроком до четырех лет (до 10% от количества обучающихся).

V. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА

9. Особенности осуществления спортивной подготовки в спортивных дисциплинах вида спорта спорт лиц с поражением ОДА, содержащих в своем наименовании словосочетания и слова: "академическая гребля", "баскетбол на колясках", "биатлон", "бочча", "велоспорт - трек", "велоспорт - шоссе", "волейбол сидя", "горнолыжный спорт", "кёрлинг на колясках", "конный спорт", "легкая атлетика - бег" с указанием дистанции до 400 м включительно (далее - "бег на короткие дистанции"); "легкая атлетика - бег" с указанием дистанции более 400 м (далее - "бег на средние и длинные дистанции"), "легкая атлетика - метание" и "легкая атлетика - толкание" (далее - "легкая атлетика - метания"), "легкая атлетика - прыжки", "лыжные гонки", "настольный теннис", "парусный спорт - класс "Скуд 18", "парусный спорт - класс "Сонар", "парусный спорт - класс 2,4 метра", "пауэрлифтинг", "плавание", "пулевая стрельба", "регби на колясках", "стрельба из лука", "теннис на колясках", "фехтование", "хоккей - следж", определяются в Программе.  
  
Особенности осуществления спортивной подготовки в указанных спортивных дисциплинах вида спорта спорт лиц с поражением ОДА учитываются при:  
  
- составлении планов спортивной подготовки начиная с этапа начальной подготовки;  
  
- составлении плана физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий.

10. Спортивная подготовка по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА проводится с учетом групп, к которым относятся спортсмены, в зависимости от степени их функциональных возможностей, требующихся для занятий определенной спортивной дисциплиной вида спорта спорт лиц с поражением ОДА (далее - функциональные группы). Функциональные группы лиц, проходящих спортивную подготовку по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА, приведены в [приложении N 10 к настоящему ФССП](http://docs.cntd.ru/document/499075639).

11. Тренировочный процесс в организации, осуществляющей спортивную подготовку, ведется в соответствии с годовым тренировочным планом, рассчитанным на 52 недели.

12. Основными формами осуществления спортивной подготовки являются:  
  
- групповые и индивидуальные тренировочные и теоретические занятия;  
  
- работа по индивидуальным планам;  
  
- тренировочные сборы;  
  
- участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях;  
  
- инструкторская и судейская практика;  
  
- медико-восстановительные мероприятия;  
  
- тестирование и контроль.

13. Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки осуществляется на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства.

14. Для проведения занятий на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, кроме основного тренера (тренера-преподавателя) по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА, допускается привлечение дополнительно второго тренера (тренера-преподавателя) по общефизической и специальной физической подготовке при условии их одновременной работы с лицами, проходящими спортивную подготовку.

15. Для обеспечения круглогодичности спортивной подготовки, подготовки к спортивным соревнованиям и активного отдыха (восстановления) лиц, проходящих спортивную подготовку, организуются тренировочные сборы, являющиеся составной частью (продолжением) тренировочного процесса в соответствии с перечнем тренировочных сборов (приложение N 11 к настоящему ФССП).

16. Порядок формирования групп спортивной подготовки по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА определяется организациями, осуществляющими спортивную подготовку, самостоятельно.

17. Лицам, проходящим спортивную подготовку, не выполнившим предъявляемые Программой требования, предоставляется возможность продолжить спортивную подготовку на том же этапе спортивной подготовки.

18. С учетом специфики вида спорта спорт лиц с поражением ОДА определяются следующие особенности спортивной подготовки:  
  
- комплектование групп спортивной подготовки, а также планирование тренировочных занятий (по объему и интенсивности тренировочных нагрузок разной направленности) осуществляются в соответствии с гендерными и возрастными особенностями развития, функциональными группами, а также индивидуальными особенностями ограничения в состоянии здоровья;  
  
- в зависимости от условий и организации занятий, а также условий проведения спортивных соревнований подготовка по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА осуществляется на основе обязательного соблюдения необходимых мер безопасности в целях сохранения здоровья лиц, проходящих спортивную подготовку;  
  
- для лиц, проходящих спортивную подготовку по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА, проводятся занятия, направленные на физическую реабилитацию и социальную адаптацию с учетом спортивных дисциплин, функциональных групп, а также индивидуальных особенностей ограничения в состоянии здоровья.

VI. Требования к условиям реализации программ спортивной подготовки, в том числе кадрам, материально-технической базе и инфраструктуре организаций, осуществляющих спортивную подготовку, и иным условиям

19. Организации, осуществляющие спортивную подготовку, должны обеспечить соблюдение требований к условиям реализации Программы, в том числе кадрам, материально-технической базе, инфраструктуре, и иным условиям, установленным настоящим ФССП.

20. Требования к кадрам организаций, осуществляющих спортивную подготовку:

20.1. Уровень квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку, должен соответствовать требованиям, определенным [Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел "Квалификационные характеристики должностей работников в области физической культуры и спорта"](http://docs.cntd.ru/document/902296125), утвержденным [приказом Минздравсоцразвития России от 15.08.2011 N 916н](http://docs.cntd.ru/document/902296125) (зарегистрирован Минюстом России 14.10.2011, регистрационный N 22054) (далее - [ЕКСД](http://docs.cntd.ru/document/902296125)), в том числе следующим требованиям:  
  
- на этапе начальной подготовки - наличие среднего профессионального образования или высшего профессионального образования без предъявления требований к стажу работы по специальности;  
  
- на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) - наличие среднего профессионального образования или высшего профессионального образования и стажа работы по специальности не менее одного года;  
  
- на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства - наличие высшего профессионального образования и стажа работы по специальности не менее трех лет.

20.2. Лица, не имеющие специальной подготовки или стажа работы, установленных в разделе "Требования к квалификации" [ЕКСД](http://docs.cntd.ru/document/902296125), но обладающие достаточным практическим опытом и выполняющие качественно и в полном объеме возложенные на них должностные обязанности, по рекомендации аттестационной комиссии назначаются на соответствующие должности так же, как и лица, имеющие специальную подготовку и стаж работы.  
\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  
 [Пункт 6 ЕКСД](http://docs.cntd.ru/document/902296125).

20.3. Количественный расчет кадровой потребности осуществляется на основе тарификации тренерского состава, планово-расчетных показателей количества лиц, осуществляющих спортивную подготовку, и режима эксплуатации спортивных сооружений, на которых осуществляется реализация Программы.

21. Требования к материально-технической базе и инфраструктуре организаций, осуществляющих спортивную подготовку, и иным условиям:  
  
- наличие тренировочного спортивного зала;  
  
- наличие тренажерного зала;  
  
- наличие раздевалок, душевых;  
  
- наличие игрового зала для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании словосочетания: "баскетбол на колясках", "волейбол сидя", "настольный теннис", "регби на колясках", "теннис на колясках";  
  
- наличие лыжно-биатлонной трассы для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании слово "биатлон";  
  
- наличие велотрека для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании словосочетание "велоспорт - трек";  
  
- наличие горнолыжной трассы для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании словосочетание "горнолыжный спорт";  
  
- наличие площадки для игры в кёрлинг для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании словосочетание "кёрлинг на колясках";  
  
- наличие площадки для занятий конным спортом для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании словосочетание "конный спорт";  
  
- наличие беговой дорожки для спортивных дисциплин, содержащих в наименовании словосочетания: "легкая атлетика - бег на короткие дистанции", "легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции";  
  
- наличие места для метания (толкания), состоящего из площадки (на которой расположен круг, ограниченный кольцом) или дорожки для разбега, с которых производится бросок (толчок), и сектора или коридора для приземления снарядов, для спортивных дисциплин, содержащих в наименовании словосочетание "легкая атлетика - метания";  
  
- наличие места для прыжков, состоящего из дорожки (сектора) для разбега и места (ямы) для приземления, для спортивных дисциплин, содержащих в наименовании словосочетание "легкая атлетика - прыжки";  
  
- наличие плавательного бассейна для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании слово "плавание";  
  
- наличие тира для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании словосочетание "пулевая стрельба";  
  
- наличие площадки для стрельбы из лука (стрелковой поляны) для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании словосочетание "стрельба из лука";

- наличие хоккейной площадки для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании словосочетание "хоккей - следж";  
  
- наличие медицинского кабинета, оборудованного в соответствии с [приказом Минздравсоцразвития России от 09.08.2010 N 613н "Об утверждении Порядка оказания медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий"](http://docs.cntd.ru/document/902229984)(зарегистрирован Минюстом России 14.09.2010, регистрационный N 18428);  
  
- обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки (приложение N 12 к настоящему ФССП);  
  
- обеспечение спортивной экипировкой (приложение N 13 к настоящему ФССП);  
  
- обеспечение проезда к месту проведения спортивных мероприятий и обратно;  
  
- обеспечение питанием и проживанием в период проведения спортивных мероприятий;  
  
- осуществление медицинского обеспечения лиц, проходящих спортивную подготовку, в том числе организация систематического медицинского контроля.

Приложение N 1. Продолжительность этапов спортивной подготовки, минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки и минимальное количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по виду ...

Приложение N 1  
к Федеральному стандарту

       
Продолжительность этапов спортивной подготовки, минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки и минимальное количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |
| Этапы спортивной подготовки | Продолжи- тельность этапов (в годах) | Мини- мальный возраст для зачис- ления в группы (лет) | Периоды спортивной подготовки | Функцио- нальные группы | Наполняе- мость групп (человек) |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| **Академическая гребля - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | |
| Этап начальной | Без | 10 | До года | III | 10 |
| подготовки | ограничений |  |  | II | 8 |
|  |  |  |  | I | 3 |
|  |  |  | Свыше года | III | 8 |
|  |  |  |  | II | 6 |
|  |  |  |  | I | 2 |
| Тренировочный | Без | 12 | До года | III | 6 |
| этап (этап | ограничений |  |  | II | 5 |
| спортивной |  |  |  | I | 2 |
| специализации) |  |  | Второй и | III | 5 |
|  |  |  | третий | II | 4 |
|  |  |  | годы | I | 1 |
|  |  |  | Четвертый и | III | 4 |
|  |  |  | последующие | II | 3 |
|  |  |  | годы | I | 1 |
| Этап | Без | 16 | Все периоды | III | 3 |
| совершенствования | ограничений |  |  | II | 2 |
| спортивного мастерства |  |  |  | I | 1 |
| Этап высшего | Без | 17 | Все периоды | III | 2 |
| спортивного | ограничений |  |  | II | 2 |
| мастерства |  |  |  | I | 1 |
| **Баскетбол на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | |
| Этап начальной | Без | 8 | До года | III | 10 |
| подготовки | ограничений |  |  | II | 8 |
|  |  |  |  | I | 3 |
|  |  |  | Свыше года | III | 8 |
|  |  |  |  | II | 6 |
|  |  |  |  | I | 2 |
| Тренировочный | Без | 10 | До года | III | 6 |
| этап (этап | ограничений |  |  | II | 5 |
| спортивной |  |  |  | I | 2 |
| специализации) |  |  | Второй и | III | 5 |
|  |  |  | третий | II | 4 |
|  |  |  | годы | I | 2 |
|  |  |  | Четвертый и | III | 4 |
|  |  |  | последующие | II | 3 |
|  |  |  | годы | I | 1 |
| Этап | Без | 14 | Все периоды | III | 3 |
| совершенствования | ограничений |  |  | II | 2 |
| спортивного мастерства |  |  |  | I | 1 |
| Этап высшего | Без | 15 | Все периоды | III | 2 |
| спортивного | ограничений |  |  | II | 2 |
| мастерства |  |  |  | I | 1 |
| **Биатлон - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | |
| Этап начальной | Без | 9 | До года | III | 10 |
| подготовки | ограничений |  |  | II | 8 |
|  |  |  |  | I | 3 |
|  |  |  | Свыше года | III | 8 |
|  |  |  |  | II | 6 |
|  |  |  |  | I | 2 |
| Тренировочный | Без | 11 | До года | III | 6 |
| этап (этап | ограничений |  |  | II | 5 |
| спортивной |  |  |  | I | 2 |
| специализации) |  |  | Второй и | III | 5 |
|  |  |  | третий | II | 4 |
|  |  |  | годы | I | 2 |
|  |  |  | Четвертый и | III | 4 |
|  |  |  | последующие | II | 3 |
|  |  |  | годы | I | 1 |
| Этап | Без | 15 | Все периоды | III | 3 |
| совершенствования | ограничений |  |  | II | 2 |
| спортивного мастерства |  |  |  | I | 1 |
| Этап высшего | Без | 16 | Все периоды | III | 2 |
| спортивного | ограничений |  |  | II | 2 |
| мастерства |  |  |  | I | 1 |
| **Бочча - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | |
| Этап начальной | Без | 9 | До года | III | 10 |
| подготовки | ограничений |  |  | II | 8 |
|  |  |  |  | I | 3 |
|  |  |  | Свыше года | III | 8 |
|  |  |  |  | II | 6 |
|  |  |  |  | I | 2 |
| Тренировочный | Без | 11 | До года | III | 6 |
| этап (этап | ограничений |  |  | II | 5 |
| спортивной |  |  |  | I | 2 |
| специализации) |  |  | Второй и | III | 5 |
|  |  |  | третий | II | 4 |
|  |  |  | годы | I | 2 |
|  |  |  | Четвертый и | III | 4 |
|  |  |  | последующие | II | 3 |
|  |  |  | годы | I | 1 |
| Этап | Без | 13 | Все периоды | III | 3 |
| совершенствования | ограничений |  |  | II | 2 |
| спортивного мастерства |  |  |  | I | 1 |
| Этап высшего | Без | 15 | Все периоды | III | 2 |
| спортивного | ограничений |  |  | II | 2 |
| мастерства |  |  |  | I | 1 |
| **Велоспорт - трек - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | |
| Этап начальной | Без | 10 | До года | III | 10 |
| подготовки | ограничений |  |  | II | 8 |
|  |  |  |  | I | 3 |
|  |  |  | Свыше года | III | 8 |
|  |  |  |  | II | 6 |
|  |  |  |  | I | 2 |
| Тренировочный | Без | 12 | До года | III | 6 |
| этап (этап | ограничений |  |  | II | 5 |
| спортивной |  |  |  | I | 2 |
| специализации) |  |  | Второй и | III | 5 |
|  |  |  | третий | II | 4 |
|  |  |  | годы | I | 2 |
|  |  |  | Четвертый и | III | 4 |
|  |  |  | последующие | II | 3 |
|  |  |  | годы | I | 1 |
| Этап | Без | 16 | Все периоды | III | 3 |
| совершенствования | ограничений |  |  | II | 2 |
| спортивного мастерства |  |  |  | I | 1 |
| Этап высшего | Без | 17 | Все периоды | III | 2 |
| спортивного | ограничений |  |  | II | 2 |
| мастерства |  |  |  | I | 1 |
| **Велоспорт - шоссе - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | |
| Этап начальной | Без | 10 | До года | III | 10 |
| подготовки | ограничений |  |  | II | 8 |
|  |  |  |  | I | 3 |
|  |  |  | Свыше года | III | 8 |
|  |  |  |  | II | 6 |
|  |  |  |  | I | 2 |
| Тренировочный | Без | 12 | До года | III | 6 |
| этап (этап | ограничений |  |  | II | 5 |
| спортивной |  |  |  | I | 2 |
| специализации) |  |  | Второй и | III | 5 |
|  |  |  | третий | II | 4 |
|  |  |  | годы | I | 2 |
|  |  |  | Четвертый и | III | 4 |
|  |  |  | последующие | II | 3 |
|  |  |  | годы | I | 1 |
| Этап | Без | 16 | Все периоды | III | 3 |
| совершенствования | ограничений |  |  | II | 2 |
| спортивного мастерства |  |  |  | I | 1 |
| Этап высшего | Без | 17 | Все периоды | III | 2 |
| спортивного | ограничений |  |  | II | 2 |
| мастерства |  |  |  | I | 1 |
| **Волейбол сидя - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | |
| Этап начальной | Без | 9 | До года | III | 10 |
| подготовки | ограничений |  |  | II | 8 |
|  |  |  |  | I | 3 |
|  |  |  | Свыше года | III | 8 |
|  |  |  |  | II | 6 |
|  |  |  |  | I | 2 |
| Тренировочный | Без | 11 | До года | III | 6 |
| этап (этап | ограничений |  |  | II | 5 |
| спортивной |  |  |  | I | 2 |
| специализации) |  |  | Второй и | III | 5 |
|  |  |  | третий | II | 4 |
|  |  |  | годы | I | 2 |
|  |  |  | Четвертый и | III | 4 |
|  |  |  | последующие | II | 3 |
|  |  |  | годы | I | 1 |
| Этап | Без | 15 | Все периоды | III | 3 |
| совершенствования | ограничений |  |  | II | 2 |
| спортивного мастерства |  |  |  | I | 1 |
| Этап высшего | Без | 16 | Все периоды | III | 2 |
| спортивного | ограничений |  |  | II | 2 |
| мастерства |  |  |  | I | 1 |
| **Горнолыжный спорт - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | |
| Этап начальной | Без | 8 | До года | III | 10 |
| подготовки | ограничений |  |  | II | 8 |
|  |  |  |  | I | 3 |
|  |  |  | Свыше года | III | 8 |
|  |  |  |  | II | 6 |
|  |  |  |  | I | 2 |
| Тренировочный | Без | 10 | До года | III | 6 |
| этап (этап | ограничений |  |  | II | 5 |
| спортивной |  |  |  | I | 2 |
| специализации) |  |  | Второй и | III | 5 |
|  |  |  | третий | II | 4 |
|  |  |  | годы | I | 2 |
|  |  |  | Четвертый и | III | 4 |
|  |  |  | последующие | II | 3 |
|  |  |  | годы | I | 1 |
| Этап | Без | 14 | Все периоды | III | 3 |
| совершенствования | ограничений |  |  | II | 2 |
| спортивного мастерства |  |  |  | I | 1 |
| Этап высшего | Без | 15 | Все периоды | III | 2 |
| спортивного | ограничений |  |  | II | 2 |
| мастерства |  |  |  | I | 1 |
| **Кёрлинг на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | |
| Этап начальной | Без | 10 | До года | III | 10 |
| подготовки | ограничений |  |  | II | 8 |
|  |  |  |  | I | 3 |
|  |  |  | Свыше года | III | 8 |
|  |  |  |  | II | 6 |
|  |  |  |  | I | 2 |
| Тренировочный | Без | 12 | До года | III | 6 |
| этап (этап | ограничений |  |  | II | 5 |
| спортивной |  |  |  | I | 2 |
| специализации) |  |  | Второй и | III | 5 |
|  |  |  | третий | II | 4 |
|  |  |  | годы | I | 2 |
|  |  |  | Четвертый и | III | 4 |
|  |  |  | последующие | II | 3 |
|  |  |  | годы | I | 1 |
| Этап | Без | 16 | Все периоды | III | 3 |
| совершенствования | ограничений |  |  | II | 2 |
| спортивного мастерства |  |  |  | I | 1 |
| Этап высшего | Без | 17 | Все периоды | III | 2 |
| спортивного | ограничений |  |  | II | 2 |
| мастерства |  |  |  | I | 1 |
| **Конный спорт - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | |
| Этап начальной | Без | 10 | До года | III | 10 |
| подготовки | ограничений |  |  | II | 8 |
|  |  |  |  | I | 3 |
|  |  |  | Свыше года | III | 8 |
|  |  |  |  | II | 6 |
|  |  |  |  | I | 2 |
| Тренировочный | Без | 12 | До года | III | 6 |
| этап (этап | ограничений |  |  | II | 5 |
| спортивной |  |  |  | I | 2 |
| специализации) |  |  | Второй и | III | 5 |
|  |  |  | третий | II | 4 |
|  |  |  | годы | I | 2 |
|  |  |  | Четвертый и | III | 4 |
|  |  |  | последующие | II | 3 |
|  |  |  | годы | I | 1 |
| Этап | Без | 16 | Все периоды | III | 3 |
| совершенствования | ограничений |  |  | II | 2 |
| спортивного мастерства |  |  |  | I | 1 |
| Этап высшего | Без | 17 | Все периоды | III | 2 |
| спортивного | ограничений |  |  | II | 2 |
| мастерства |  |  |  | I | 1 |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции, легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции, легкая атлетика - метания, легкая атлетика - прыжки I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | |
| Этап начальной | Без | 9 | До года | III | 10 |
| подготовки | ограничений |  |  | II | 8 |
|  |  |  |  | I | 3 |
|  |  |  | Свыше года | III | 8 |
|  |  |  |  | II | 6 |
|  |  |  |  | I | 2 |
| Тренировочный | Без | 11 | До года | III | 6 |
| этап (этап | ограничений |  |  | II | 5 |
| спортивной |  |  |  | I | 2 |
| специализации) |  |  | Второй и | III | 5 |
|  |  |  | третий | II | 4 |
|  |  |  | годы | I | 2 |
|  |  |  | Четвертый и | III | 4 |
|  |  |  | последующие | II | 3 |
|  |  |  | годы | I | 1 |
| Этап | Без | 15 | Все периоды | III | 3 |
| совершенствования | ограничений |  |  | II | 2 |
| спортивного мастерства |  |  |  | I | 1 |
| Этап высшего | Без | 16 | Все периоды | III | 2 |
| спортивного | ограничений |  |  | II | 2 |
| мастерства |  |  |  | I | 1 |
| **Лыжные гонки - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | |
| Этап начальной | Без | 9 | До года | III | 10 |
| подготовки | ограничений |  |  | II | 8 |
|  |  |  |  | I | 3 |
|  |  |  | Свыше года | III | 8 |
|  |  |  |  | II | 6 |
|  |  |  |  | I | 2 |
| Тренировочный | Без | 11 | До года | III | 6 |
| этап (этап | ограничений |  |  | II | 5 |
| спортивной |  |  |  | I | 2 |
| специализации) |  |  | Второй и | III | 5 |
|  |  |  | третий | II | 4 |
|  |  |  | годы | I | 2 |
|  |  |  | Четвертый и | III | 4 |
|  |  |  | последующие | II | 3 |
|  |  |  | годы | I | 1 |
| Этап | Без | 15 | Все периоды | III | 3 |
| совершенствования | ограничений |  |  | II | 2 |
| спортивного мастерства |  |  |  | I | 1 |
| Этап высшего | Без | 16 | Все периоды | III | 2 |
| спортивного | ограничений |  |  | II | 2 |
| мастерства |  |  |  | I | 1 |
| **Настольный теннис - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | |
| Этап начальной | Без | 7 | До года | III | 10 |
| подготовки | ограничений |  |  | II | 8 |
|  |  |  |  | I | 3 |
|  |  |  | Свыше года | III | 8 |
|  |  |  |  | II | 6 |
|  |  |  |  | I | 2 |
| Тренировочный | Без | 9 | До года | III | 6 |
| этап (этап | ограничений |  |  | II | 5 |
| спортивной |  |  |  | I | 2 |
| специализации) |  |  | Второй и | III | 5 |
|  |  |  | третий | II | 4 |
|  |  |  | годы | I | 2 |
|  |  |  | Четвертый и | III | 4 |
|  |  |  | последующие | II | 3 |
|  |  |  | годы | I | 1 |
| Этап | Без | 13 | Все периоды | III | 3 |
| совершенствования | ограничений |  |  | II | 2 |
| спортивного мастерства |  |  |  | I | 1 |
| Этап высшего | Без | 14 | Все периоды | III | 2 |
| спортивного | ограничений |  |  | II | 2 |
| мастерства |  |  |  | I | 1 |
| **Парусный спорт - класс "Скуд 18", парусный спорт - класс "Сонар", парусный спорт - класс 2,4 метра - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | |
| Этап начальной | Без | 9 | До года | III | 10 |
| подготовки | ограничений |  |  | II | 8 |
|  |  |  |  | I | 3 |
|  |  |  | Свыше года | III | 8 |
|  |  |  |  | II | 6 |
|  |  |  |  | I | 2 |
| Тренировочный | Без | 11 | До года | III | 6 |
| этап (этап | ограничений |  |  | II | 5 |
| спортивной |  |  |  | I | 2 |
| специализации) |  |  | Второй и | III | 5 |
|  |  |  | третий | II | 4 |
|  |  |  | годы | I | 2 |
|  |  |  | Четвертый и | III | 4 |
|  |  |  | последующие | II | 3 |
|  |  |  | годы | I | 1 |
| Этап | Без | 15 | Все периоды | III | 3 |
| совершенствования | ограничений |  |  | II | 2 |
| спортивного мастерства |  |  |  | I | 1 |
| Этап высшего | Без | 16 | Все периоды | III | 2 |
| спортивного | ограничений |  |  | II | 2 |
| мастерства |  |  |  | I | 1 |
| **Пауэрлифтинг - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | |
| Этап начальной | Без | 10 | До года | III | 10 |
| подготовки | ограничений |  |  | II | 8 |
|  |  |  |  | I | 3 |
|  |  |  | Свыше года | III | 8 |
|  |  |  |  | II | 6 |
|  |  |  |  | I | 2 |
| Тренировочный | Без | 12 | До года | III | 6 |
| этап (этап | ограничений |  |  | II | 5 |
| спортивной |  |  |  | I | 2 |
| специализации) |  |  | Второй и | III | 5 |
|  |  |  | третий | II | 4 |
|  |  |  | годы | I | 2 |
|  |  |  | Четвертый и | III | 4 |
|  |  |  | последующие | II | 3 |
|  |  |  | годы | I | 1 |
| Этап | Без | 16 | Все периоды | III | 3 |
| совершенствования | ограничений |  |  | II | 2 |
| спортивного мастерства |  |  |  | I | 1 |
| Этап высшего | Без | 17 | Все периоды | III | 2 |
| спортивного | ограничений |  |  | II | 2 |
| мастерства |  |  |  | I | 1 |
| **Плавание - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | |
| Этап начальной | Без | 7 | До года | III | 10 |
| подготовки | ограничений |  |  | II | 8 |
|  |  |  |  | I | 3 |
|  |  |  | Свыше года | III | 8 |
|  |  |  |  | II | 6 |
|  |  |  |  | I | 2 |
| Тренировочный | Без | 9 | До года | III | 6 |
| этап (этап | ограничений |  |  | II | 5 |
| спортивной |  |  |  | I | 2 |
| специализации) |  |  | Второй и | III | 5 |
|  |  |  | третий | II | 4 |
|  |  |  | годы | I | 2 |
|  |  |  | Четвертый и | III | 4 |
|  |  |  | последующие | II | 3 |
|  |  |  | годы | I | 1 |
| Этап |  | 13 | Все периоды | III | 3 |
| совершенствования | Без |  |  | II | 2 |
| спортивного мастерства | ограничений |  |  | I | 1 |
| Этап высшего | Без | 14 | Все периоды | III | 2 |
| спортивного | ограничений |  |  | II | 2 |
| мастерства |  |  |  | I | 1 |
| **Пулевая стрельба - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | |
| Этап начальной | Без | 10 | До года | III | 10 |
| подготовки | ограничений |  |  | II | 8 |
|  |  |  |  | I | 3 |
|  |  |  | Свыше года | III | 8 |
|  |  |  |  | II | 6 |
|  |  |  |  | I | 2 |
| Тренировочный | Без | 12 | До года | III | 6 |
| этап (этап | ограничений |  |  | II | 5 |
| спортивной |  |  |  | I | 2 |
| специализации) |  |  | Второй и | III | 5 |
|  |  |  | третий | II | 4 |
|  |  |  | годы | I | 2 |
|  |  |  | Четвертый и | III | 4 |
|  |  |  | последующие | II | 3 |
|  |  |  | годы | I | 1 |
| Этап | Без | 16 | Все периоды | III | 3 |
| совершенствования | ограничений |  |  | II | 2 |
| спортивного мастерства |  |  |  | I | 1 |
| Этап высшего | Без | 17 | Все периоды | III | 2 |
| спортивного | ограничений |  |  | II | 2 |
| мастерства |  |  |  | I | 1 |
| **Регби на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины** | | | | | |
| Этап начальной | Без | 9 | До года | III | 10 |
| подготовки | ограничений |  |  | II | 8 |
|  |  |  |  | I | 3 |
|  |  |  | Свыше года | III | 8 |
|  |  |  |  | II | 6 |
|  |  |  |  | I | 2 |
| Тренировочный | Без | 11 | До года | III | 6 |
| этап (этап | ограничений |  |  | II | 5 |
| спортивной |  |  |  | I | 2 |
| специализации) |  |  | Второй и | III | 5 |
|  |  |  | третий | II | 4 |
|  |  |  | годы | I | 2 |
|  |  |  | Четвертый и | III | 4 |
|  |  |  | последующие | II | 3 |
|  |  |  | годы | I | 1 |
| Этап | Без | 15 | Все периоды | III | 3 |
| совершенствования | ограничений |  |  | II | 2 |
| спортивного мастерства |  |  |  | I | 1 |
| Этап высшего | Без | 16 | Все периоды | III | 2 |
| спортивного | ограничений |  |  | II | 2 |
| мастерства |  |  |  | I | 1 |
| **Стрельба из лука - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | |
| Этап начальной | Без | 11 | До года | III | 10 |
| подготовки | ограничений |  |  | II | 8 |
|  |  |  |  | I | 3 |
|  |  |  | Свыше года | III | 8 |
|  |  |  |  | II | 6 |
|  |  |  |  | I | 2 |
| Тренировочный | Без | 13 | До года | III | 6 |
| этап (этап | ограничений |  |  | II | 5 |
| спортивной |  |  |  | I | 2 |
| специализации) |  |  | Второй и | III | 5 |
|  |  |  | третий | II | 4 |
|  |  |  | годы | I | 2 |
|  |  |  | Четвертый и | III | 4 |
|  |  |  | последующие | II | 3 |
|  |  |  | годы | I | 1 |
| Этап | Без | 17 | Все периоды | III | 3 |
| совершенствования | ограничений |  |  | II | 2 |
| спортивного мастерства |  |  |  | I | 1 |
| Этап высшего | Без | 18 | Все периоды | III | 2 |
| спортивного | ограничений |  |  | II | 2 |
| мастерства |  |  |  | I | 1 |
| **Теннис на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | |
| Этап начальной | Без | 7 | До года | III | 10 |
| подготовки | ограничений |  |  | II | 8 |
|  |  |  |  | I | 3 |
|  |  |  | Свыше года | III | 8 |
|  |  |  |  | II | 6 |
|  |  |  |  | I | 2 |
| Тренировочный | Без | 9 | До года | III | 6 |
| этап (этап | ограничений |  |  | II | 5 |
| спортивной |  |  |  | I | 2 |
| специализации) |  |  | Второй и | III | 5 |
|  |  |  | третий | II | 4 |
|  |  |  | годы | I | 2 |
|  |  |  | Четвертый и | III | 4 |
|  |  |  | последующие | II | 3 |
|  |  |  | годы | I | 1 |
| Этап | Без | 13 | Все периоды | III | 3 |
| совершенствования | ограничений |  |  | II | 2 |
| спортивного мастерства |  |  |  | I | 1 |
| Этап высшего | Без | 14 | Все периоды | III | 2 |
| спортивного | ограничений |  |  | II | 2 |
| мастерства |  |  |  | I | 1 |
| **Фехтование - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | |
| Этап начальной | Без | 10 | До года | III | 10 |
| подготовки | ограничений |  |  | II | 8 |
|  |  |  |  | I | 3 |
|  |  |  | Свыше года | III | 8 |
|  |  |  |  | II | 6 |
|  |  |  |  | I | 2 |
| Тренировочный | Без | 12 | До года | III | 6 |
| этап (этап | ограничений |  |  | II | 5 |
| спортивной |  |  |  | I | 2 |
| специализации) |  |  | Второй и | III | 5 |
|  |  |  | третий | II | 4 |
|  |  |  | годы | I | 2 |
|  |  |  | Четвертый и | III | 4 |
|  |  |  | последующие | II | 3 |
|  |  |  | годы | I | 1 |
| Этап | Без | 16 | Все периоды | III | 3 |
| совершенствования | ограничений |  |  | II | 2 |
| спортивного мастерства |  |  |  | I | 1 |
| Этап высшего | Без ограничений | 17 | Все периоды | III | 2 |
| спортивного |  |  |  | II | 2 |
| мастерства |  |  |  | I | 1 |
| **Хоккей - следж - I, II, III функциональные группы мужчины** | | | | | |
| Этап начальной | Без | 9 | До года | III | 10 |
| подготовки | ограничений |  |  | II | 8 |
|  |  |  |  | I | 3 |
|  |  |  | Свыше года | III | 8 |
|  |  |  |  | II | 6 |
|  |  |  |  | I | 2 |
| Тренировочный | Без | 11 | До года | III | 6 |
| этап (этап | ограничений |  |  | II | 5 |
| спортивной |  |  |  | I | 2 |
| специализации) |  |  | Второй и | III | 5 |
|  |  |  | третий | II | 4 |
|  |  |  | годы | I | 2 |
|  |  |  | Четвертый и | III | 4 |
|  |  |  | последующие | II | 3 |
|  |  |  | годы | I | 1 |
| Этап | Без | 15 | Все периоды | III | 3 |
| совершенствования | ограничений |  |  | II | 2 |
| спортивного мастерства |  |  |  | I | 1 |
| Этап высшего | Без | 16 | Все периоды | III | 2 |
| спортивного | ограничений |  |  | II | 2 |
| мастерства |  |  |  | I | 1 |

Приложение N 2. Соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА

Приложение N 2  
к Федеральному стандарту

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |
| Содержание подготовки | Этапы спортивной подготовки | | | |
|  | этап начальной подготовки (%) | тренировочный этап (этап спортивной специализации) (%) | этап совершенст- вования спортивного мастерства (%) | этап высшего спортивного мастерства (%) |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| **Академическая гребля - I, II, III функциональные группы мужчины** | | | | |
| Общая физическая подготовка | 44-48 | 40-44 | 36-40 | 32-36 |
| Специальная физическая подготовка | 8-12 | 16-20 | 23-27 | 28-32 |
| Техническая подготовка | 20-24 | 16-20 | 12-16 | 8-12 |
| Тактическая подготовка | 1-3 | 1-3 | 1-4 | 1-4 |
| Психологическая подготовка | 3-7 | 2-6 | 1-5 | 1-5 |
| Теоретическая подготовка | 3-7 | 2-6 | 1-5 | 1-4 |
| Спортивные соревнования | 1-3 | 1-4 | 2-6 | 4-8 |
| Интегральная подготовка | 1-4 | 2-6 | 3-7 | 4-8 |
| Восстановительные мероприятия | 6-10 | 5-9 | 4-8 | 5-9 |
| **Академическая гребля - I, II, III функциональные группы женщины** | | | | |
| Общая физическая подготовка | 41-45 | 38-42 | 36-40 | 28-32 |
| Специальная физическая подготовка | 10-14 | 16-20 | 23-27 | 30-34 |
| Техническая подготовка | 20-24 | 16-20 | 12-16 | 8-12 |
| Тактическая подготовка | 1-3 | 1-3 | 1-4 | 1-4 |
| Психологическая подготовка | 4-8 | 4-8 | 2-6 | 3-7 |
| Теоретическая подготовка | 3-7 | 2-6 | 1-5 | 1-4 |
| Спортивные соревнования | 1-3 | 1-4 | 1-5 | 4-8 |
| Интегральная подготовка | 1-4 | 2-6 | 3-7 | 4-8 |
| Восстановительные мероприятия | 6-10 | 5-9 | 4-8 | 5-9 |
| **Баскетбол на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| Общая физическая подготовка | 8-12 | 8-12 | 8-12 | 3-7 |
| Специальная физическая подготовка | 8-12 | 8-12 | 8-12 | 3-7 |
| Техническая подготовка | 28-32 | 23-27 | 23-27 | 18-22 |
| Тактическая подготовка | 3-7 | 8-12 | 13-17 | 18-22 |
| Психологическая подготовка | 3-7 | 3-7 | 3-7 | 3-7 |
| Теоретическая подготовка | 8-12 | 3-7 | 3-7 | 8-12 |
| Спортивные соревнования | 8-12 | 8-12 | 3-7 | 3-7 |
| Интегральная подготовка | 8-12 | 13-17 | 13-17 | 18-22 |
| Восстановительные мероприятия | 8-12 | 8-12 | 8-12 | 8-12 |
| **Биатлон - I функциональная группа мужчины, женщины** | | | | |
| Общая физическая подготовка | 48-54 | 26-30 | 20-24 | 17-21 |
| Специальная физическая подготовка | 21-23 | 24-26 | 26-30 | 25-29 |
| Техническая подготовка | 6-10 | 24-28 | 24-28 | 26-30 |
| Тактическая подготовка | 1-3 | 4-6 | 6-8 | 8-10 |
| Психологическая подготовка | 0-2 | 0-2 | 1-3 | 1-3 |
| Теоретическая подготовка | 1-4 | 1-4 | 1-4 | 1-3 |
| Спортивные соревнования | 1-4 | 1-4 | 3-7 | 6-10 |
| Интегральная подготовка | 1-4 | 3-6 | 4-8 | 6-10 |
| Восстановительные мероприятия | 4-8 | 4-8 | 4-8 | 4-8 |
| **Биатлон - II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| Общая физическая подготовка | 60-61 | 26-30 | 17-23 | 18-22 |
| Специальная физическая подготовка | 20-22 | 25-29 | 28-32 | 23-27 |
| Техническая подготовка | 10-13 | 28-33 | 28-30 | 30-34 |
| Тактическая подготовка | 0-2 | 4-6 | 6-8 | 8-10 |
| Психологическая подготовка | 0-2 | 0-2 | 1-4 | 1-4 |
| Теоретическая подготовка | 1-4 | 1-4 | 1-4 | 1-4 |
| Спортивные соревнования | 5-8 | 10-12 | 3-7 | 5-9 |
| Интегральная подготовка | 1-4 | 3-6 | 4-8 | 6-10 |
| Восстановительные мероприятия | 4-8 | 4-8 | 4-8 | 4-8 |
| **Бочча - I функциональная группа мужчины, женщины** | | | | |
| Общая физическая подготовка | 17-21 | 9-13 | 8-12 | 5-9 |
| Специальная физическая подготовка | 14-18 | 13-17 | 7-11 | 8-12 |
| Техническая подготовка | 27-31 | 26-30 | 27-31 | 29-33 |
| Тактическая подготовка | 14-18 | 17-21 | 20-24 | 19-23 |
| Психологическая подготовка | 7-11 | 6-10 | 5-9 | 6-10 |
| Теоретическая подготовка | 7-11 | 6-10 | 7-11 | 3-7 |
| Спортивные соревнования | 0-3 | 0-3 | 0-3 | 0-3 |
| Интегральная подготовка | 0-3 | 1-5 | 3-7 | 5-9 |
| Восстановительные мероприятия | 0-2 | 5-9 | 6-10 | 8-12 |
| **Бочча - II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| Общая физическая подготовка | 27-31 | 12-16 | 11-15 | 5-9 |
| Специальная физическая подготовка | 13-17 | 13-17 | 12-16 | 9-13 |
| Техническая подготовка | 24-28 | 26-30 | 27-31 | 29-33 |
| Тактическая подготовка | 12-16 | 16-20 | 18-22 | 18-22 |
| Психологическая подготовка | 5-9 | 5-9 | 4-8 | 6-10 |
| Теоретическая подготовка | 5-9 | 5-9 | 6-10 | 3-7 |
| Спортивные соревнования | 0-3 | 0-3 | 0-3 | 0-3 |
| Интегральная подготовка | 0-3 | 1-5 | 3-7 | 5-9 |
| Восстановительные мероприятия | 0-2 | 5-9 | 6-10 | 8-12 |
| **Велоспорт - трек, велоспорт - шоссе - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| Общая физическая подготовка | 53-57 | 38-42 | 28-32 | 13-17 |
| Специальная физическая подготовка | 33-37 | 43-47 | 53-57 | 63-67 |
| Техническая подготовка | 3-7 | 1-5 | 0-4 | 0-3 |
| Тактическая подготовка | 3-7 | 0-4 | 0-3 | 0-3 |
| Психологическая подготовка | 0-2 | 0-4 | 0-4 | 0-4 |
| Теоретическая подготовка | 0-2 | 0-3 | 0-3 | 0-3 |
| Спортивные соревнования | 1-5 | 0-4 | 0-3 | 0-3 |
| Интегральная подготовка | 0-4 | 1-5 | 3-7 | 3-7 |
| Восстановительные мероприятия | 0-2 | 0-4 | 1-5 | 2-6 |
| **Волейбол сидя - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| Общая физическая подготовка | 59-63 | 49-53 | 42-46 | 42-44 |
| Специальная физическая подготовка | 28-30 | 32-36 | 39-43 | 42-46 |
| Техническая подготовка | 3-7 | 1-5 | 0-4 | 0-4 |
| Тактическая подготовка | 1-5 | 0-4 | 0-3 | 0-3 |
| Психологическая подготовка | 0-2 | 1-4 | 1-4 | 1-4 |
| Теоретическая подготовка | 0-2 | 1-3 | 1-3 | 1-3 |
| Спортивные соревнования | 1-5 | 1-4 | 1-3 | 1-3 |
| Интегральная подготовка | 1-4 | 1-5 | 3-7 | 2-6 |
| Восстановительные мероприятия | 0-2 | 1-4 | 1-5 | 3-7 |
| **Горнолыжный спорт - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| Общая физическая подготовка | 55-60 | 30-35 | 30-35 | 26-28 |
| Специальная физическая подготовка | 8-12 | 8-12 | 6-10 | 8-12 |
| Техническая подготовка | 17-20 | 42-46 | 40-45 | 28-32 |
| Тактическая подготовка | 0-2 | 3-5 | 5-8 | 6-10 |
| Психологическая подготовка | 0-2 | 0-2 | 1-4 | 1-4 |
| Теоретическая подготовка | 3-7 | 3-7 | 1-4 | 1-4 |
| Спортивные соревнования | 1-4 | 1-5 | 3-7 | 5-9 |
| Интегральная подготовка | 1-4 | 1-5 | 3-7 | 6-10 |
| Восстановительные мероприятия | 4-8 | 4-8 | 4-8 | 4-8 |
| **Кёрлинг на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| Общая физическая подготовка | 15-18 | 10-14 | 9-13 | 8-12 |
| Специальная физическая подготовка | 12-17 | 10-15 | 7-11 | 5-9 |
| Техническая подготовка | 28-32 | 23-27 | 23-27 | 18-22 |
| Тактическая подготовка | 3-7 | 8-12 | 13-17 | 18-22 |
| Психологическая подготовка | 0-2 | 0-2 | 1-3 | 1-3 |
| Теоретическая подготовка | 6-11 | 5-10 | 2-6 | 1-4 |
| Спортивные соревнования | 1-4 | 2-6 | 3-7 | 5-9 |
| Интегральная подготовка | 8-12 | 13-17 | 13-17 | 18-22 |
| Восстановительные мероприятия | 4-8 | 4-8 | 4-8 | 4-8 |
| **Конный спорт - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| Общая физическая подготовка | 48-52 | 20-24 | 15-19 | 12-16 |
| Специальная физическая подготовка | 20-24 | 30-34 | 36-40 | 42-46 |
| Техническая подготовка | 13-17 | 28-32 | 27-31 | 23-27 |
| Тактическая подготовка | 0-2 | 1-3 | 1-3 | 1-3 |
| Психологическая подготовка | 4-8 | 3-7 | 3-7 | 4-8 |
| Теоретическая подготовка | 4-8 | 3-7 | 2-6 | 3-7 |
| Спортивные соревнования | 0-2 | 1-4 | 1-4 | 1-5 |
| Интегральная подготовка | 1-3 | 1-3 | 1-3 | 1-4 |
| Восстановительные мероприятия | 0-2 | 1-4 | 1-5 | 2-6 |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции, легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| Общая физическая подготовка | 59-63 | 49-53 | 40-44 | 38-40 |
| Специальная физическая подготовка | 28-30 | 32-36 | 39-43 | 42-46 |
| Техническая подготовка | 3-7 | 1-5 | 4-6 | 5-6 |
| Тактическая подготовка | 1-5 | 0-4 | 0-3 | 0-3 |
| Психологическая подготовка | 0-2 | 1-4 | 1-4 | 1-4 |
| Теоретическая подготовка | 0-2 | 1-3 | 1-3 | 1-3 |
| Спортивные соревнования | 1-4 | 1-5 | 4-5 | 5-6 |
| Интегральная подготовка | 1-5 | 1-4 | 1-3 | 1-3 |
| Восстановительные мероприятия | 0-2 | 1-4 | 1-5 | 3-7 |
| **Легкая атлетика - метания I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| Общая физическая подготовка | 50-54 | 37-41 | 28-32 | 22-26 |
| Специальная физическая подготовка | 23-27 | 30-34 | 35-39 | 40-44 |
| Техническая подготовка | 13-17 | 17-21 | 20-24 | 22-26 |
| Тактическая подготовка | 1-5 | 1-4 | 1-3 | 1-3 |
| Психологическая подготовка | 0-2 | 1-4 | 1-4 | 1-4 |
| Теоретическая подготовка | 0-2 | 1-3 | 1-3 | 1-3 |
| Спортивные соревнования | 1-4 | 1-4 | 3-5 | 5-6 |
| Интегральная подготовка | 1-5 | 1-4 | 1-3 | 1-3 |
| Восстановительные мероприятия | 0-2 | 1-4 | 3-5 | 5-7 |
| **Легкая атлетика - прыжки I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| Общая физическая подготовка | 60-64 | 49-53 | 34-38 | 28-30 |
| Специальная физическая подготовка | 18-22 | 25-29 | 33-35 | 35-40 |
| Техническая подготовка | 8-12 | 9-13 | 16-20 | 20-24 |
| Тактическая подготовка | 1-5 | 0-4 | 0-3 | 0-3 |
| Психологическая подготовка | 0-2 | 0-4 | 0-4 | 0-4 |
| Теоретическая подготовка | 0-2 | 0-3 | 0-3 | 0-3 |
| Спортивные соревнования | 0-4 | 2-4 | 4-5 | 5-6 |
| Интегральная подготовка | 1-5 | 0-4 | 0-3 | 0-3 |
| Восстановительные мероприятия | 0-2 | 0-4 | 1-5 | 3-7 |
| **Лыжные гонки - I функциональная группа мужчины, женщины** | | | | |
| Общая физическая подготовка | 40-48 | 27-31 | 18-22 | 16-20 |
| Специальная физическая подготовка | 38-46 | 24-28 | 26-32 | 25-29 |
| Техническая подготовка | 6-10 | 28-32 | 30-34 | 28-32 |
| Тактическая подготовка | 1-3 | 4-6 | 6-8 | 8-10 |
| Психологическая подготовка | 0-2 | 0-2 | 1-3 | 1-3 |
| Теоретическая подготовка | 1-4 | 1-4 | 1-4 | 1-3 |
| Спортивные соревнования | 1-4 | 1-4 | 3-7 | 6-10 |
| Интегральная подготовка | 1-4 | 3-6 | 4-8 | 6-10 |
| Восстановительные мероприятия | 4-8 | 4-8 | 4-8 | 4-8 |
| **Лыжные гонки - II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| Общая физическая подготовка | 40-48 | 25-29 | 15-20 | 19-23 |
| Специальная физическая подготовка | 25-30 | 27-31 | 30-34 | 23-27 |
| Техническая подготовка | 9-13 | 20-25 | 20-26 | 20-26 |
| Тактическая подготовка | 1-3 | 4-6 | 6-8 | 8-10 |
| Психологическая подготовка | 0-2 | 0-2 | 1-3 | 1-3 |
| Теоретическая подготовка | 1-4 | 1-4 | 1-4 | 1-3 |
| Спортивные соревнования | 1-3 | 2-6 | 4-8 | 6-10 |
| Интегральная подготовка | 1-4 | 3-6 | 4-8 | 6-10 |
| Восстановительные мероприятия | 4-8 | 4-8 | 4-8 | 4-8 |
| **Настольный теннис - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| Общая физическая подготовка | 59-63 | 49-53 | 42-46 | 42-44 |
| Специальная физическая подготовка | 28-30 | 32-36 | 39-43 | 42-46 |
| Техническая подготовка | 3-7 | 1-5 | 0-4 | 0-4 |
| Тактическая подготовка | 1-5 | 0-4 | 0-3 | 0-3 |
| Психологическая подготовка | 0-2 | 1-4 | 1-4 | 1-4 |
| Теоретическая подготовка | 0-2 | 1-3 | 1-3 | 1-3 |
| Спортивные соревнования | 1-5 | 1-4 | 1-3 | 1-3 |
| Интегральная подготовка | 1-4 | 1-5 | 3-7 | 2-6 |
| Восстановительные мероприятия | 0-2 | 1-4 | 1-5 | 3-7 |
| **Парусный спорт - класс "Скуд 18", парусный спорт - класс "Сонар", парусный спорт - класс 2,4 метра I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| Общая физическая подготовка | 23-27 | 16-20 | 17-21 | 15-19 |
| Специальная подготовка | 14-18 | 13-17 | 13-17 | 17-21 |
| Техническая подготовка | 15-19 | 11-15 | 9-13 | 9-13 |
| Тактическая подготовка | 6-10 | 11-15 | 13-17 | 15-19 |
| Психологическая подготовка | 0-2 | 1-5 | 1-5 | 3-7 |
| Теоретическая подготовка | 14-18 | 14-18 | 12-16 | 3-7 |
| Спортивные соревнования | 1-3 | 1-3 | 1-3 | 1-3 |
| Интегральная подготовка | 5-9 | 7-11 | 8-12 | 8-12 |
| Восстановительные мероприятия | 6-10 | 7-11 | 8-12 | 10-14 |
| **Пауэрлифтинг - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| Общая физическая подготовка | 48-52 | 20-24 | 15-19 | 12-16 |
| Специальная физическая подготовка | 20-24 | 30-34 | 36-40 | 42-46 |
| Техническая подготовка | 13-17 | 28-32 | 27-31 | 23-27 |
| Тактическая подготовка | 0-2 | 1-3 | 1-3 | 1-3 |
| Психологическая подготовка | 4-8 | 3-7 | 3-7 | 4-8 |
| Теоретическая подготовка | 4-8 | 3-7 | 2-6 | 3-7 |
| Спортивные соревнования | 0-2 | 1-4 | 1-4 | 1-5 |
| Интегральная подготовка | 1-3 | 1-3 | 1-3 | 1-4 |
| Восстановительные мероприятия | 0-2 | 1-4 | 1-5 | 2-6 |
| **Плавание - I функциональная группа мужчины** | | | | |
| Общая физическая подготовка | 17-22 | 15-19 | 13-17 | 10-14 |
| Специальная физическая подготовка | 10-14 | 16-20 | 22-26 | 27-31 |
| Техническая подготовка | 35-39 | 31-35 | 28-32 | 26-30 |
| Тактическая подготовка | 0-2 | 0-3 | 0-3 | 0-3 |
| Психологическая подготовка | 5-9 | 4-8 | 4-8 | 4-8 |
| Теоретическая подготовка | 7-11 | 5-9 | 3-7 | 2-6 |
| Спортивные соревнования | 0-3 | 0-4 | 0-4 | 1-5 |
| Интегральная подготовка | 0-3 | 1-5 | 3-7 | 4-8 |
| Восстановительные мероприятия | 12-16 | 11-15 | 10-14 | 9-13 |
| **Плавание - II функциональная группа мужчины** | | | | |
| Общая физическая подготовка | 27-31 | 23-27 | 18-22 | 14-18 |
| Специальная физическая подготовка | 15-19 | 21-25 | 24-28 | 28-32 |
| Техническая подготовка | 28-32 | 25-29 | 23-27 | 21-25 |
| Тактическая подготовка | 0-2 | 0-2 | 0-3 | 0-3 |
| Психологическая подготовка | 3-7 | 2-6 | 2-6 | 3-7 |
| Теоретическая подготовка | 3-7 | 3-7 | 2-6 | 1-5 |
| Спортивные соревнования | 0-3 | 0-4 | 2-6 | 3-7 |
| Интегральная подготовка | 0-3 | 1-5 | 4-8 | 6-10 |
| Восстановительные мероприятия | 10-14 | 9-13 | 8-12 | 7-11 |
| **Плавание - III функциональная группа мужчины** | | | | |
| Общая физическая подготовка | 36-40 | 31-35 | 23-27 | 18-22 |
| Специальная физическая подготовка | 16-20 | 22-26 | 26-30 | 30-34 |
| Техническая подготовка | 22-26 | 20-24 | 18-22 | 16-20 |
| Тактическая подготовка | 0-2 | 0-2 | 0-3 | 0-3 |
| Психологическая подготовка | 2-6 | 1-5 | 1-5 | 1-5 |
| Теоретическая подготовка | 2-6 | 2-6 | 1-5 | 0-4 |
| Спортивные соревнования | 0-3 | 0-4 | 3-7 | 5-9 |
| Интегральная подготовка | 0-3 | 1-5 | 5-9 | 8-12 |
| Восстановительные мероприятия | 8-12 | 7-11 | 6-10 | 5-9 |
| **Плавание - I функциональная группа женщины** | | | | |
| Общая физическая подготовка | 15-19 | 13-17 | 11-15 | 8-12 |
| Специальная физическая подготовка | 14-18 | 20-24 | 26-30 | 31-35 |
| Техническая подготовка | 33-37 | 30-34 | 27-31 | 25-29 |
| Тактическая подготовка | 0-2 | 0-3 | 0-3 | 0-3 |
| Психологическая подготовка | 6-10 | 4-8 | 4-8 | 4-8 |
| Теоретическая подготовка | 7-11 | 5-9 | 3-7 | 2-6 |
| Спортивные соревнования | 0-2 | 0-3 | 0-3 | 0-4 |
| Интегральная подготовка | 0-3 | 1-5 | 3-7 | 4-8 |
| Восстановительные мероприятия | 12-16 | 11-15 | 10-14 | 9-13 |
| **Плавание - II функциональная группа женщины** | | | | |
| Общая физическая подготовка | 25-29 | 21-25 | 16-20 | 13-17 |
| Специальная физическая подготовка | 15-19 | 23-27 | 28-32 | 31-35 |
| Техническая подготовка | 28-32 | 25-29 | 23-27 | 21-25 |
| Тактическая подготовка | 0-2 | 0-2 | 0-3 | 0-3 |
| Психологическая подготовка | 5-9 | 3-7 | 2-6 | 3-7 |
| Теоретическая подготовка | 3-7 | 3-7 | 2-6 | 1-5 |
| Спортивные соревнования | 0-3 | 0-3 | 0-4 | 1-5 |
| Интегральная подготовка | 0-3 | 1-5 | 4-8 | 6-10 |
| Восстановительные мероприятия | 10-14 | 9-13 | 8-12 | 7-11 |
| **Плавание - III функциональная группа женщины** | | | | |
| Общая физическая подготовка | 36-40 | 31-35 | 23-27 | 18-22 |
| Специальная физическая подготовка | 16-20 | 23-27 | 28-32 | 32-36 |
| Техническая подготовка | 22-26 | 20-24 | 18-22 | 16-20 |
| Тактическая подготовка | 0-2 | 0-2 | 0-3 | 0-3 |
| Психологическая подготовка | 2-6 | 1-5 | 1-5 | 2-6 |
| Теоретическая подготовка | 2-6 | 2-6 | 1-5 | 0-4 |
| Спортивные соревнования | 0-3 | 0-3 | 1-5 | 3-7 |
| Интегральная подготовка | 0-2 | 1-5 | 5-9 | 7-11 |
| Восстановительные мероприятия | 10 | 9 | 8 | 7 |
| **Пулевая стрельба - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| Общая физическая подготовка | 50-54 | 37-41 | 28-32 | 22-26 |
| Специальная физическая подготовка | 23-27 | 30-34 | 35-39 | 40-44 |
| Техническая подготовка | 13-17 | 17-21 | 20-24 | 20-24 |
| Тактическая подготовка | 1-5 | 1-4 | 1-3 | 1-3 |
| Психологическая подготовка | 0-2 | 1-4 | 1-4 | 1-4 |
| Теоретическая подготовка | 0-2 | 1-3 | 1-3 | 1-3 |
| Спортивные соревнования | 1-5 | 1-4 | 1-3 | 1-3 |
| Интегральная подготовка | 1-4 | 1-4 | 1-5 | 2-6 |
| Восстановительные мероприятия | 0-2 | 1-4 | 1-5 | 3-7 |
| **Регби на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины** | | | | |
| Общая физическая подготовка | 59-63 | 49-53 | 42-46 | 42-44 |
| Специальная физическая подготовка | 28-30 | 32-36 | 39-43 | 42-46 |
| Техническая подготовка | 3-7 | 1-5 | 0-4 | 0-4 |
| Тактическая подготовка | 1-5 | 0-4 | 0-3 | 0-3 |
| Психологическая подготовка | 0-2 | 1-4 | 1-4 | 1-4 |
| Теоретическая подготовка | 0-2 | 1-3 | 1-3 | 1-3 |
| Спортивные соревнования | 1-5 | 1-4 | 1-3 | 1-3 |
| Интегральная подготовка | 1-4 | 1-5 | 3-7 | 2-6 |
| Восстановительные мероприятия | 0-2 | 1-4 | 1-5 | 3-7 |
| **Стрельба из лука - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| Общая физическая подготовка | 53-57 | 38-42 | 28-32 | 13-17 |
| Специальная физическая подготовка | 33-37 | 43-47 | 53-57 | 63-67 |
| Техническая подготовка | 3-7 | 1-5 | 0-4 | 0-3 |
| Тактическая подготовка | 3-7 | 0-4 | 0-3 | 0-3 |
| Психологическая подготовка | 0-2 | 0-4 | 0-4 | 0-4 |
| Теоретическая подготовка | 0-2 | 0-3 | 0-3 | 0-3 |
| Спортивные соревнования | 1-5 | 0-4 | 0-3 | 0-3 |
| Интегральная подготовка | 0-4 | 1-5 | 3-7 | 3-7 |
| Восстановительные мероприятия | 0-2 | 0-4 | 1-5 | 2-6 |
| **Теннис на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| Общая физическая подготовка | 59-63 | 49-53 | 42-46 | 42-44 |
| Специальная физическая подготовка | 28-30 | 32-36 | 39-43 | 42-46 |
| Техническая подготовка | 3-7 | 1-5 | 0-4 | 0-4 |
| Тактическая подготовка | 1-5 | 0-4 | 0-3 | 0-3 |
| Психологическая подготовка | 0-2 | 1-4 | 1-4 | 1-4 |
| Теоретическая подготовка | 0-2 | 1-3 | 1-3 | 1-3 |
| Спортивные соревнования | 1-5 | 1-4 | 1-3 | 1-3 |
| Интегральная подготовка | 1-4 | 1-5 | 3-7 | 2-6 |
| Восстановительные мероприятия | 0-2 | 1-4 | 1-5 | 3-7 |
| **Фехтование - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| Общая физическая подготовка | 44-48 | 40-44 | 36-40 | 32-36 |
| Специальная физическая подготовка | 8-12 | 16-20 | 23-27 | 28-32 |
| Техническая подготовка | 20-24 | 16-20 | 12-16 | 8-12 |
| Тактическая подготовка | 1-3 | 1-3 | 1-4 | 1-4 |
| Психологическая подготовка | 3-7 | 2-6 | 1-5 | 1-5 |
| Теоретическая подготовка | 3-7 | 2-6 | 1-5 | 1-4 |
| Спортивные соревнования | 1-3 | 1-4 | 2-6 | 4-8 |
| Интегральная подготовка | 1-4 | 2-6 | 3-7 | 4-8 |
| Восстановительные мероприятия | 6-10 | 5-9 | 4-8 | 5-9 |
| **Хоккей - следж - I, II, III функциональные группы мужчины** | | | | |
| Общая физическая подготовка | 30-36 | 22-28 | 18-22 | 12-18 |
| Специальная физическая подготовка | 28-34 | 25-29 | 20-26 | 22-26 |
| Техническая подготовка | 6-10 | 18-22 | 15-20 | 15-20 |
| Тактическая подготовка | 3-7 | 8-12 | 13-17 | 15-20 |
| Психологическая подготовка | 0-2 | 0-2 | 1-3 | 1-3 |
| Теоретическая подготовка | 1-4 | 1-4 | 1-4 | 1-3 |
| Спортивные соревнования | 1-4 | 1-4 | 3-7 | 6-10 |
| Интегральная подготовка | 8-12 | 13-17 | 13-17 | 15-20 |
| Восстановительные мероприятия | 4-8 | 4-8 | 4-8 | 4-8 |

Приложение N 3. Планируемые показатели соревновательной деятельности по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА

Приложение N 3  
к Федеральному стандарту

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |
| Виды спортивных | Этапы спортивной подготовки | | | |
| соревнований | этап начальной подготовки | тренировочный этап (этап спортивной специализации) | этап совершенст- вования спортивного мастерства | этап высшего спортивного мастерства |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| **Академическая гребля - I, II, III функциональные группы мужчины** | | | | |
| Контрольные | 1 | 2 | 5 | 7 |
| Отборочные | 1 | 2 | 3 | 5 |
| Основные | - | 1 | 2 | 4 |
| Всего за год | 2 | 5 | 10 | 16 |
| **Академическая гребля - I, II, III функциональные группы женщины** | | | | |
| Контрольные | 1 | 2 | 5 | 7 |
| Отборочные | 1 | 2 | 3 | 5 |
| Основные | - | 1 | 2 | 4 |
| Всего за год | 2 | 5 | 10 | 16 |
| **Баскетбол на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| Контрольные | 1-2 | 1-2 | 2-3 | 2-3 |
| Отборочные | 1 | 1 | 2-3 | 2-3 |
| Основные | - | 3 | 6 | 10 |
| Всего за год | 2-3 | 5-6 | 10-12 | 15 |
| **Биатлон - I функциональная группа мужчины, женщины** | | | | |
| Контрольные | 1 | 1-2 | 2-3 | 3-4 |
| Отборочные | 1 | 1 | 2-3 | 2-3 |
| Основные | - | 2 | 6 | 9-11 |
| Всего за год | 2 | 4-6 | 10-12 | 14-17 |
| **Биатлон - II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| Контрольные | 1-2 | 1-2 | 2-3 | 3-4 |
| Отборочные | 1 | 1 | 2-3 | 2-3 |
| Основные | - | 3 | 6 | 10-12 |
| Всего за год | 2-3 | 5-6 | 10-12 | 15-18 |
| **Бочча - I функциональная группа мужчины, женщины** | | | | |
| Контрольные | 3 | 7 | 9 | 10 |
| Отборочные | 2 | 5 | 7 | 10 |
| Основные | 1 | 2 | 5 | 8 |
| Всего за год | 6 | 14 | 21 | 28 |
| **Бочча - II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| Контрольные | 3 | 8 | 10 | 11 |
| Отборочные | 3 | 6 | 8 | 11 |
| Основные | 1 | 2 | 5 | 8 |
| Всего за год | 7 | 16 | 23 | 30 |
| **Велоспорт - трек, велоспорт - шоссе - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| Контрольные | 3 | 8 | 10 | 12 |
| Отборочные | 2 | 5 | 7 | 10 |
| Основные | 1 | 3 | 5 | 8 |
| Всего за год | 6 | 16 | 22 | 30 |
| **Волейбол сидя - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| Контрольные | 1-2 | 1-2 | 2-3 | 3-2 |
| Отборочные | 1 | 1 | 2-3 | 2-3 |
| Основные | - | 3 | 6 | 10 |
| Всего за год | 2-3 | 5-6 | 10-12 | 15 |
| **Горнолыжный спорт - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| Контрольные | 1 | 1-2 | 3-4 | 3-4 |
| Отборочные | 0-1 | 2 | 3 | 3-4 |
| Основные | - | 1 | 2-3 | 8-10 |
| Всего за год | 1-2 | 4-5 | 8-10 | 16-18 |
| **Кёрлинг на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| Контрольные | 1 | 1-2 | 2 | 3 |
| Отборочные | 1 | 1 | 1 | 2 |
| Основные | - | 1 | 2 | 3-4 |
| Всего за год | 2 | 3-4 | 5 | 8-9 |
| **Конный спорт - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| Контрольные | 3 | 8 | 10 | 12 |
| Отборочные | 2 | 5 | 7 | 10 |
| Основные | 1 | 3 | 5 | 8 |
| Всего за год | 6 | 16 | 22 | 30 |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции, легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| Контрольные | 12 | 16 | 16 | 12 |
| Отборочные | 4 | 8 | 12 | 16 |
| Основные | 2 | 2 | 4 | 5 |
| Всего за год | 18 | 26 | 32 | 33 |
| **Легкая атлетика - метания, легкая атлетика - прыжки I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| Контрольные | 12 | 12 | 10 | 8 |
| Отборочные | 4 | 8 | 10 | 12 |
| Основные | 2 | 2 | 4 | 5 |
| Всего за год | 18 | 22 | 24 | 25 |
| **Лыжные гонки - I функциональная группа мужчины, женщины** | | | | |
| Контрольные | 1-2 | 1-2 | 2-3 | 3-4 |
| Отборочные | 1 | 1 | 2-3 | 2-4 |
| Основные | - | 3 | 6 | 9-10 |
| Всего за год | 2-3 | 5-6 | 10-12 | 14-18 |
| **Лыжные гонки - II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| Контрольные | 1-2 | 1-2 | 2-3 | 3-4 |
| Отборочные | 1 | 1 | 2-3 | 3-4 |
| Основные | - | 3 | 6 | 10-12 |
| Всего за год | 2-3 | 5-6 | 10-12 | 16-20 |
| **Настольный теннис - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| Контрольные | 1-2 | 1-2 | 2-3 | 3-2 |
| Отборочные | 1 | 1 | 2-3 | 2-3 |
| Основные | - | 3 | 6 | 10 |
| Всего за год | 2-3 | 5-6 | 10-12 | 15 |
| **Парусный спорт - класс "Скуд 18", парусный спорт - класс "Сонар", парусный спорт - класс 2,4 метра - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| Контрольные | 2 | 4 | 6 | 8 |
| Отборочные | 1 | 1 | 2 | 4 |
| Основные | - | 1 | 2 | 2 |
| Всего за год | 3 | 6 | 10 | 14 |
| **Пауэрлифтинг - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| Контрольные | 12 | 12 | 10 | 8 |
| Отборочные | - | 4 | 8 | 4 |
| Основные | - | 1 | 2 | 2 |
| Всего за год | 12 | 17 | 20 | 14 |
| **Плавание - I функциональная группа мужчины** | | | | |
| Контрольные | 1 | 3 | 7 | 9 |
| Отборочные | 1 | 2 | 4 | 6 |
| Основные | - | 1 | 3 | 5 |
| Всего за год | 2 | 6 | 14 | 20 |
| **Плавание - II функциональная группа мужчины** | | | | |
| Контрольные | 2 | 5 | 7 | 9 |
| Отборочные | 1 | 3 | 5 | 8 |
| Основные | - | 2 | 4 | 6 |
| Всего за год | 3 | 10 | 16 | 23 |
| **Плавание - III функциональная группа мужчины** | | | | |
| Контрольные | 3 | 7 | 9 | 10 |
| Отборочные | 2 | 5 | 7 | 10 |
| Основные | - | 2 | 5 | 8 |
| Всего за год | 5 | 14 | 21 | 28 |
| **Плавание - I функциональная группа женщины** | | | | |
| Контрольные | 1 | 2 | 5 | 7 |
| Отборочные | 1 | 1 | 3 | 5 |
| Основные | - | 1 | 3 | 5 |
| Всего за год | 2 | 4 | 11 | 17 |
| **Плавание - II функциональная группа женщины** | | | | |
| Контрольные | 1 | 2 | 6 | 8 |
| Отборочные | 1 | 2 | 4 | 7 |
| Основные | - | 1 | 3 | 6 |
| Всего за год | 2 | 5 | 13 | 21 |
| **Плавание - III функциональная группа женщины** | | | | |
| Контрольные | 2 | 5 | 7 | 9 |
| Отборочные | 2 | 4 | 5 | 8 |
| Основные | - | 2 | 5 | 8 |
| Всего за год | 4 | 12 | 17 | 25 |
| **Пулевая стрельба - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| Контрольные | 12 | 12 | 10 | 8 |
| Отборочные | - | 4 | 8 | 4 |
| Основные | - | 1 | 2 | 2 |
| Всего за год | 12 | 17 | 20 | 14 |
| **Регби на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины** | | | | |
| Контрольные | 1-2 | 1-2 | 2-3 | 3-2 |
| Отборочные | 1 | 1 | 2-3 | 2-3 |
| Основные | - | 3 | 6 | 10 |
| Всего за год | 2-3 | 5-6 | 10-12 | 15 |
| **Стрельба из лука - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| Контрольные | 3 | 8 | 10 | 12 |
| Отборочные | 2 | 5 | 7 | 10 |
| Основные | 1 | 3 | 5 | 8 |
| Всего за год | 6 | 16 | 22 | 30 |
| **Теннис на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| Контрольные | 1-2 | 1-2 | 2-3 | 3-2 |
| Отборочные | 1 | 1 | 2-3 | 2-3 |
| Основные | - | 3 | 6 | 10 |
| Всего за год | 2-3 | 5-6 | 10-12 | 15 |
| **Фехтование - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| Контрольные | 25 | 54 | 105 | 130 |
| Отборочные | 10 | 23 | 47 | 55 |
| Основные | 8 | 20 | 40 | 45 |
| Всего за год | 43 | 97 | 192 | 230 |
| **Хоккей - следж - I, II, III функциональные группы мужчины** | | | | |
| Контрольные | 0-1 | 1-2 | 2-3 | 3-4 |
| Отборочные | 0-1 | 1-2 | 3 | 4 |
| Основные | - | 1-2 | 2-3 | 3-4 |
| Всего за год | 0-2 | 3-6 | 7-9 | 10-12 |

Приложение N 4. Влияние физических качеств и телосложения на результативность по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА

Приложение N 4  
к Федеральному стандарту

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
| Факторы, влияющие на достижение спортивной результативности | Уровень влияния |
| 1 | 2 |
| **Академическая гребля - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Скоростные способности | 1 |
| Мышечная сила | 2 |
| Вестибулярная устойчивость | 1 |
| Выносливость | 3 |
| Гибкость | 2 |
| Координационные способности | 3 |
| Телосложение | 2 |
| **Баскетбол на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Скоростные способности | 3 |
| Мышечная сила | 2 |
| Вестибулярная устойчивость | 2 |
| Выносливость | 2 |
| Гибкость | 1 |
| Координационные способности | 3 |
| Телосложение | 1 |
| **Биатлон - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Скоростные способности | 1 |
| Мышечная сила | 2 |
| Вестибулярная устойчивость | 1 |
| Выносливость | 3 |
| Гибкость | 2 |
| Координационные способности | 3 |
| Телосложение | 2 |
| **Бочча - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Скоростные способности | 3 |
| Мышечная сила | 2 |
| Вестибулярная устойчивость | 2 |
| Выносливость | 2 |
| Гибкость | 1 |
| Координационные способности | 3 |
| Телосложение | 1 |
| **Велоспорт - трек - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Скоростные способности | 1 |
| Мышечная сила | 2 |
| Вестибулярная устойчивость | 1 |
| Выносливость | 3 |
| Гибкость | 2 |
| Координационные способности | 3 |
| Телосложение | 2 |
| **Велоспорт - шоссе - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Скоростные способности | 1 |
| Мышечная сила | 2 |
| Вестибулярная устойчивость | 1 |
| Выносливость | 3 |
| Гибкость | 2 |
| Координационные способности | 3 |
| Телосложение | 2 |
| **Волейбол сидя - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Скоростные способности | 3 |
| Мышечная сила | 2 |
| Вестибулярная устойчивость | 2 |
| Выносливость | 2 |
| Гибкость | 1 |
| Координационные способности | 3 |
| Телосложение | 1 |
| **Горнолыжный спорт - I, II, III функциональные классы мужчины, женщины** | |
| Скоростные способности | 2 |
| Мышечная сила | 1 |
| Вестибулярная устойчивость | 3 |
| Выносливость | 2 |
| Гибкость | 2 |
| Координационные способности | 3 |
| Телосложение | 1 |
| **Кёрлинг на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Скоростные способности | 2 |
| Мышечная сила | 1 |
| Вестибулярная устойчивость | 3 |
| Выносливость | 2 |
| Гибкость | 2 |
| Координационные способности | 3 |
| Телосложение | 1 |
| **Конный спорт - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Скоростные способности | 2 |
| Мышечная сила | 1 |
| Вестибулярная устойчивость | 3 |
| Выносливость | 2 |
| Гибкость | 2 |
| Координационные способности | 3 |
| Телосложение | 1 |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции, легкая атлетика - прыжки I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Скоростные способности | 3 |
| Мышечная сила | 3 |
| Вестибулярная устойчивость | 1 |
| Выносливость | 2 |
| Гибкость | 2 |
| Координационные способности | 3 |
| Телосложение | 2 |
| **Легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Скоростные способности | 2 |
| Мышечная сила | 1 |
| Вестибулярная устойчивость | 1 |
| Выносливость | 3 |
| Гибкость | 1 |
| Координационные способности | 1 |
| Телосложение | 2 |
| **Легкая атлетика - метания I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Скоростные способности | 3 |
| Мышечная сила | 3 |
| Вестибулярная устойчивость | 1 |
| Выносливость | 2 |
| Гибкость | 3 |
| Координационные способности | 3 |
| Телосложение | 3 |
| **Лыжные гонки - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Скоростные способности | 1 |
| Мышечная сила | 2 |
| Вестибулярная устойчивость | 1 |
| Выносливость | 3 |
| Гибкость | 2 |
| Координационные способности | 3 |
| Телосложение | 2 |
| **Настольный теннис - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Скоростные способности | 3 |
| Мышечная сила | 2 |
| Вестибулярная устойчивость | 2 |
| Выносливость | 2 |
| Гибкость | 1 |
| Координационные способности | 3 |
| Телосложение | 1 |
| **Парусный спорт - класс "Скуд 18", парусный спорт - класс "Сонар",** | |
| **парусный спорт - класс 2,4 метра I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Скоростные способности | 2 |
| Мышечная сила | 1 |
| Вестибулярная устойчивость | 3 |
| Выносливость | 2 |
| Гибкость | 2 |
| Координационные способности | 3 |
| Телосложение | 1 |
| **Пауэрлифтинг - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Скоростные способности | 2 |
| Мышечная сила | 3 |
| Вестибулярная устойчивость | 2 |
| Выносливость | 1 |
| Гибкость | 2 |
| Координационные способности | 3 |
| Телосложение | 1 |
| **Плавание - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Скоростные способности | 1 |
| Мышечная сила | 2 |
| Вестибулярная устойчивость | 1 |
| Выносливость | 3 |
| Гибкость | 2 |
| Координационные способности | 3 |
| Телосложение | 2 |
| **Пулевая стрельба - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Скоростные способности | 2 |
| Мышечная сила | 1 |
| Вестибулярная устойчивость | 3 |
| Выносливость | 2 |
| Гибкость | 2 |
| Координационные способности | 3 |
| Телосложение | 1 |
| **Регби на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины** | |
| Скоростные способности | 3 |
| Мышечная сила | 2 |
| Вестибулярная устойчивость | 2 |
| Выносливость | 2 |
| Гибкость | 1 |
| Координационные способности | 3 |
| Телосложение | 1 |
| **Стрельба из лука - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Скоростные способности | 3 |
| Мышечная сила | 2 |
| Вестибулярная устойчивость | 2 |
| Выносливость | 2 |
| Гибкость | 1 |
| Координационные способности | 3 |
| Телосложение | 1 |
| **Теннис на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Скоростные способности | 3 |
| Мышечная сила | 2 |
| Вестибулярная устойчивость | 2 |
| Выносливость | 2 |
| Гибкость | 1 |
| Координационные способности | 3 |
| Телосложение | 1 |
| **Фехтование - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Скоростные способности | 2 |
| Мышечная сила | 1 |
| Вестибулярная устойчивость | 3 |
| Выносливость | 2 |
| Гибкость | 2 |
| Координационные способности | 3 |
| Телосложение | 1 |
| **Хоккей - следж - I, II, III функциональные группы мужчины** | |
| Скоростные способности | 3 |
| Мышечная сила | 2 |
| Вестибулярная устойчивость | 2 |
| Выносливость | 2 |
| Гибкость | 1 |
| Координационные способности | 3 |
| Телосложение | 1 |

Условные обозначения, используемые в таблице:

3 - значительное влияние;

2 - среднее влияние;

1 - незначительное влияние.

Приложение N 5. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки

Приложение N 5  
к Федеральному стандарту

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
| Развиваемое физическое качество | Контрольные упражнения (тесты) |
| 1 | 2 |
| \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_   При отсутствии физических возможностей, необходимых для выполнения контрольного упражнения (теста), проводится альтернативное контрольное упражнение (тест) или таковое не проводится, зачет осуществляется по выполненным контрольным упражнениям (тестам). | |
| **Академическая гребля - I, II, III функциональные группы мужчины** | |
| Выносливость, координация | Маховые движения рук в положении лежа на спине (не менее 2 мин.) |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 4 кг (не менее 4 раз) |
|  | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (не менее 2 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Подъем туловища лежа на животе (без учета результата) |
|  | Жим гантелей в положении лежа на спине (не менее 10 кг) |
| **Академическая гребля - I, II, III функциональные группы женщины** | |
| Выносливость, координация | Маховые движения рук в положении лежа на спине (не менее 2 мин.) |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 2 кг (не менее 5 раз.) |
|  | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (не менее 1 раза) |
| Скоростно-силовые способности | Подъем туловища лежа на животе (без учета результата) |
|  | Жим гантелей в положении лежа на спине (не менее 7 кг) |
| **Баскетбол на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Выносливость, координация | Маховые движения рук в положении лежа на спине (не менее 90 с) |
|  | Бег 800 м (без учета времени) |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (не менее 12 раз) |
|  | Многоскок 5 прыжков (не менее 2,30 м) |
|  | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (не менее 4 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Жим гантелей в положении лежа на спине (не менее 12 кг) |
|  | Прыжок в длину с места (не менее 0,5 м) |
| **Биатлон - I функциональная группа мужчины, женщины** | |
| Быстрота | Бег на колясках на 30 м (без учета времени) |
| Координация | Прокат "змейкой" на колясках между 5 вешками (без учета времени) |
| Выносливость | Бег на колясках 200 м (без учета времени) |
| Сила | Подъем из положения сидя в упор на руках (самостоятельно) |
| Силовая выносливость | Попеременная тяга руками резинового амортизатора (самостоятельно) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок теннисного мяча правой и левой руками (в координации) (без учета результата) |
| **Биатлон - II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Быстрота | Бег на 15 м (без учета времени) |
|  | Бег на 30 м (без учета времени) |
| Координация | Челночный бег 3x10 м (без учета времени) |
| Выносливость | Бег 400 м (без учета времени) |
| Сила | Сгибание-разгибание рук в висе на перекладине (не менее 1 раза) |
|  | Приседание с весом 10 кг (не менее 1 раза) |
| Силовая выносливость | Подъем туловища в положении лежа на спине (не менее 3 раз) |
|  | Подъем туловища лежа на животе (не менее 3 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Прыжок в длину с места (в координации) |
|  | Прыжок вверх с места (в координации) |
|  | Бросок медицинбола (1 кг) вперед (в координации) |
|  | Бросок медицинбола (1 кг) назад (в координации) |
| **Бочча - I функциональная группа мужчины, женщины** | |
| Координация | Броски мяча в установленную цель, 10 попыток (количество мячей, попавших в цель, не менее 5) |
| Выносливость | Броски 6 мячей на установленное расстояние с учетом времени (не более 8 мин.) |
|  | Броски мяча до средней линии площадки, 10 попыток (не менее 7 успешных) |
| Техническое мастерство | Броски мяча на точность на заданное расстояние: 3, 5, 7 м (не менее 5 попаданий из 10 попыток на каждом расстоянии) |
|  | Броски мяча на точность в определенные точки площадки: середина, по диагонали, по границам площадки (не менее 5 попаданий из 10 попыток в каждую из точек) |
| **Бочча - II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Координация | Броски мяча в установленную цель, 10 попыток (количество мячей, попавших в цель, не менее 6) |
|  | Занятие исходного положения на площадке с учетом времени (не более 1 мин) |
|  | Броски мяча до средней линии площадки, 10 попыток (не менее 9 успешных) |
| Техническое мастерство | Броски мяча на точность на заданное расстояние: 3, 5, 7 м (не менее 6 попаданий из 10 попыток на каждом расстоянии) |
|  | Броски мяча на точность в определенные точки площадки: середина, по диагонали, по границам площадки (не менее 6 попаданий из 10 попыток в каждую из точек) |
| **Велоспорт - трек, велоспорт - шоссе - I функциональная группа мужчины, женщины** | |
| Быстрота | Бег на колясках 60 м (без учета времени) |
| Координация | Прокат "змейкой" на коляске между 5 вешками (без учета времени) |
| Выносливость | Бег на колясках 200 м (без учета времени) |
| Сила | Подъем из положения сидя в упоре на руках (не менее 5 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок теннисного мяча правой и левой руками (не менее 4 м) |
| **Велоспорт - трек, велоспорт - шоссе - II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Быстрота | Бег 60 м (не более 12 с) |
| Координация | Удержание равновесия в положении стоя на одной ноге с закрытыми глазами (не менее 5 с) |
| Выносливость | 12-минутный бег (не менее 2000 м) |
| Силовая выносливость | Подъем туловища из положения лежа на спине (не менее 15 раз) |
|  | Подъем ног из положения лежа на спине (не менее 10 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Прыжок в длину с места (не менее 1,50 м) |
|  | Сгибание-разгибание рук в висе на перекладине (не менее 5 раз за 20 с) |
|  | Приседания (не менее 8 раз за 20 с) |
| **Волейбол сидя - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Выносливость, координация | Маховые движения лежа на спине (не менее 90 с) |
|  | Бег 800 м (без учета времени) |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (не менее 12 раз) |
|  | Многоскок 5 прыжков (не менее 2,30 м) |
|  | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (не менее 4 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Жим гантелей в положении лежа на спине (не менее 12 кг) |
|  | Прыжок в длину с места (не менее 0,5 м) |
| **Горнолыжный спорт - I функциональная группа мужчины, женщины** | |
| Быстрота | Бег на колясках на 30 м (без учета времени) |
| Координация | Прокат "змейкой" на колясках между 5 вешками (без учета времени) |
| Выносливость | Бег на колясках 200 м (без учета времени) |
| Сила | Подъем из положения сидя в упоре на руках (самостоятельно) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок теннисного мяча правой и левой руками (в координации) (без учета результата) |
| **Горнолыжный спорт - II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Быстрота | Бег на 30 м (без учета времени) |
| Координация | Челночный бег 3x10 м (без учета времени) |
| Выносливость | Бег 400 м (без учета времени) |
| Сила | Сгибание-разгибание рук в висе на перекладине (не менее 2 раз) |
|  | Приседание с весом 10 кг (не менее 3 раз) |
| Скоростно-силовые | Прыжок в длину с места (в координации) |
| способности | Прыжок вверх с места (в координации) |
|  | Бросок медицинбола (1 кг) вперед (в координации) |
|  | Бросок медицинбола (1 кг) назад (в координации) |
| **Кёрлинг на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Быстрота | Бег на колясках на 15 м (без учета времени) |
|  | Бег на колясках на 30 м (без учета времени) |
| Координация | Броски мяча в цель (без учета результата) |
| Выносливость | Бег на колясках 400 м (без учета времени) |
| Сила | Бросок медицинбола (1 кг) (не менее 3 раз) |
| Силовая выносливость | Подъем туловища из положения лежа на спине (не менее 2 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок теннисного мяча вперед (в координации) |
| **Конный спорт - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Выносливость, координация | Маховые движения рук в положении лежа на спине (не менее 90 с) |
|  | Бег 800 м (без учета времени) |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (не менее 12 раз) |
|  | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (не менее 4 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Жим гантелей в положении лежа на спине (не менее 12 кг) |
|  | Прыжок в длину с места (не менее 0,5 м) |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции, легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции I функциональная группа мужчины** | |
| Специальная выносливость | Бег 1000 м (не более 5 мин. 25 с) |
|  | Бег 3000 м (не более 19 мин.) |
| Скоростная выносливость | Бег 150 м (не более 1 мин. 9 с) |
|  | Бег 300 м (не более 1 мин. 50 с) |
|  | Бег 600 м (не более 3 мин. 30 с) |
| Скоростно-силовые способности | Бег 60 м (не более 32 с) |
|  | Бег на 30 м с ходу (не более 6 с) |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции, легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции, легкая атлетика - прыжки II функциональная группа мужчины** | |
| Скоростная выносливость | Бег 60 м (не более 12,5 с) |
|  | Бег 150 м (не более 38 с) |
| Скоростно-силовые способности | Прыжок в длину с места (не менее 1,80 м) |
|  | Тройной прыжок в длину с места (не менее 4,80 м) |
|  | Бег на 30 м (не более 6,7 с) |
|  | Бег на 30 м с ходу (не более 5,7 с) |
| Специальная выносливость | Бег 300 м (не более 1 мин. 25 с) |
|  | Бег 600 м (не более 3 мин. 15 с) |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции, легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции, легкая атлетика - прыжки III функциональная группа мужчины** | |
| Скоростная выносливость | Бег 60 м (не более 11,5 с) |
|  | Бег 150 м (не более 32 с) |
| Скоростно-силовые способности | Прыжок в длину с места (не менее 1,90 м) |
|  | Тройной прыжок в длину с места (не менее 6,20 м) |
|  | Бег на 30 м (не более 6,4 с) |
|  | Бег на 30 м с ходу (не более 5,3 с) |
| Специальная выносливость | Бег 300 м (не более 1 мин. 19 с) |
|  | Бег 600 м (не более 3 мин. 8 с) |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции, легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции I функциональная группа женщины** | |
| Специальная выносливость | Бег 1000 м (не более 6 мин. 10 с) |
|  | Бег 2000 м (не более 14 мин.) |
| Скоростная выносливость | Бег 150 м (не более 1 мин. 12 с) |
|  | Бег 300 м (не более 2 мин. 5 с) |
|  | Бег 600 м (не более 4 мин.) |
| Скоростно-силовые способности | Бег 60 м (не более 40 с) |
|  | Бег на 30 м с ходу (не более 7 с) |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции, легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции, легкая атлетика - прыжки II функциональная группа женщины** | |
| Скоростная выносливость | Бег 60 м (не более 13,5 с) |
|  | Бег 150 м (не более 48 с) |
|  | Бег 300 м (не более 1 мин. 37 с) |
|  | Бег 600 м (не более 3 мин. 45 с) |
| Скоростно-силовые способности | Прыжок в длину с места (не менее 1,65 м) |
|  | Тройной прыжок в длину с места (не менее 4 м) |
|  | Бег 30 м (не более 7,2 с) |
|  | Бег на 30 м с ходу (не более 6,2 с) |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции, легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции, легкая атлетика - прыжки III функциональная группа женщины** | |
| Специальная выносливость | Бег 1000 м (не более 6 мин. 55 с) |
|  | Бег 300 м (не более 1 мин. 30 с) |
|  | Бег 600 м (не более 3 мин. 35 с) |
| Скоростная выносливость | Бег 60 м (не более 13 с) |
|  | Бег 150 м (не более 36 с) |
| Скоростно-силовые способности | Прыжок в длину с места (не менее 1,70 м) |
|  | Тройной прыжок в длину с места (не менее 5 м) |
|  | Бег на 30 м (не более 7 с) |
|  | Бег на 30 м с ходу (не более 6 с) |
| **Легкая атлетика - метания I функциональная группа мужчины** | |
| Сила | Сгибание-разгибание рук в висе на перекладине (не менее 6 раз) |
|  | В положении сидя выпрямление рук вперёд с грифом штанги весом 5 кг (не менее 6 раз) |
|  | В положении сидя поднимание рук вверх с грифом штанги весом 5 кг (не менее 6 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок теннисного мяча правой рукой для правши (левой рукой для левши) (не менее 15 м) |
|  | Бросок теннисного мяча левой рукой для правши (правой рукой для левши) (не менее 12 м) |
|  | Бросок ядра вперед двумя руками от груди весом 2 кг (не менее 3,50 м) |
| **Легкая атлетика - метания II функциональная группа мужчины** | |
| Сила | Сгибание-разгибание рук в висе на перекладине (не менее 4 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Прыжок в длину с места (не менее 1,75 м) |
|  | Бег на 30 м с ходу (не более 6 с) |
|  | Бросок теннисного мяча правой рукой для правши (левой рукой для левши) (не менее 10,50 м) |
|  | Бросок теннисного мяча левой рукой для правши (правой рукой для левши) (не менее 7,50 м) |
|  | Бросок ядра вперед двумя руками от груди весом 2 кг (не менее 4,50 м) |
| **Легкая атлетика - метания III функциональная группа мужчины** | |
| Сила | Сгибание-разгибание рук в висе на перекладине (не менее 6 раз) |
|  | В положении сидя поднимание рук вверх с грифом штанги весом 15 кг от груди (не менее 6 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Прыжок в длину с места (не менее 1,90 м) |
|  | Бег на 30 м с ходу (не более 5,5 с) |
|  | Бросок теннисного мяча правой рукой для правши (левой рукой для левши) (не менее 16,50 м) |
|  | Бросок теннисного мяча левой рукой для правши (правой рукой для левши) (не менее 13,50 м) |
|  | Бросок ядра вперед двумя руками от груди весом 2 кг (не менее 5,50 м) |
| **Легкая атлетика - метания I функциональная группа женщины** | |
| Сила | Сгибание-разгибание рук в висе на перекладине (не менее 4 раз) |
|  | В положении сидя выпрямление рук вперёд с грифом штанги весом 5 кг от груди (не менее 4 раз) |
|  | В положении сидя поднимание рук вверх с грифом штанги весом 5 кг от груди (не менее 4 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок теннисного мяча правой рукой для правши (левой рукой для левши) (не менее 13 м) |
|  | Бросок теннисного мяча левой рукой для правши (правой рукой для левши) (не менее 10 м) |
|  | Бросок ядра вперед двумя руками от груди весом 2 кг (не менее 2,80 м) |
| **Легкая атлетика - метания II функциональная группа женщины** | |
| Сила | Сгибание-разгибание рук из упора лежа (не менее 15 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Прыжок в длину с места (не менее 1,60 м) |
|  | Бег на 30 м с ходу (не более 6,5 с) |
|  | Бросок теннисного мяча правой рукой для правши (левой рукой для левши) (не менее 7,50 м) |
|  | Бросок теннисного мяча левой рукой для правши (правой рукой для левши) (не менее 6 м) |
|  | Бросок ядра вперед двумя руками от груди весом 2 кг (не менее 2,50 м) |
| **Легкая атлетика - метания III функциональная группа женщины** | |
| Сила | Сгибание-разгибание рук в висе на перекладине (не менее 1 раза) |
|  | В положении сидя поднимание рук вверх с грифом штанги весом 15 кг от груди (не менее 4 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Прыжок в длину с места (не менее 1,70 м) |
|  | Бег на 30 м с ходу (не более 6,2 с) |
|  | Бросок теннисного мяча правой рукой для правши (левой рукой для левши) (не менее 12,50 м) |
|  | Бросок теннисного мяча левой рукой для правши (правой рукой для левши) (не менее 10 м) |
|  | Бросок ядра вперед двумя руками от груди весом 2 кг (не менее 3 м) |
| **Лыжные гонки - I функциональная группа мужчины, женщины** | |
| Быстрота | Бег на колясках на 30 м (без учета времени) |
| Координация | Прокат "змейкой" на колясках между 5 вешками (без учета времени) |
| Выносливость | Бег на колясках 200 м (без учета времени) |
| Сила | Подъем из положения сидя в упоре на руках (самостоятельно) |
| Силовая выносливость | Попеременная тяга руками резинового амортизатора (самостоятельно) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок теннисного мяча правой и левой руками (в координации) |
| **Лыжные гонки - II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Быстрота | Бег на 15 м (без учета времени) |
|  | Бег на 30 м (без учета времени) |
| Координация | Челночный бег 3x10 м (без учета времени) |
| Выносливость | Бег 400 м (без учета времени) |
| Сила | Сгибание-разгибание рук в висе на перекладине (не менее 1 раза) |
|  | Приседание с весом 10 кг (не менее 1 раза) |
| Силовая выносливость | Подъем туловища лежа на спине (не менее 3 раз) |
|  | Подъем туловища лежа на животе (не менее 3 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Прыжок в длину с места (в координации) |
|  | Прыжок вверх с места (в координации) |
|  | Бросок медицинбола (1 кг) вперед (в координации) |
|  | Бросок медицинбола (1 кг) назад (в координации) |
| **Настольный теннис - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Выносливость, координация | Маховые движения рук в положении лежа на спине (не менее 90 с) |
|  | Бег 800 м (без учета времени) |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (не менее 12 раз) |
|  | Многоскок 5 прыжков (не менее 2 м) |
|  | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (не менее 4 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Жим гантелей в положении лежа на спине (не менее 12 кг) |
|  | Прыжок в длину с места (не менее 0,5 м) |
| **Парусный спорт - класс "Скуд 18", парусный спорт - класс "Сонар", парусный спорт - класс 2,4 метра I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Координация | Из исходного положения сидя на гимнастическом мяче, не касаясь ногами пола, удержание равновесия (не менее 1 мин.) |
| Выносливость | Плавание 400 м (без учета времени) |
| Силовая выносливость | Из исходного положения лежа на спине поднимание туловища (не менее 15 раз) |
|  | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (не менее 10 раз) |
| **Пауэрлифтинг - I, II, III функциональные группы мужчины** | |
| Сила | Кистевая динамометрия (не менее 17 кг) |
| Скоростно-силовые способности | Из исходного положения сидя бросок медицинбола весом 1 кг двумя руками из-за головы (не менее 4 м) |
| Силовая выносливость | Из исходного положения в упоре на брусьях на прямых руках сгибание и разгибание рук (не менее 3 раз) |
|  | Сгибание-разгибание рук в висе на перекладине (не менее 3 раз) |
| **Пауэрлифтинг - I, II, III функциональные группы женщины** | |
| Сила | Кистевая динамометрия (не менее 16 кг) |
| Скоростно-силовые способности | Из исходного положения сидя бросок медицинбола весом 1 кг двумя руками из-за головы (не менее 4 м) |
| Силовая выносливость | Из исходного положения лежа на спине поднимание туловища (не менее 15 раз) |
|  | Сгибание-разгибание рук из упора лежа (не менее 4 раз) |
| **Плавание - I функциональная группа мужчины** | |
| Выносливость, координация | Маховые движения рук в положении лежа на спине (не менее 30 с) |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (не менее 5 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Жим гантелей в положении лежа на спине (не менее 6 кг) |
| **Плавание - II функциональная группа мужчины** | |
| Выносливость, координация | Маховые движения рук в положении лежа на спине (не менее 1 мин.) |
|  | Бег 200 м (без учета времени) |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (не менее 8 раз) |
|  | Многоскок 5 прыжков (не менее 1,80 м) |
|  | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (не менее 2 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Жим гантелей в положении лежа на спине (не менее 8 кг) |
|  | Прыжок в длину с места (не менее 0,40 м) |
| **Плавание - III функциональная группа мужчины** | |
| Выносливость, координация | Маховые движения рук в положении лежа на спине (не менее 1 мин.) |
|  | Бег 600 м (без учета времени) |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (не менее 12 раз) |
|  | Многоскок 5 прыжков (не менее 2 м) |
|  | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (не менее 4 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Жим гантелей в положении лежа на спине (не менее 10 кг) |
|  | Прыжок в длину с места (не менее 0,50 м) |
| **Плавание - I функциональная группа женщины** | |
| Выносливость, координация | Маховые движения рук в положении лежа на спине (не менее 20 с) |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (не менее 3 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Жим гантелей в положении лежа на спине (не менее 3 кг) |
|  | Плавание - II функциональная группа женщины |
| Выносливость, координация | Маховые движения рук в положении лежа на спине (не менее 45 с) |
|  | Бег 200 м (без учета времени) |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (не менее 5 раз) |
|  | Многоскок 5 прыжков (не менее 1,50 м) |
| Скоростно-силовые способности | Жим гантелей в положении лежа на спине (не менее 4 кг) |
|  | Прыжок в длину с места (не менее 0,35 м) |
| **Плавание - III функциональная группа женщины** | |
| Выносливость, координация | Маховые движения рук в положении лежа на спине (не менее 60 с) |
|  | Бег 400 м (без времени) |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (не менее 8 раз) |
|  | Многоскок 5 прыжков (не менее 2 м) |
|  | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (не менее 2 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Жим гантелей в положении лежа на спине (не менее 5 кг) |
|  | Прыжок в длину с места (не менее 0,45 м) |
| **Пулевая стрельба - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Выносливость, координация | Маховые движения рук в положении лежа на спине (не менее 90 с) |
|  | Бег 800 м (без времени) |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (не менее 12 раз) |
|  | Многоскок 5 прыжков (не менее 2 м) |
|  | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (не менее 4 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Жим гантелей в положении лежа на спине (не менее 12 кг) |
|  | Прыжок в длину с места (не менее 0,50 м) |
| **Регби на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины** | |
| Выносливость, координация | Маховые движения рук в положении лежа на спине (не менее 90 с) |
|  | Бег 800 м (без учета времени) |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (не менее 12 раз) |
|  | Многоскок 5 прыжков (не менее 2 м) |
|  | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (не менее 4 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Жим гантелей в положении лежа на спине (не менее 12 кг) |
|  | Прыжок в длину с места (не менее 0,50 м) |
| **Стрельба из лука - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Выносливость, координация | Маховые движения рук в положении лежа на спине (не менее 90 с) |
|  | Бег 800 м (без времени) |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (не менее 12 раз) |
|  | Многоскок 5 прыжков (не менее 2 м) |
|  | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (не менее 4 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Жим гантелей в положении лежа на спине (не менее 12 кг) |
|  | Прыжок в длину с места (не менее 0,50 м) |
| **Теннис на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Выносливость, координация | Маховые движения рук в положении лежа на спине (не менее 90 с) |
|  | Бег 800 м (без времени) |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (не менее 12 раз) |
|  | Многоскок 5 прыжков (не менее 2 м) |
|  | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (не менее 4 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Жим гантелей в положении лежа на спине (не менее 12 кг) |
|  | Прыжок в длину с места (не менее 0,50 м) |
| **Фехтование - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Выносливость, координация | Маховые движения рук в положении лежа на спине (не менее 2 мин.) |
|  | Бег 800 м (без времени) |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 4 кг (не менее 4 раз) |
|  | Подъем туловища из положения лежа на груди (не менее 4 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Жим гантелей в положении лежа на спине (не менее 10 кг) |
| **Хоккей - следж - I, II, III функциональные группы мужчины** | |
| Быстрота | Бег на специальных санях по льду на 10 м (без учета времени) |
| Координация | "Змейка" на специальных санях вокруг 5 вешек (без учета времени) |
| Выносливость | Бег на специальных санях по периметру площадки (без учета времени) |
| Сила | Поднимание медицинбола (1 кг) лежа на скамейке вверх на прямые руки от груди (не менее 5 раз) |
| Силовая выносливость | Подъем туловища из положения лежа на скамейке в положение сидя (не менее 3 раз) |
|  | Сгибание-разгибание рук в висе на низких брусьях из положения лежа на спине на скамейке (не менее 3 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок руками медицинбола (1 кг) из-за головы вперед сидя на скамейке (без учета результата) |
|  | Имитация отталкивания с клюшкой в каждой руке из положения сидя на скамейке в течение 15 с (без учета времени) |

Приложение N 6. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)

Приложение N 6  
к Федеральному стандарту

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
| Развиваемое физическое качество | Контрольные упражнения (тесты) |
| 1 | 2 |
| \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  При отсутствии физических возможностей, необходимых для выполнения контрольного упражнения (теста), проводится альтернативное контрольное упражнение (тест) или таковое не проводится, зачет осуществляется по выполненным контрольным упражнениям (тестам). | |
| **Академическая гребля - I, II, III функциональные группы мужчины** | |
| Выносливость, координация | Непрерывная гребля в гребном бассейне в лодке (не менее 2 мин.) |
|  | Прохождение дистанции 500 м на гребном эргометре (без учета времени) |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 5 кг (не менее 6 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Жим штанги в положении лежа на спине (не менее 14 кг) |
|  | Бросок медицинбола (1 кг) из положения сидя (не менее 3 м) |
| **Академическая гребля - I, II, III функциональные группы женщины** | |
| Выносливость, координация | Непрерывная гребля в гребном бассейне в лодке (не менее 2 мин.) |
|  | Прохождение дистанции 500 м на гребном эргометре (без учета времени) |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 3 кг (не менее 8 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Жим штанги в положении лежа на спине (не менее 10 кг) |
|  | Бросок медицинбола (1 кг) из положения сидя (не менее 3 м) |
| **Баскетбол на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Сила | Кистевая динамометрия максимальная (не менее 18 кг) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок медицинбола (1 кг) из положения сидя двумя руками из-за головы (не менее 4,80 м) |
| Силовая выносливость | Поднимание туловища из положения лежа (не менее 25 раз) |
|  | Сгибание-разгибание рук из упора лежа (не менее 7 раз) |
| **Биатлон - I функциональная группа мужчины, женщины** | |
| Быстрота | Бег на колясках 60 м (не более 15 с) |
| Координация | Прокат "змейкой" на колясках между 10 вешками (без учета времени) |
| Выносливость | Бег на колясках 400 м (не более 2 мин.) |
| Сила | Подъем из положения сидя в упоре на руках (самостоятельно) (не менее 5 раз) |
| Силовая выносливость | Попеременная тяга руками резинового амортизатора (не менее 3 мин.) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок теннисного мяча правой и левой руками (без учета результата) |
| Техническое мастерство | Участие в зимних спортивных соревнованиях по биатлону (не менее 1 соревнования) |
| **Биатлон - II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Быстрота | Бег на 30 м (не менее 6 с) |
|  | Бег 60 м (не менее 11 с) |
| Координация | Челночный бег 3x10 м (не менее 10 с) |
| Выносливость | Бег 400 м (не менее 2 мин.) |
| Сила | Сгибание-разгибание рук в висе на перекладине (не менее 3 раз) |
|  | Приседание с весом 10 кг (не менее 3 раз) |
| Силовая выносливость | Подъем туловища из положения лежа на спине (не менее 5 раз) |
|  | Подъем туловища из положения лежа на животе (не менее 5 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Прыжок в длину с места (не менее 205 см) |
|  | Прыжок вверх с места (не менее 35 см) |
|  | Бросок медицинбола (2 кг) вперед в координации (без учета результата) |
|  | Бросок медицинбола (2 кг) стоя спиной вперед (в координации) |
| Техническое мастерство | Участие в зимних спортивных соревнованиях по биатлону (не менее 1 соревнования) |
| **Бочча - I функциональная группа мужчины, женщины** | |
| Координация | Броски мяча в установленную цель, 10 попыток (не менее 7 успешных) |
| Выносливость | Броски 6 мячей на установленное расстояние с учетом времени (не более 5 мин.) |
|  | Броски мяча до средней линии площадки, 10 попыток (не менее 8 успешных) |
| Техническое мастерство | Броски мяча на точность на заданное расстояние: 3, 5, 7 м (не менее 7 попаданий из 10 попыток на каждом расстоянии) |
|  | Броски мяча на точность в определённые точки площадки: середина, по диагонали, по границам корта (не менее 7 попаданий из 10 попыток в каждую из точек) |
| **Бочча - II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Координация | Броски мяча в установленную цель, 10 попыток (не менее 8 успешных) |
|  | Занятие исходного положения на площадке с учетом времени (не более 40 с) |
| Выносливость | Броски 6 мячей на установленное расстояние с учетом времени (не более 5 мин) |
|  | Броски мяча до средней линии площадки, 10 попыток (не менее 8 успешных) |
| Техническое мастерство | Броски мяча на точность на заданное расстояние: 3, 5, 7 м (не менее 8 попаданий из 10 попыток на каждом расстоянии) |
|  | Броски мяча на точность в определенные точки площадки: середина, по диагонали, по границам корта (не менее 8 попаданий из 10 попыток в каждую из точек) |
| **Велоспорт - трек, велоспорт - шоссе I функциональная группа мужчины, женщины** | |
| Быстрота | Бег на колясках 60 м (не более 13 с) |
| Координация | Прокат "змейкой" на колясках между 10 вешками (не менее 1 раза) |
| Выносливость | Бег на колясках 400 м (не более 2 мин) |
| Сила | Подъем из положения сидя в упоре на руках (самостоятельно) (не менее 10 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Толкание медицинбола (1 кг) правой рукой вперед (не более 5 м) |
|  | Толкание медицинбола (1 кг) левой рукой вперед (не более 5 м) |
| **Велоспорт - трек, велоспорт - шоссе II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Быстрота | Бег 60 м (не более 10 с) |
| Выносливость | 12-минутный бег (не менее 2300 м) |
| Силовая выносливость | Подъем туловища из положения лежа на спине (не менее 20 раз) |
|  | Подъем ног из положения лежа на спине (не менее 15 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Прыжок в длину с места (не менее 150 см) |
|  | Сгибание-разгибание рук в висе на перекладине за 20 с (не менее 5 раз) |
|  | Приседание за 20 с (не менее 8 раз) |
| **Волейбол сидя - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Сила | Кистевая динамометрия максимальная (не менее 18 кг) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок медицинбола (1 кг) вперед двумя руками из-за головы из положения сидя (не менее 4,80 м) |
| Силовая выносливость | Поднимание туловища из положения лежа (не менее 25 раз) |
|  | Сгибание-разгибание рук из упора лежа (не менее 7 раз) |
| **Горнолыжный спорт - I функциональная группа мужчины, женщины** | |
| Быстрота | Бег на колясках 60 м (не менее 15 с) |
| Координация | Прокат "змейкой" на колясках между 10 вешками (без учета времени) |
| Выносливость | Бег на колясках 400 м (не менее 2 мин.) |
| Сила | Подъем туловища из положения сидя в упор на руках (самостоятельно) (не менее 5 раз) |
| Техническое мастерство | Спуск прямо на бобе (монолыже) с преодолением неровностей 10-12° (оценка техники выполнения) |
|  | Прохождение трассы слалома-гиганта с преодолением 5 ворот на склоне 10-12° (оценка техники выполнения) |
| **Горнолыжный спорт - II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Быстрота | Бег на 30 м (не более 6 с) |
| Координация | Челночный бег 3x10 м (не более 14 с) |
| Выносливость | Бег 400 м (не более 2 мин.) |
| Сила | Сгибание-разгибание рук в висе на перекладине (не менее 3 раз) |
|  | Приседание с весом 10 кг (не менее 3 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Прыжок в длину с места (205 см) |
|  | Прыжок вверх с места (35 см) |
|  | Бросок медицинбола (2 кг) вперед (в координации) |
|  | Бросок медицинбола (2 кг) назад (в координации) |
| Техническое мастерство | Спуск прямо на склоне в стойке скоростного спуска с преодолением бугров 10-12° (оценка техники выполнения) |
|  | Прохождение трассы слалома-гиганта с преодолением 5 ворот на склоне 10-12° (оценка техники выполнения) |
| **Кёрлинг на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Быстрота | Бег на колясках на 30 м (без учета времени) |
|  | Бег на колясках на 45 м (без учета времени) |
| Выносливость | Бег на колясках 400 м (без учета времени) |
| Сила | Бросок медицинбола (1 кг) (не менее 3 раз) |
| Силовая выносливость | Подъем туловища лежа на спине (не менее 3 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок мяча вперед (в координации) (без учета времени) |
| Техническое мастерство | Участие в спортивных соревнованиях по кёрлингу (не менее 2 соревнований) |
| **Конный спорт - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Сила | Кистевая динамометрия максимальная (не менее 19 кг) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок медицинбола (1 кг) двумя руками из-за головы из положения сидя (не менее 5,30 м) |
| Силовая выносливость | Сгибание-разгибание рук в упоре на брусьях на прямых руках (не менее 10 раз) |
|  | Сгибание-разгибание рук из виса (не менее 7 раз) |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции, легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции I функциональная группа мужчины** | |
| Специальная выносливость | Бег 1000 м (не более 4 мин. 40 с) |
|  | Бег 3000 м (не более 16 мин. 30 с) |
| Скоростная выносливость | Бег 150 м (не более 42 с) |
|  | Бег 300 м (не более 1 мин. 10 с) |
|  | Бег 600 м (не более 2 мин. 18 с) |
| Скоростно-силовые способности | Бег 60 м (не более 25 с) |
|  | Бег на 30 м с ходу (не более 4,5 с) |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции, легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции, легкая атлетика - прыжки II функциональная группа мужчины** | |
| Скоростная выносливость | Бег 60 м (не более 11,5 с) |
|  | Бег 150 м (не более 35 с) |
| Скоростно-силовые способности | Прыжок в длину с места (не менее 1,85 м) |
|  | Тройной прыжок в длину с места (не менее 5 м) |
|  | Бег на 30 м (не более 6,2 с) |
|  | Бег на 30 м с ходу (не более 5,3 с) |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции, легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции II функциональная группа мужчины** | |
| Специальная выносливость | Бег 300 м (не более 1 мин. 20 с) |
|  | Бег 600 м (не более 3 мин.) |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции, легкая атлетика - прыжки III функциональная группа мужчины** | |
| Скоростная выносливость | Бег 60 м (не более 11,2 с) |
|  | Бег 150 м (не более 30 с) |
| Скоростно-силовые способности | Прыжок в длину с места (не менее 2,10 м) |
|  | Тройной прыжок в длину с места (не менее 6,10 м) |
|  | Бег на 30 м (не более 6,1 с) |
|  | Бег на 30 м с ходу (не более 5,2 с) |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции III функциональная группа мужчины** | |
| Специальная выносливость | Бег 300 м (не более 1 мин. 15,5 с) |
|  | Бег 600 м (не более 3 мин. 3 с) |
| **Легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции III функциональная группа мужчины** | |
| Специальная выносливость | Бег 1000 м (не более 5 мин. 20 с) |
|  | Бег 2000 м (не более 12 мин.) |
| Скоростная выносливость | Бег 300 м (не более 1 мин. 15 с) |
|  | Бег 600 м (не более 3 мин.) |
| Скоростно-силовые способности | Прыжок в длину с места (не менее 2,10 м) |
|  | Бег 60 м (не более 11,5 с) |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции, легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции I функциональная группа женщины** | |
| Специальная выносливость | Бег 1000 м (не более 5 мин. 40 с) |
|  | Бег 2000 м (не более 12 мин. 30 с) |
| Скоростная выносливость | Бег 150 м (не более 55 с) |
|  | Бег 300 м (не более 1 мин. 40 с) |
|  | Бег 600 м (не более 3 мин. 30 с) |
| Скоростно-силовые способности | Бег 60 м (не более 29 с) |
|  | Бег на 30 м с ходу (не более 5,5 с) |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции, легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции, легкая атлетика - прыжки II функциональная группа женщины** | |
| Скоростная выносливость | Бег 60 м (не более 12,5 с) |
|  | Бег 150 м (не более 46 с) |
| Скоростно-силовые способности | Прыжок в длину с места (не менее 1,70 м) |
|  | Тройной прыжок в длину с места (не менее 4,20 м) |
|  | Бег на 30 м (не более 6,7 с) |
|  | Бег на 30 м с ходу (не более 5,8 с) |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции, легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции II функциональная группа женщины** | |
| Специальная выносливость | Бег 300 м (не более 1 мин. 30 с) |
|  | Бег 600 м (не более 3 мин. 30 с) |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции, легкая атлетика - прыжки III функциональная группа женщины** | |
| Скоростная выносливость | Бег 60 м (не более 11,8 с) |
|  | Бег 150 м (не более 34,5 с) |
|  | Бег на 30 м (не более 6,5 с) |
| Скоростно-силовые способности | Бег на 30 м с ходу (не более 5,4 с) |
|  | Прыжок в длину с места (не менее 1,75 м) |
|  | Тройной прыжок в длину с места (не менее 5,50 м) |
|  | Бег 60 м (не более 11,5 с) |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции III функциональная группа женщины** | |
| Специальная выносливость | Бег 300 м (не более 1 мин. 27 с) |
|  | Бег 600 м (не более 3 мин. 25 с) |
| **Легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции III функциональная группа женщины** | |
| Специальная выносливость | Бег 1000 м (не более 6 мин. 10 с) |
|  | Бег 2000 м (не более 14 мин.) |
| Скоростная выносливость | Бег 300 м (не более 1 мин. 22 с) |
|  | Бег 600 м (не более 3 мин. 20 с) |
| Скоростно-силовые способности | Прыжок в длину с места (не менее 1,75 м) |
|  | Бег 60 м (не более 12 с) |
| **Легкая атлетика - метания I функциональная группа мужчины** | |
| Сила | Сгибание-разгибание рук в висе на перекладине (не менее 12 раз) |
|  | В положении сидя выпрямление рук вперед с грифом штанги весом 12 кг (не менее 6 раз) |
|  | В положении сидя поднимание рук вверх с грифом 15 кг от груди (не менее 6 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок теннисного мяча правой рукой для правши (левой рукой для левши) (не менее 24 м) |
|  | Бросок теннисного мяча левой рукой для правши (правой рукой для левши) (не менее 19 м) |
|  | Бросок ядра вперед двумя руками от груди весом 2 кг (не менее 5,50 м) |
| **Легкая атлетика - метания II функциональная группа мужчины** | |
| Сила | Сгибание-разгибание рук в висе на перекладине (не менее 10 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Прыжок в длину с места (не менее 1,85 м) |
|  | Бег на 30 м с ходу (не более 5,6 с) |
|  | Бросок теннисного мяча правой рукой для правши (левой рукой для левши) (не менее 13 м) |
|  | Бросок теннисного мяча левой рукой для правши (правой рукой для левши) (не менее 10,50 м) |
|  | Бросок ядра вперед двумя руками от груди весом 2 кг (не менее 5,50 м) |
| **Легкая атлетика - метания III функциональная группа мужчины** | |
| Сила | Сгибание-разгибание рук в висе на перекладине (не менее 10 раз) |
|  | В положении сидя поднимание рук вверх с грифом штанги весом 15 кг (не менее 12 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Прыжок в длину с места (не менее 2 м) |
|  | Бег на 30 м с ходу (не более 5,2 с) |
|  | Бросок теннисного мяча правой рукой для правши (левой рукой для левши) (не менее 18 м) |
|  | Бросок теннисного мяча левой рукой для правши (правой рукой для левши) (не менее 16,50 м) |
|  | Бросок ядра вперед двумя руками от груди весом 2 кг (не менее 6,20 м) |
| **Легкая атлетика - метания I функциональная группа женщины** | |
| Сила | Сгибание-разгибание рук в висе на перекладине (не менее 7 раз) |
|  | В положении сидя выпрямление рук вперед с грифом штанги весом 12 кг от груди (не менее 4 раз) |
|  | В положении сидя поднимание рук вверх с грифом штанги весом 15 кг (не менее 4 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок теннисного мяча правой рукой для правши (левой рукой для левши) (не менее 17 м) |
|  | Бросок теннисного мяча левой рукой для правши (правой рукой для левши) (не менее 14 м) |
|  | Бросок ядра вперед двумя руками от груди весом 2 кг (не менее 3,80 м) |
| **Легкая атлетика - метания II функциональная группа женщины** | |
| Сила | Сгибание-разгибание рук из упора лежа (не менее 25 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Прыжок в длину с места (не менее 1,70 м) |
|  | Бег на 30 м с ходу (не более 6,2 с) |
|  | Бросок теннисного мяча правой рукой для правши (левой рукой для левши) (не менее 9 м) |
|  | Бросок теннисного мяча левой рукой для правши (правой рукой для левши) (не менее 7,80 м) |
|  | Бросок ядра вперед двумя руками от груди весом 2 кг (не менее 3,20 м) |
| **Легкая атлетика - метания III функциональная группа женщины** | |
| Сила | Сгибание-разгибание рук в висе на перекладине (не менее 3 раз) |
|  | В положении сидя поднимание рук вверх с грифом штанги весом 15 кг (не менее 8 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Прыжок в длину с места (не менее 1,80 м) |
|  | Бег на 30 м с ходу (не более 6 с) |
|  | Бросок теннисного мяча правой рукой для правши (левой рукой для левши) (не менее 14 м) |
|  | Бросок теннисного мяча левой рукой для правши (правой рукой для левши) (не менее 12 м) |
|  | Бросок ядра вперед двумя руками от груди весом 2 кг (не менее 3,80 м) |
| **Лыжные гонки - I функциональная группа мужчины, женщины** | |
| Быстрота | Бег на колясках 60 м (не менее 15 с) |
| Координация | Прокат "змейкой" на колясках между 10 вешками (без учета времени) |
| Выносливость | Бег на колясках 400 м (не менее 2 мин.) |
| Сила | Подъем из положения сидя в упоре на руках (самостоятельно) (не менее 5 раз) |
| Силовая выносливость | Попеременная тяга руками резинового амортизатора (не менее 3 мин) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок теннисного мяча правой и левой руками (не менее 3 м) |
| Техническое мастерство | Участие в зимних спортивных соревнованиях по лыжным гонкам (не менее 1 соревнования) |
| **Лыжные гонки - II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Быстрота | Бег на 30 м (не менее 6 с) |
|  | Бег 60 м (не менее 11 с) |
| Координация | Челночный бег 3x10 м (не менее 10 с) |
| Выносливость | Бег 400 м (2 мин.) |
| Сила | Сгибание-разгибание рук в висе на перекладине (не менее 3 раз) |
|  | Приседание с весом 10 кг (не менее 3 раз) |
| Силовая выносливость | Подъем туловища лежа на спине (не менее 5 раз) |
|  | Подъем туловища лежа на животе (не менее 5 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Прыжок в длину с места (не менее 2,05 м) |
|  | Прыжок вверх с места (не менее 35 см) |
|  | Бросок медицинбола (2 кг) вперед (в координации) |
|  | Бросок медицинбола (2 кг) назад (в координации) |
| Техническое мастерство | Участие в зимних спортивных соревнованиях по лыжным гонкам (не менее 1 соревнования) |
| **Настольный теннис - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Сила | Кистевая динамометрия максимальная (не менее 18 кг) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок медицинбола (1 кг) двумя руками из-за головы из положения сидя (не менее 4,80 м) |
| Силовая выносливость | Поднимание туловища из положения лежа (не менее 25 раз) |
|  | Сгибание-разгибание рук из упора лежа (не менее 7 раз) |
| **Парусный спорт - класс "Скуд 18", парусный спорт - класс "Сонар", парусный спорт - класс 2,4 метра I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Координация | Удержание баланса сидя на гимнастическом мяче не касаясь ногами пола (не менее 1 мин.) |
| Выносливость | Плавание 400 м (без учета времени) |
| Скоростно-силовые способности | Сгибание-разгибание туловища с закрепленными ногами на тренажере откренивания (не менее 20 раз) |
|  | Сгибание-разгибание рук из упора лежа (не менее 15 раз) |
|  | Сгибание рук из виса на перекладине (кроме женщин) (не менее 10 раз) |
|  | Кистевая динамометрия максимальная (не менее 10 кг) |
| **Пауэрлифтинг - I, II, III функциональные группы мужчины** | |
| Сила | Кистевая динамометрия максимальная (не менее 19 кг) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок медицинбола (1 кг) двумя руками из-за головы из положения сидя (не менее 5,30 м) |
| Силовая выносливость | Сгибание-разгибание рук в упоре на брусьях (не менее 10 раз) |
|  | Сгибание-разгибание рук в висе на перекладине (не менее 7 раз) |
| **Пауэрлифтинг - I, II, III функциональные группы женщины** | |
| Сила | Кистевая динамометрия максимальная (не менее 18 кг) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок медицинбола (1 кг) двумя руками из-за головы из положения сидя (не менее 4,80 м) |
| Силовая выносливость | Поднимание туловища из положения лежа (не менее 25 раз) |
|  | Сгибание-разгибание рук из упора лежа (не менее 7 раз) |
| **Плавание - I функциональная группа мужчины** | |
| Выносливость, координация | Имитация плавательных движений рук на суше в положении лежа на спине (не менее 45 с) |
|  | Плавание 15 м (без учета времени) |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (не менее 7 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Жим штанги в положении лежа на спине (не менее 10 кг) |
| **Плавание - II функциональная группа мужчины** | |
| Выносливость, координация | Плавание 50 м (без учета времени) |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (не менее 12 раз) |
|  | Многоскок 5 прыжков (не менее 2,30 м) |
|  | Сгибание-разгибание рук от гимнастической скамьи (не менее 4 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Жим штанги в положении лежа на спине (не менее 12 кг) |
|  | Прыжок в длину с места (не менее 50 см) |
| **Плавание - III функциональная группа мужчины** | |
| Выносливость, координация | Плавание 100 м (без учета времени) |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (не менее 15 раз) |
|  | Многоскок 5 прыжков (не менее 2,80 м) |
|  | Сгибание-разгибание рук от гимнастической скамьи (не менее 6 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Жим штанги в положении лежа на спине (не менее 14 кг) |
|  | Прыжок в длину с места (не менее 60 см) |
| **Плавание - I функциональная группа женщины** | |
| Выносливость, координация | Имитация плавательных движений рук на суше в положении лежа на спине (не менее 40 с) |
|  | Плавание 25 м (без учета времени) |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (не менее 5 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Жим гантелей в положении лежа на спине (не менее 5 кг) |
| **Плавание - II функциональная группа женщины** | |
| Выносливость, координация | Плавание 50 м (без учета времени) |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (не менее 8 раз) |
|  | Многоскок 5 прыжков (не менее 2 м) |
|  | Сгибание-разгибание рук от гимнастической скамьи (не менее 2 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Жим гантелей в положении лежа на спине (не менее 8 кг) |
|  | Прыжок в длину с места (не менее 45 см) |
| **Плавание - III функциональная группа женщины** | |
| Выносливость, координация | Плавание 100 м (без учета времени) |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (не менее 10 раз) |
|  | Многоскок 5 прыжков (не менее 2,40 м) |
|  | Сгибание-разгибание рук от гимнастической скамьи (не менее 4 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Жим штанги лежа (не менее 10 кг) |
|  | Прыжок в длину с места (не менее 50 см) |
| **Пулевая стрельба - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Сила | Кистевая динамометрия максимальная (не менее 18 кг) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок медицинбола (1 кг) двумя руками из-за головы из положения сидя (не менее 4,80 м) |
| Силовая выносливость | Поднимание туловища из положения лежа (не менее 25 раз) |
|  | Сгибание-разгибание рук из упора лежа (не менее 7 раз) |
| **Регби на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины** | |
| Сила | Кистевая динамометрия максимальная (не менее 18 кг) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок медицинбола (1 кг) двумя руками из-за головы из положения сидя (не менее 4,80 м) |
| Силовая выносливость | Поднимание туловища из положения лежа (не менее 25 раз) |
|  | Сгибание-разгибание рук из упора лежа (не менее 7 раз) |
| **Стрельба из лука - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Сила | Кистевая динамометрия максимальная (не менее 18 кг) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок медицинбола (1 кг) двумя руками из-за головы из положения сидя (не менее 4,80 м) |
| Силовая выносливость | Поднимание туловища из положения лежа (не менее 25 раз) |
|  | Сгибание-разгибание рук из упора лежа (не менее 7 раз) |
| **Теннис на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Сила | Кистевая динамометрия максимальная (не менее 18 кг) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок медицинбола (1 кг) двумя руками из-за головы из положения, сидя (не менее 4,80 м) |
| Силовая выносливость | Поднимание туловища из положения лежа (не менее 25 раз) |
|  | Сгибание-разгибание рук из упора лежа (не менее 7 раз) |
| **Фехтование - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Сила | Кистевая динамометрия максимальная (не менее 16 кг) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок медицинбола (1 кг) двумя руками из-за головы из положения сидя (не менее 4 м) |
| Силовая выносливость | Поднимание туловища из положения лежа (не менее 15 раз) |
|  | Сгибание-разгибание рук из упора лежа (не менее 5 раз) |
| **Хоккей - следж - I, II, III функциональные группы мужчины** | |
| Быстрота | Бег на специальных санях по льду на 20 м (не более 15 с) |
| Координация | "Змейка" на специальных санях через 10 вешек (минимальное количество сбитых вешек) |
| Выносливость | Бег на специальных санях по периметру площадки 2 круга (не более 50 с) |
| Сила | Поднимание медицинбола (3 кг) лежа на скамейке от груди вверх на прямые руки (не менее 7 раз) |
| Силовая выносливость | Подъем туловища из положения лежа на скамейке в положение сидя (не менее 5 раз) |
|  | Сгибание-разгибание рук в висе на низких брусьях из положения лежа на спине на скамейке (не менее 5 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок руками медицинбола (1 кг) из-за головы вперед сидя на скамейке (не менее 5 м) |
|  | Имитация отталкивания с весом 0,5 кг в каждой руке в положении сидя на скамейке (в течение 30 с) |
| Техническое мастерство | Участие в муниципальных спортивных соревнованиях и соревнованиях физкультурно-спортивных организаций (не менее 1 соревнования) |

Приложение N 7. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства

Приложение N 7  
к Федеральному стандарту

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
| Развиваемое физическое качество | Контрольные упражнения (тесты) |
| 1 | 2 |
| \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  При отсутствии физических возможностей, необходимых для выполнения контрольного упражнения (теста), проводится альтернативное контрольное упражнение (тест) или таковое не проводится, зачет осуществляется по выполненным контрольным упражнениям (тестам). | |
| **Академическая гребля - I, II, III функциональные группы мужчины** | |
| Координация | Гребля в лодке (оценка техники выполнения) |
| Выносливость | Гребля в лодке 1000 м (без учета времени) |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 5 кг (не менее 15 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Жим штанги в положении лежа на спине (не менее 18 кг) |
|  | Бросок медицинбола (2 кг) из положения сидя (не менее 4 м) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта России |
| **Академическая гребля - I, II, III функциональные группы женщины** | |
| Координация | Гребля в лодке (оценка техники выполнения) |
| Выносливость | Гребля в лодке 1000 м (без учета времени) |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 4 кг (не менее 12 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Жим штанги в положении лежа на спине (не менее 13 кг) |
|  | Бросок медицинбола (1 кг) из положения сидя (не менее 4 м) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Баскетбол на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Быстрота | Бег на колясках 100 м (не более 28 с) |
| Координация | Прокат "змейкой" на колясках между 5 вешками (без учета времени) |
| Выносливость | Бег на колясках 800 м (не более 4 мин.) |
| Сила | Подъем из положения сидя в упоре на руках (самостоятельно) (не менее 12 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Толкание медицинбола (1 кг) правой рукой вперед (не менее 8 раз) |
|  | Толкание медицинбола (1 кг) левой рукой вперед (не менее 8 раз) |
| Спортивный разряд | Первый спортивный разряд |
| **Биатлон - I функциональная группа мужчины, женщины** | |
| Быстрота | Бег на колясках 60 м (не более 13 с) |
|  | Бег на колясках 100 м (не более 28 с) |
| Выносливость | Бег на колясках 800 м (не более 4 мин.) |
| Сила | Подъем из положения сидя в упоре на руках (самостоятельно) (не менее 10 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок руками медицинбола (1 кг) из-за головы вперед сидя на скамейке (не менее 5 м) |
| Техническое мастерство | Участие в зимних спортивных соревнованиях по биатлону (не менее 2 соревнований) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Биатлон - II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Быстрота | Бег 60 м (не более 9 с) |
|  | Бег 100 м (не более 14 с) |
| Выносливость | Бег 1500 м (не более 6 мин) |
| Сила | Сгибание-разгибание рук в висе на перекладине (не менее 9 раз) |
|  | Приседание с весом 15 кг (не менее 10 раз) |
| Силовая выносливость | Подъем туловища лежа на спине (не менее 10 раз) |
|  | Подъем туловища лежа на животе (не менее 10 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Прыжок в длину с места (не менее 220 см) |
|  | Прыжок вверх с места (не менее 40 см) |
|  | Бросок медицинбола (3 кг) вперед (в координации) (не менее 8 м) |
|  | Бросок медицинбола (3 кг) назад (в координации) (не менее 8 м) |
| Техническое мастерство | Участие в зимних спортивных соревнованиях по биатлону (не менее 2 соревнований) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Бочча - I функциональная группа мужчины, женщины** | |
| Координация | Броски мяча в установленную цель, 10 попыток (количество мячей, попавших в цель, не менее 9) |
| Выносливость | Броски 6 мячей на установленное расстояние с учетом времени (не более 4 мин.) |
|  | Броски мяча до средней линии площадки, 10 попыток (не менее 7 успешных) |
| Техническое мастерство | Броски мяча на точность на заданное расстояние: 3, 5, 7 м (не менее 8 попаданий из 10 попыток на каждом расстоянии) |
|  | Броски мяча на точность в определенные точки корта: середина, по диагонали, по границам корта (не менее 8 попаданий из 10 попыток в каждую из точек) |
| Спортивный разряд | Первый спортивный разряд |
| **Бочча - II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Координация | Броски мяча в установленную цель, 10 попыток (количество мячей, попавших в цель, не менее 9) |
|  | Занятие исходного положения на площадке с учетом времени (не более 35 с) |
| Выносливость | Броски 6 мячей на установленное расстояние с учетом времени (не более 4 мин) |
|  | Броски мяча до средней линии площадки, 10 попыток (не менее 8 успешных) |
| Техническое мастерство | Броски на точность на заданное расстояние: 3, 5, 7 м (не менее 9 попаданий из 10 попыток на каждом расстоянии) |
|  | Броски на точность в определенные точки корта: середина, по диагонали, по границам корта (не менее 9 попаданий из 10 попыток в каждую из точек) |
| Спортивный разряд | Первый спортивный разряд |
| **Велоспорт - трек, велоспорт - шоссе I функциональная группа мужчины, женщины** | |
| Быстрота | Бег на колясках 100 м (не более 28 с) |
| Координация | Прокат "змейкой" на колясках между 5 вешками (без учета времени) |
| Выносливость | Бег на колясках 800 м (не более 4 мин.) |
| Сила | Подъем из положения сидя в упоре на руках (самостоятельно) (не менее 12 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Толкание медицинбола (1 кг) правой рукой вперед (не менее 8 раз) |
|  | Толкание медицинбола (1 кг) левой рукой вперед (не менее 8 раз) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Велоспорт - трек, велоспорт - шоссе II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Быстрота | Бег 60 м (не более 10 с) |
| Координация | Удержание равновесия стоя на одной ноге с закрытыми глазами (не менее 15 с) |
| Выносливость | 12-минутный бег (не менее 2400 м) |
| Силовая выносливость | Подъем туловища из положения лежа на спине (не менее 25 раз) |
|  | Подъем ног из положения лежа на спине (не менее 18 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Прыжок в длину с места (не менее 240 см) |
|  | Сгибание-разгибание рук в висе на перекладине за 20 с (не менее 10 раз) |
|  | Приседание за 20 с (не менее 15 раз) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Волейбол сидя - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Сила | Кистевая динамометрия максимальная (не менее 24 кг) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок медицинбола (1 кг) двумя руками из-за головы из положения сидя (не менее 7,50 м) |
| Силовая выносливость | Сгибание-разгибание рук в упоре на брусьях на прямых руках (не менее 15 раз) |
|  | Сгибание-разгибание рук в висе на перекладине (не менее 8 раз) |
| Спортивный разряд | Первый спортивный разряд |
| **Горнолыжный спорт - I функциональная группа мужчины, женщины** | |
| Быстрота | Бег на колясках 60 м (не менее 13 с) |
| Координация | Бег на колясках 100 м (не менее 28 с) |
| Выносливость | Бег на колясках 800 м (не менее 4 мин.) |
| Сила | Подъем из положения сидя в упоре на руках (самостоятельно) (не менее 10 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Толкание медицинбола (1 кг) рукой вперед (не менее 2 м) |
| Техническое мастерство | Прохождение участка трассы скоростного спуска (без учета времени) |
|  | Прохождение трассы слалома (без учета времени) |
|  | Прохождение трассы слалома-гиганта (без учета времени) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Горнолыжный спорт - II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Быстрота | Бег 60 м (не более 9 с) |
| Координация | Челночный бег 3x10 м (не более 12 с) |
| Выносливость | Бег 1500 м (не более 6 мин.) |
| Сила | Сгибание-разгибание рук в висе на перекладине (не менее 9 раз) |
|  | Приседание с весом 15 кг (не менее 10 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Прыжок в длину с места (не менее 220 см) |
|  | Прыжок вверх с места (не менее 40 см) |
|  | Бросок медицинбола (3 кг) вперед (не менее 8 м) |
|  | Бросок медицинбола (3 кг) назад (не менее 8 м) |
| Техническое мастерство | Прохождение участка трассы скоростного спуска (оценка техники выполнения) |
|  | Прохождение трассы слалома (оценка техники выполнения) |
|  | Прохождение трассы слалома-гиганта (оценка техники выполнения) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Кёрлинг на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Быстрота | Бег на колясках на 45 м (без учета времени) |
| Выносливость | Бег на колясках 600 м (без учета времени) |
| Сила | Бросок медицинбола (1 кг) вперед (не менее 10 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Подъем туловища лежа на спине (не менее 10 раз) |
| Техническое мастерство | Участие в спортивных соревнованиях по кёрлингу на колясках (не менее 3 спортивных соревнований) |
| Спортивный разряд | Первый спортивный разряд |
| **Конный спорт - I, II, III функциональные группы мужчины** | |
| Сила | Жим штанги в положении лежа на спине (не менее 110 кг) |
|  | Жим штанги в положении лежа на спине на скамье под углом 45° (не менее 95 кг) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок теннисного мяча правой рукой для правши (левой рукой для левши) (не менее 29 м) |
|  | Бросок теннисного мяча левой рукой для правши (правой рукой для левши) (не менее 25 м) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Конный спорт - I, II, III функциональные группы женщины** | |
| Сила | Жим штанги в положении лежа на спине (не менее 70 кг) |
|  | Жим штанги в положении лежа на спине на скамье под углом 45° (не менее 60 кг) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок теннисного мяча правой рукой для правши (левой рукой для левши) (не менее 23 м) |
|  | Бросок теннисного мяча левой рукой для правши (правой рукой для левши) (не менее 20 м) |
| Спортивный разряд | Кандадат в мастера спорта |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции, I функциональная группа мужчины** | |
| Скоростная выносливость | Бег 150 м (не более 24 с) |
| Скоростно-силовые способности | Бег 60 м (не более 16,5 с) |
|  | Бег на 30 м с ходу (не более 3,4 с) |
| Специальная выносливость | Бег 300 м (не более 45 с) |
|  | Бег 600 м (не более 1 мин 30 с) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции, I функциональная группа мужчины** | |
| Специальная выносливость | Бег 1000 м (не более 2 мин 25 с) |
|  | Бег 3000 м (не более 7 мин 45 с) |
| Скоростная выносливость | Бег 300 м (не более 50 с) |
|  | Бег 600 м (не более 1 мин 28,5 с) |
| Скоростно-силовые способности | Бег 150 м (не более 26 с) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции, легкая атлетика - прыжки II функциональная группа мужчины** | |
| Скоростная выносливость | Бег 60 м (не более 9,5 с) |
|  | Бег 150 м (не более 23 с) |
| Скоростно-силовые способности | Бег на 30 м (не более 5,3 с) |
|  | Бег на 30 м с ходу (не более 4,2 с) |
|  | Прыжок в длину с места (не менее 2,20 м) |
|  | Тройной прыжок в длину с места (не менее 6,90 м) |
| Специальная выносливость | Бег 300 м (не более 47 с) |
|  | Бег 600 м (не более 2 мин 5 с) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции, II функциональная группа мужчины** | |
| Специальная выносливость | Бег 1000 м (не более 3 мин. 30 с) |
|  | Бег 2000 м (не более 7 мин. 20 с) |
| Скоростная выносливость | Бег 150 м (не более 23 с) |
|  | Бег 300 м (не более 58 с) |
|  | Бег 600 м (не более 2 мин 8 с) |
| Скоростно-силовые способности | Прыжок в длину с места (не менее 2,10 м) |
|  | Бег 60 м (не более 10,1 с) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции, легкая атлетика - прыжки III функциональная группа мужчины** | |
| Скоростная выносливость | Бег 60 м (не более 8,3 с) |
|  | Бег 150 м (не более 19 с) |
| Скоростно-силовые способности | Бег на 30 м (не более 4,7 с) |
|  | Бег на 30 м с ходу (не более 3,6 с) |
|  | Прыжок в длину с места (не менее 2,40 м) |
|  | Тройной прыжок в длину с места (не менее 7,60 м) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции III функциональная группа мужчины** | |
| Специальная выносливость | Бег 300 м (не более 43,5 с) |
|  | Бег 600 м (не более 1 мин. 41 с) |
| **Легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции III функциональная группа мужчины** | |
| Специальная выносливость | Бег 1000 м (не более 2 мин. 59 с) |
|  | Бег 2000 м (не более 6 мин. 30 с) |
| Скоростная выносливость | Бег 600 м (не более 1 мин. 42 с) |
|  | Бег 300 м (не более 48 с) |
| Скоростно-силовые способности | Прыжок в длину с места (не менее 2,25 м) |
|  | Бег 60 м (не более 9,2 с) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции, I функциональная группа женщины** | |
| Скоростная выносливость | Бег 150 м (не более 29 с) |
|  | Бег 300 м (не более 55,5 с) |
|  | Бег 600 м (не более 1 мин 50 с) |
| Скоростно-силовые способности | Бег 60 м (не более 19,5 с) |
|  | Бег на 30 м с ходу (не более 3,7 с) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции I функциональная группа женщины** | |
| Специальная выносливость | Бег 1000 м (не более 3 мин. 6 с) |
|  | Бег 2000 м (не более 6 мин. 25 с) |
| Скоростная выносливость | Бег 300 м (не более 1 мин. 2 с) |
|  | Бег 600 м (не более 1 мин. 48 с) |
| Скоростно-силовые способности | Бег 150 м (не более 30,5 с) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции, легкая атлетика - прыжки II функциональная группа женщины** | |
| Скоростная выносливость | Бег 60 м (не более 10 с) |
|  | Бег 150 м (не более 30,5 с) |
| Скоростно-силовые способности | Бег на 30 м (не более 5,5 с) |
|  | Бег на 30 м с ходу (не более 4,4 с) |
|  | Прыжок в длину с места (не менее 1,95 м) |
|  | Тройной прыжок в длину с места (не менее 6,20 м) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции II функциональная группа женщины** | |
| Специальная выносливость | Бег 300 м (не более 1 мин. 7 с) |
|  | Бег 600 м (не более 2 мин. 33 с) |
| **Легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции, II функциональная группа женщины** | |
| Специальная выносливость | Бег 1000 м (не более 5 мин. 40 с) |
|  | Бег 2000 м (не более 12 мин. 30 с) |
| Скоростная выносливость | Бег 300 м (не более 1 мин. 30 с) |
|  | Бег 600 м (не более 3 мин. 20 с) |
| Скоростно-силовые способности | Прыжок в длину с места (не менее 1,85 м) |
|  | Бег 60 м (не более 10,8 с) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции, легкая атлетика - прыжки III функциональная группа женщины** | |
| Скоростная выносливость | Бег 60 м (не более 9,1 с) |
|  | Бег 150 м (не более 23,5 с) |
| Скоростно-силовые способности | Бег на 30 м (не более 5 с) |
|  | Бег на 30 м с ходу (не более 4,1 с) |
|  | Прыжок в длину с места (не менее 2,10 м) |
|  | Тройной прыжок в длину с места (не менее 6,50 м) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции III функциональная группа женщины** | |
| Специальная выносливость | Бег 300 м (не более 56 с) |
|  | Бег 600 м (не более 2 мин. 7 с) |
| **Легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции III функциональная группа женщины** | |
| Специальная выносливость | Бег 1000 м (не более 3 мин. 45 с) |
|  | Бег 2000 м (не более 8 мин. 4 с) |
| Скоростная выносливость | Бег 300 м (не более 1 мин. 0,5 с) |
|  | Бег 600 м (не более 2 мин. 9 с) |
| Скоростно-силовые способности | Прыжок в длину с места (не менее 2,05 м) |
|  | Бег 60 м (не более 9,6 с) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Легкая атлетика - метания I функциональная группа мужчины** | |
| Сила | Жим штанги в положении лежа на спине (не менее 90 кг) |
|  | Жим штанги в положении лежа на спине на наклонной скамье 45° (не менее 80 кг) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок теннисного мяча правой рукой для правши (левой рукой для левши) (не менее 29 м) |
|  | Бросок теннисного мяча левой рукой для правши (правой рукой для левши) (не менее 25 м) |
|  | Бросок ядра легче соревновательного на 1 кг двумя руками от груди (не менее 7,70 м) |
|  | Бросок ядра тяжелее соревновательного на 1 кг двумя руками от груди (не менее 5,20 м) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Легкая атлетика - метания II функциональная группа мужчины** | |
| Сила | Жим штанги в положении лежа на спине (не менее 100 кг) |
|  | Вставание со штангой из полуприседа (не менее 90 кг) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок ядра соревновательного веса двумя руками снизу (не менее 10,50 м) |
|  | Бросок ядра тяжелее соревновательного на 1 кг двумя руками от груди (не менее 7,20 м) |
|  | Бросок ядра легче соревновательного на 1 кг двумя руками от груди (не менее 9,50 м) |
|  | Бросок теннисного мяча правой рукой для правши (левой рукой для левши) (не менее 26 м) |
|  | Бросок теннисного мяча левой рукой для правши (правой рукой для левши) (не менее 23,50 м) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Легкая атлетика - метания III функциональная группа мужчины** | |
| Сила | Жим штанги в положении лежа на спине (не менее 110 кг) |
|  | Вставание со штангой из полуприседа (не менее 120 кг) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок ядра соревновательного веса двумя руками снизу (не менее 10,50 м) |
|  | Бросок ядра тяжелее соревновательного на 1 кг двумя руками от груди (не менее 9,10 м) |
|  | Бросок ядра легче соревновательного на 1 кг двумя руками от груди (не менее 11 м) |
|  | Бросок теннисного мяча правой рукой для правши (левой рукой для левши) (не менее 42 м) |
|  | Бросок теннисного мяча левой рукой для правши (правой рукой для левши) (не менее 37,50 м) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Легкая атлетика - метания I функциональная группа женщины** | |
| Сила | Жим штанги в положении лежа на спине (не менее 70 кг) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок теннисного мяча правой рукой для правши (левой рукой для левши) (не менее 23 м) |
|  | Бросок теннисного мяча левой рукой для правши (правой рукой для левши) (не менее 20 м) |
|  | Бросок ядра легче соревновательного на 1 кг двумя руками от груди (не менее 5,20 м) |
|  | Бросок ядра тяжелее соревновательного на 1 кг двумя руками от груди (не менее 4,40 м) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Легкая атлетика - метания II функциональная группа женщины** | |
| Сила | Жим штанги в положении лежа на спине (не менее 75 кг) |
|  | Вставание со штангой из полуприседа (не менее 70 кг) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок ядра соревновательного веса двумя руками снизу (не менее 6,50 м) |
|  | Бросок ядра тяжелее соревновательного на 1 кг двумя руками от груди (не менее 5,20 м) |
|  | Бросок ядра легче соревновательного на 1 кг двумя руками от груди (не менее 6,50 м) |
|  | Бросок теннисного мяча правой рукой для правши (левой рукой для левши) (не менее 18 м) |
|  | Бросок теннисного мяча левой рукой для правши (правой рукой для левши) (не менее 16,50 м) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Легкая атлетика - метания III функциональная группа женщины** | |
| Сила | Жим штанги в положении лежа на спине (не менее 80 кг) |
|  | Вставание со штангой из полуприседа (не менее 90 кг) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок ядра соревновательного веса двумя руками снизу (не менее 8 м) |
|  | Бросок ядра тяжелее соревновательного на 1 кг двумя руками от груди (не менее 7 м) |
|  | Бросок ядра легче соревновательного на 1 кг двумя руками от груди (не менее 7,50 м) |
|  | Бросок теннисного мяча правой рукой для правши (левой рукой для левши) (не менее 29 м) |
|  | Бросок теннисного мяча левой рукой для правши (правой рукой для левши) (не менее 26,50 м) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Лыжные гонки - I функциональная группа мужчины, женщины** | |
| Быстрота | Бег на колясках 60 м (не более 15 с) |
| Координация | Прокат "змейкой" на колясках между 10 вешками (без учета времени) |
| Выносливость | Бег на колясках 400 м (не более 2 мин.) |
| Сила | Подъем из положения сидя в упор на руках (самостоятельно) (не более 5 раз) |
| Силовая выносливость | Попеременная тяга руками резинового амортизатора (не менее 3 мин.) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок теннисного мяча правой и левой руками (на личный результат) |
| Техническое мастерство | Участие в зимних спортивных соревнованиях по лыжным гонкам (не менее 1 соревнования) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Лыжные гонки - II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Быстрота | Бег 60 м (не более 9 с) |
|  | Бег 100 м (не более 14 с) |
| Выносливость | Бег 1500 м (не более 6 мин.) |
| Сила | Сгибание-разгибание рук в висе на перекладине (не менее 9 раз) |
|  | Приседание с весом 15 кг (не менее 10 раз) |
| Силовая выносливость | Подъем туловища из положения лежа на спине (не менее 10 раз) |
|  | Подъем туловища из положения лежа на животе (не менее 10 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Прыжок в длину с места (не менее 220 см) |
|  | Прыжок вверх с места (не менее 40 см) |
|  | Бросок медицинбола (3 кг) вперед в координации (не менее 8 м) |
|  | Бросок медицинбола (3 кг) назад в координации (не менее 8 м) |
| Техническое мастерство | Участие в зимних спортивных соревнованиях по лыжным гонкам (не менее 2 соревнований) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Настольный теннис - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Быстрота | Бег на колясках 100 м (не более 28 с) |
|  | Прокат "змейкой" на колясках между 5 вешками (без учета времени) |
| Выносливость | Бег на колясках 800 м (не более 4 мин.) |
| Сила | Подъем из положения сидя в упоре на руках (самостоятельно) (не менее 12 раз) |
| Силовая выносливость | Попеременная тяга руками резинового амортизатора (самостоятельно) (не менее 45 с) |
| Скоростно-силовые способности | Толкание медицинбола (1 кг) правой рукой вперед (не менее 8 раз) |
|  | Толкание медицинбола (1 кг) левой рукой вперед (не менее 8 раз) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Парусный спорт - класс "Скуд 18", парусный спорт - класс "Сонар", парусный спорт - класс 2,4 метра - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Координация | Удержание баланса сидя на гимнастическом мяче не касаясь ногами пола (не менее 2 мин.) |
| Выносливость | Плавание 400 м (не более 9 мин) |
| Скоростно-силовые способности | Сгибание-разгибание туловища с закрепленными ногами на тренажере откренивания (не менее 25 раз) |
|  | Сгибание-разгибание рук из упора лежа (не менее 20 раз) |
|  | Сгибание рук из виса на перекладине (кроме женщин) (не менее 10 раз) |
|  | Кистевая динамометрия максимальная (не менее 12 кг) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Пауэрлифтинг - I, II, III функциональные группы мужчины** | |
| Сила | Кистевая динамометрия максимальная (не менее 24 кг) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок медицинбола (1 кг) двумя руками из-за головы из положения сидя (не менее 7,50 м) |
| Силовая выносливость | Сгибание-разгибание рук в упоре на брусьях на прямых руках (не менее 15 раз) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Пауэрлифтинг - I, II, III функциональные группы женщины** | |
| Сила | Кистевая динамометрия максимальная (не менее 22 кг) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок медицинбола (1 кг) двумя руками из-за головы из положения сидя (не менее 6 м) |
| Силовая выносливость | Поднимание туловища из положения лежа (не менее 30 раз) |
|  | Сгибание-разгибание рук из упора лежа (не менее 10 раз) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Плавание - I функциональная группа мужчины** | |
| Координация | Плавание избранным способом (оценка техники выполнения) |
| Выносливость | Плавание избранным способом 600 м (без учета времени) |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (не менее 10 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Жим штанги в положении лежа на спине (не менее 12 кг) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Плавание - II функциональная группа мужчины** | |
| Координация | Плавание избранным способом (оценка техники выполнения) |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1,2 кг (не менее 15 раз) |
|  | Многоскок 5 прыжков (не менее 2,80 м) |
|  | Сгибание-разгибание рук в положении упор от гимнастической скамьи (не менее 6 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Жим штанги в положении лежа на спине (не менее 16 кг) |
|  | Прыжок в длину с места (не менее 0,7 м) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Плавание - III функциональная группа мужчины** | |
| Координация | Плавание избранным способом (оценка техники выполнения) |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1,2 кг (не менее 18 раз) |
|  | Многоскок 5 прыжков (не менее 4,20 м) |
|  | Сгибание-разгибание рук в положении упор от гимнастической скамьи (не менее 8 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Жим штанги в положении лежа на спине (не менее 18 кг) |
|  | Прыжок в длину с места (не менее 0,90 м) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Плавание - I функциональная группа женщины** | |
| Координация | Плавание избранным способом (оценка техники выполнения) |
| Выносливость | Плавание избранным способом 600 м (без учета времени) |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (не менее 8 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Жим штанги в положении лежа на спине (не менее 8 кг) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Плавание - II функциональная группа женщины** | |
| Координация | Плавание избранным способом (оценка техники выполнения) |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (не менее 10 раз) |
|  | Многоскок 5 прыжков (не менее 2,60 м) |
|  | Сгибание-разгибание рук в положении упор от гимнастической скамьи (не менее 4 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Жим штанги в положении лежа на спине (не менее 10 кг) |
|  | Прыжок в длину с места (не менее 0,60 м) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Плавание - III функциональная группа женщины** | |
| Координация | Плавание избранным способом (оценка техники выполнения) |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1,2 кг (не менее 12 раз) |
|  | Многоскок 5 прыжков (не менее 4 м) |
|  | Сгибание-разгибание рук в положении упор от гимнастической скамьи (не менее 6 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Жим штанги в положении лежа на спине (не менее 13 кг) |
|  | Прыжок в длину с места (не менее 0,80 м) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Пулевая стрельба - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Сила | Кистевая динамометрия максимальная (не менее 24 кг) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок медицинбола (1 кг) двумя руками из-за головы из положения сидя (не менее 7,50 м) |
| Силовая выносливость | Сгибание-разгибание рук в упоре на брусьях на прямых руках (не менее 15 раз) |
|  | Сгибание-разгибание рук из виса (не менее 8 раз) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Регби на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины** | |
| Быстрота | Бег на колясках 100 м (не более 28 с) |
| Координация | Прокат "змейкой" на колясках между 5 вешками (без учета времени) |
| Выносливость | Бег на колясках 800 м (не более 4 мин.) |
| Сила | Подъем из положения сидя в упоре на руках (самостоятельно) (не менее 12 раз) |
| Силовая выносливость | Попеременная тяга руками резинового амортизатора (самостоятельно) (не менее 60 с) |
| Скоростно-силовые способности | Толкание медицинбола (1 кг) правой рукой вперед (не менее 8 раз) |
|  | Толкание медицинбола (1 кг) левой рукой вперед (не менее 8 раз) |
| Спортивный разряд | Первый спортивный разряд |
| **Стрельба из лука - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Сила | Кистевая динамометрия максимальная (не менее 24 кг) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок медицинбола (1 кг) двумя руками из-за головы из положения сидя (не менее 7,50 м) |
| Силовая выносливость | Сгибание-разгибание рук в упоре на брусьях на прямых руках (не менее 15 раз) |
|  | Сгибание-разгибание рук из виса на перекладине (не менее 8 раз) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Теннис на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Быстрота | Бег на колясках 100 м (не более 28 с) |
| Координация | Прокат "змейкой" на колясках между 5 вешками (без учета времени) |
| Выносливость | Бег на колясках 800 м (не более 4 мин) |
| Сила | Подъем из положения сидя в упоре на руках (самостоятельно) (не менее 12 раз) |
| Силовая выносливость | Попеременная тяга руками резинового амортизатора (самостоятельно) (не менее 60 с) |
| Скоростно-силовые способности | Толкание медицинбола (1 кг) правой рукой вперед (не менее 8 раз) |
|  | Толкание медицинбола (1 кг) левой рукой вперед (не менее 8 раз) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Фехтование - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | |
| Сила | Кистевая динамометрия максимальная (не менее 18 кг) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок медицинбола (1 кг) двумя руками из-за головы из положения сидя (не менее 4,80 м) |
| Силовая выносливость | Поднимание туловища из положения лежа (не менее 25 раз) |
|  | Сгибание-разгибание рук из упора лежа (не менее 7 раз) |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта |
| **Хоккей - следж - I, II, III функциональные группы мужчины** | |
| Быстрота | Бег на специальных санях по льду на 60 м (не более 45 с) |
| Координация | Восьмерка без шайбы на специальных санях по льду (не менее 16 с) |
|  | Восьмерка с шайбой на специальных санях по льду (не менее 19 с) |
| Выносливость | Бег на специальных санях по периметру площадки 4 круга (не более 1,5 мин) |
| Сила | Жим штанги лежа (весом не менее 30% от собственной массы тела) |
| Силовая выносливость | Сгибание-разгибание рук из виса на низкой перекладине (не менее 6 раз) |
|  | Поднимание туловища из положения лежа на спине в положение сидя на скамейке за 30 с (не менее 10 раз) |
| Скоростно-силовые способности | Бросок медицинбола (3 кг) из-за головы вперед (не менее 8 м) |
|  | Имитация отталкивания с весом 3 кг в каждой руке в положении сидя на скамейке (не менее 30 с) |
| Техническое мастерство | Участие в муниципальных спортивных соревнованиях и соревнованиях физкультурно-спортивных организаций (не менее 10 соревнований) |
| Спортивный разряд | Первый спортивный разряд |

Приложение N 8. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе высшего спортивного мастерства

Приложение N 8  
к Федеральному стандарту

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
| Развиваемое физическое качество | | Контрольные упражнения (тесты) |
| 1 | | 2 |
| \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  При отсутствии физических возможностей, необходимых для выполнения контрольного упражнения (теста), проводится альтернативное контрольное упражнение (тест) или таковое не проводится, зачет осуществляется по выполненным контрольным упражнениям (тестам). | | |
| **Академическая гребля - I, II, III функциональные группы мужчины** | | |
| Координация | | Гребля в лодке (без учета времени) |
| Выносливость | | Прохождение в лодке дистанции 5000 м (одиночка - до 25 мин.; двойка - до 20 мин.; четверка - до 18 мин.) |
| Силовая выносливость | | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 8 кг (не менее 18 раз) |
| Скоростно-силовые способности | | Жим штанги в положении лежа на спине (не менее 24 кг) |
|  | | Бросок медицинбола (2 кг) из положения сидя (не менее 6 м) |
| Спортивный разряд | | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса |
| **Академическая гребля - I, II, III функциональные группы женщины** | | |
| Координация | | Гребля в лодке (без учета времени) |
| Выносливость | | Прохождение в лодке дистанции 5000 м (одиночка - до 26 мин.; двойка - до 20 мин.; четверка - до 18 мин.) |
| Силовая выносливость | | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 6 кг (не менее 15 раз) |
| Скоростно-силовые способности | | Жим штанги в положении лежа на спине (не менее 19 кг) |
|  | | Бросок медицинбола (1 кг) из положения сидя (не менее 6 м) |
| Спортивный разряд | | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса |
| **Баскетбол на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | |
| Быстрота | | Бег на колясках 100 м (не более 26 с) |
| Координация | | Прокат "змейкой" на колясках между 7 вешками (без учета времени) |
| Выносливость | | Бег на колясках 800 м (не более 3 мин 45 с) |
| Сила | | Подъем из положения сидя в упоре на руках (самостоятельно) (не менее 15 раз) |
| Скоростно-силовые способности | | Толкание медицинбола (1 кг) правой рукой вперед (не менее 10 раз) |
|  | | Толкание медицинбола (1 кг) левой рукой вперед (не менее 10 раз) |
| Спортивный разряд | | Кандидат в мастера спорта |
| **Биатлон - I функциональная группа мужчины, женщины** | | |
| Быстрота | | Бег на колясках 100 м (не более 25 с) |
|  | | Бег на колясках 200 м (не более 55 с) |
| Выносливость | | Бег на колясках 800 м (не более 4 мин.) |
| Сила | | Подъем из положения сидя в упор на руках (самостоятельно) (не менее 12 раз) |
| Скоростно-силовые способности | | Толкание медицинбола (3 кг) правой рукой вперед (не менее 2 м) |
|  | | Толкание медицинбола (3 кг) левой рукой вперед (не менее 2 м) |
| Техническое мастерство | | Участие в зимних спортивных соревнованиях по биатлону (не менее 10 соревнований) |
| Спортивный разряд | | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса |
| **Биатлон - II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | |
| Быстрота | Бег 60 м (не более 8,5 с) | |
|  | Бег 100 м (не более 13 с) | |
| Выносливость | Бег 1500 м (менее 5 мин.) | |
| Сила | Сгибание-разгибание рук в висе на перекладине (не менее 12 раз) | |
|  | Приседание с весом 15 кг (не менее 15 раз) | |
| Силовая выносливость | Подъем туловища из положения лежа на спине (не менее 15 раз) | |
|  | Подъем туловища из положения лежа на животе (не менее 15 раз) | |
| Скоростно-силовые способности | Прыжок в длину с места (не менее 240 см) | |
|  | Бросок медицинбола (5 кг) вперед (не менее 10 м) | |
| Техническое мастерство | Участие в зимних спортивных соревнованиях по биатлону (не менее 10 соревнований) | |
| Спортивный разряд | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса | |
| **Бочча - I функциональная группа мужчины, женщины** | | |
| Ловкость | Броски мяча в установленную цель (количество мячей, попавших в цель, не менее 12) | |
| Координация | Занятие исходного положения на площадке с учетом времени (не более 35 с) | |
| Выносливость | Броски 6 мячей на установленное расстояние с учетом времени (не более 3 мин.) | |
|  | Броски мяча до средней линии площадки, 12 попыток (не менее 12 успешных) | |
| Техническое мастерство | Броски мяча на точность на заданное расстояние: 3, 5, 7 м (не менее 10 попаданий из 10 попыток на каждом расстоянии) | |
|  | Броски мяча на точность в определенные точки корта: середина, по диагонали, по границам корта (не менее 10 попаданий из 10 попыток в каждую из точек) | |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта | |
| **Бочча - II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | |
| Ловкость | | Броски мяча в установленную цель, 12 попыток (не менее 12 успешных) |
| Координация | | Занятие исходного положения на площадке с учетом времени (не более 25 с) |
| Выносливость | | Броски 6 мячей на установленное расстояние с учетом времени (не более 2 мин.) |
|  | | Броски мяча до средней линии площадки, 12 попыток (не менее 12 успешных) |
| Техническое мастерство | | Броски мяча на точность на заданное расстояние: 3, 5, 7 м (не менее 10 попаданий из 10 попыток на каждое расстояние) |
|  | | Броски мяча на точность в определенные точки корта: середина, по диагонали, по границам корта (не менее 10 попаданий из 10 попыток в каждую из точек) |
| Спортивный разряд | | Кандидат в мастера спорта |
| **Велоспорт - трек, велоспорт - шоссе I функциональная группа мужчины, женщины** | | |
| Быстрота | | Бег на колясках 100 м (не более 25 с) |
| Выносливость | | Бег на колясках 800 м (не более 4 мин.) |
| Сила | | Подъем из положения сидя в упоре на руках (самостоятельно) (не менее 15 раз) |
| Скоростно-силовые способности | | Толкание медицинбола (3 кг) правой рукой вперед (не менее 8 м) |
|  | | Толкание медицинбола (3 кг) левой рукой вперед (не менее 8 м) |
| Спортивный разряд | | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса |
| **Велоспорт - трек, велоспорт - шоссе II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | |
| Быстрота | Бег 60 м (не более 8,5 с) | |
| Выносливость | 12 - минутный бег (не менее 2600 м) | |
| Силовая выносливость | Подъем туловища из положения лежа на спине (не менее 30 раз) | |
|  | Подъем ног из положения лежа на спине (не менее 20 раз) | |
| Скоростно-силовые способности | Прыжок в длину с места (не менее 240 см) | |
|  | Сгибание-разгибание рук в висе на перекладине за 20 с (не менее 15 раз) | |
|  | Приседание за 20 с (не менее 18 раз) | |
| Спортивный разряд | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса | |
| **Волейбол сидя - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | |
| Сила | | Кистевая динамометрия максимальная (не менее 27 кг) |
| Скоростно-силовые способности | | Бросок медицинбола (1 кг) двумя руками из-за головы из положения сидя (не менее 9 м) |
| Силовая выносливость | | Сгибание-разгибание рук в упоре на брусьях на прямых руках (не менее 17 раз) |
|  | | Сгибание-разгибание рук из виса (не менее 9 раз) |
| Спортивный разряд | | Кандидат в мастера спорта |
| **Горнолыжный спорт - I функциональная группа мужчины, женщины** | | |
| Быстрота | | Бег на колясках 60 м (не более 12 с) |
| Координация | | Бег на колясках 100 м (не более 25 с) |
| Выносливость | | Бег на колясках 800 м (не более 3 мин 45 с) |
| Сила | | Подъем из положения сидя в упоре на руках (самостоятельно) (не менее 14 раз) |
| Скоростно-силовые способности | | Толкание медицинбола (1 кг) рукой вперед (не менее 2,2 м) |
| Техническое мастерство | | Прохождение участка трассы скоростного спуска (без учета времени) |
|  | | Прохождение трассы слалома (без учета времени) |
|  | | Прохождение трассы слалома-гиганта (без учета времени) |
| Спортивный разряд | | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса |
| **Горнолыжный спорт - II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | |
| Быстрота | Бег 60 м (не более 8 с) | |
| Координация | Челночный бег 3x10 м (не более 11 с) | |
| Выносливость | Бег 1500 м (не более 5 мин 40 с) | |
| Сила | Сгибание-разгибание рук в висе на перекладине (не менее 10 раз) | |
|  | Приседание с весом 15 кг (не менее 15 раз) | |
| Скоростно-силовые способности | Прыжок в длину с места (не менее 250 см) | |
|  | Бросок медицинбола (3 кг) вперед (не менее 8 м) | |
|  | Бросок медицинбола (3 кг) назад (не менее 9 м) | |
| Техническое мастерство | Прохождение участка трассы скоростного спуска (оценка техники выполнения) | |
|  | Прохождение трассы слалома (оценка техники выполнения) | |
|  | Прохождение трассы слалома-гиганта (оценка техники выполнения) | |
| Спортивный разряд | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса | |
| **Кёрлинг на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | |
| Быстрота | | Бег на колясках на 45 м (без учета времени) |
| Координация | | Броски теннисного мяча в цель (85% попаданий) |
| Выносливость | | Бег на колясках на 900 м (без учета времени) |
| Сила | | Бросок медицинбола (1 кг) (не менее 10 раз) |
| Скоростно-силовые способности | | Подъем туловища из положения лежа на спине (не менее 10 раз) |
| Техническое мастерство | | Участие в спортивных соревнованиях по кёрлингу (не менее 5 соревнований) |
| Спортивный разряд | | Кандидат в мастера спорта |
| **Конный спорт - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | |
| Сила | Кистевая динамометрия максимальная (не менее 28 кг) | |
| Скоростно-силовые способности | Бросок медицинбола (1 кг) двумя руками из-за головы из положения сидя (не менее 9 м) | |
| Силовая выносливость | Сгибание-разгибание рук в упоре на брусьях на прямых руках (не менее 20 раз) | |
|  | Сгибание-разгибание рук из виса (не менее 9 раз) | |
| Спортивный разряд | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса | |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции I функциональная группа мужчины** | | |
| Скоростная выносливость | | Бег 150 м (не более 21,5 с) |
| Специальная выносливость | | Бег 300 м (не более 42 с) |
|  | | Бег 600 м (не более 1 мин. 24 с) |
| Скоростно-силовые способности | | Бег 60 м (не более 14,5 с) |
|  | | Бег на 30 м с ходу (не более 3 с) |
| Спортивный разряд | | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса |
| **Легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции I функциональная группа мужчины** | | |
| Специальная выносливость | | Бег 1000 м (не более 2 мин. 18 с) |
|  | | Бег 3000 м (не более 7 мин. 38 с) |
| Скоростная выносливость | | Бег 150 м (не более 25,5 с) |
|  | | Бег 300 м (не более 48 с) |
|  | | Бег 600 м (не более 1 мин. 22 с) |
| Спортивный разряд | | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции, легкая атлетика - прыжки II функциональная группа мужчины** | | |
| Скоростная выносливость | | Бег 60 м (не более 9 с) |
|  | | Бег 150 м (не более 21,5 с) |
| Скоростно-силовые способности | | Прыжок в длину с места (не менее 2,30 м) |
|  | | Тройной прыжок в длину с места (не менее 7,25 м) |
|  | | Бег на 30 м (не более 5 с) |
|  | | Бег на 30 м с ходу (не более 4 с) |
| Спортивный разряд | | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции II функциональная группа мужчины** | | |
| Специальная выносливость | Бег 300 м (не более 45,5 с) | |
|  | Бег 600 м (не более 1 мин. 55 с) | |
| **Легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции, II функциональная группа мужчины** | | |
| Специальная выносливость | Бег 1000 м (не более 3 мин. 15 с) | |
|  | Бег 3000 м (не более 6 мин. 50 с) | |
| Скоростная выносливость | Бег 300 м (не более 50 с) | |
|  | Бег 600 м (не более 1 мин. 53 с) | |
| Скоростно-силовые способности | Прыжок в длину с места (не менее 2,15 м) | |
|  | Бег 60 м (не более 9,7 с) | |
| Спортивный разряд | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса | |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции, легкая атлетика - прыжки III функциональная группа мужчины** | | |
| Скоростная выносливость | Бег 60 м (не более 7,8 с) | |
|  | Бег 150 м (не более 17,5 с) | |
| Скоростно-силовые способности | Бег на 30 м (не более 4,4 с) | |
|  | Бег на 30 м с ходу (не более 3,3 с) | |
|  | Прыжок в длину с места (не менее 2,45 м) | |
|  | Тройной прыжок в длину с места (не менее 7,70 м) | |
| Спортивный разряд | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса | |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции. III функциональная группа мужчины** | | |
| Специальная выносливость | Бег 300 м (не более 39,5 с) | |
|  | Бег 600 м (не более 1 мин. 30 с) | |
| **Легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции, III функциональная группа мужчины** | | |
| Специальная выносливость | Бег 1000 м (не более 2 мин. 43 с) | |
|  | Бег 2000 м (не более 5 мин. 55 с) | |
| Скоростная выносливость | Бег 300 м (не более 44 с) | |
|  | Бег 600 м (не более 1 мин. 34 с) | |
| Скоростно-силовые способности | Прыжок в длину с места (не менее 2,40 м) | |
|  | Бег 60 м (не более 8,7 с) | |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции I функциональная группа женщины** | | |
| Скоростная выносливость | | Бег 150 м (не более 26 с) |
| Скоростно-силовые способности | | Бег на 30 м с ходу (не более 3,2 с) |
|  | | Бег 60 м (не более 17 с) |
| Специальная выносливость | | Бег 300 м (не более 52 с) |
|  | | Бег 600 м (не более 1 мин. 46,5 с) |
| Спортивный разряд | | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса |
| **Легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции I функциональная группа женщины** | | |
| Специальная выносливость | | Бег 1000 м (не более 2 мин. 55 с) |
|  | | Бег 2000 м (не более 6 мин. 10 с) |
| Скоростная выносливость | | Бег 300 м (не более 58 с) |
|  | | Бег 600 м (не более 1 мин. 41,5 с) |
| Скоростно-силовые способности | | Бег 150 м (не более 29,5 с) |
| Спортивный разряд | | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции, легкая атлетика - прыжки II функциональная группа женщины** | | |
| Скоростная выносливость | Бег 60 м (не более 9,7 с) | |
|  | Бег 150 м (не более 28,2 с) | |
| Скоростно-силовые способности | Бег на 30 м (не более 5,4 с) | |
|  | Бег на 30 м с ходу (не более 4,3 с) | |
|  | Прыжок в длину с места | |
|  | (не менее 2,05 м) | |
|  | Тройной прыжок в длину с места (не менее 6,50 м) | |
| Спортивный разряд | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса | |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции, II функциональная группа женщины** | | |
| Специальная выносливость | | Бег 300 м (не более 1 мин. 4 с) |
|  | | Бег 600 м (не более 2 мин. 26 с) |
| **Легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции II функциональная группа женщины** | | |
| Специальная выносливость | | Бег 1000 м (не более 5 мин. 26 с) |
|  | | Бег 2000 м (не более 12 мин.) |
| Скоростная выносливость | | Бег 300 м (не более 1 мин. 22 с) |
|  | | Бег 600 м (не более 3 мин. 12 с) |
| Скоростно-силовые способности | | Прыжок в длину с места (не менее 1,95 м) |
|  | | Бег 60 м (не более 10,3 с) |
| Спортивный разряд | | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции, легкая атлетика - прыжки III функциональная группа женщины** | | |
| Скоростная выносливость | | Бег 60 м (не более 8,8 с) |
|  | | Бег 150 м (не более 21 с) |
| Скоростно-силовые способности | | Бег на 30 м (не более 4,9 с) |
|  | | Бег на 30 м с ходу (не более 3,8 с) |
|  | | Прыжок в длину с места (не менее 2,15 м) |
|  | | Тройной прыжок в длину с места (не менее 6,70 м) |
| Спортивный разряд | | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции III функциональная группа женщины** | | |
| Специальная выносливость | | Бег 300 м (не более 53 с) |
|  | | Бег 600 м (не более 1 мин. 51 с) |
| **Легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции III функциональная группа женщины** | | |
| Специальная выносливость | | Бег 1000 м (не более 3 мин. 35 с) |
|  | | Бег 2000 м (не более 7 мин. 21 с) |
| Скоростная выносливость | | Бег 300 м (не более 55,5 с) |
|  | | Бег 600 м (не более 2 мин. 2 с) |
| Скоростно-силовые способности | | Прыжок в длину с места (не менее 2,10 м) |
|  | | Бег 60 м (не более 9,2 с) |
| Спортивный разряд | | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса |
| **Легкая атлетика - метания I функциональная группа мужчины** | | |
| Сила | | Жим штанги в положении лежа на спине (не менее 110 кг) |
| Скоростно-силовые способности | | Бросок теннисного мяча правой рукой для правши (левой рукой для левши) (не менее 33 м) |
|  | | Бросок теннисного мяча левой рукой для правши (правой рукой для левши) (не менее 28 м) |
|  | | Бросок ядра легче соревновательного на 1 кг двумя руками от груди (не менее 9,20 м) |
|  | | Бросок ядра тяжелее соревновательного на 1 кг двумя руками от груди (не менее 6 м) |
| Спортивный разряд | | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса |
| **Легкая атлетика - метания II функциональная группа мужчины** | | |
| Сила | | Жим штанги в положении лежа на спине (не менее 120 кг) |
|  | | Вставание со штангой из полуприседа (не менее 110 кг) |
| Скоростно-силовые способности | | Бросок ядра соревновательного веса двумя руками снизу (не менее 12,50 м) |
|  | | Бросок ядра тяжелее соревновательного на 1 кг двумя руками от груди (не менее 8,50 м) |
|  | | Бросок ядра легче соревновательного на 1 кг двумя руками от груди (не менее 10,50 м) |
|  | | Бросок теннисного мяча правой рукой для правши (левой рукой для левши) (не менее 29,50 м) |
|  | Бросок теннисного мяча левой рукой для правши (правой рукой для левши) (не менее 28 м) | |
| Спортивный разряд | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса | |
| **Легкая атлетика - метания III функциональная группа мужчины** | | |
| Сила | | Жим штанги в положении лежа на спине (не менее 130 кг) |
|  | | Вставание со штангой из полуприседа (не менее 140 кг) |
| Скоростно-силовые способности | | Бросок ядра соревновательного веса двумя руками снизу (не менее 13,20 м) |
|  | | Бросок ядра тяжелее соревновательного на 1 кг двумя руками от груди (не менее 10 м) |
|  | | Бросок ядра легче соревновательного на 1 кг двумя руками от груди (не менее 11,50 м) |
|  | | Бросок теннисного мяча правой рукой для правши (левой рукой для левши) (не менее 46 м) |
|  | | Бросок теннисного мяча левой рукой для правши (правой рукой для левши) (не менее 42,50 м) |
| Спортивный разряд | | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса |
| **Легкая атлетика - метания I функциональная группа женщины** | | |
| Сила | | Жим штанги в положении лежа на спине (не менее 80 кг) |
| Скоростно-силовые способности | | Бросок теннисного мяча правой рукой для правши (левой рукой для левши) (не менее 26 м) |
|  | | Бросок теннисного мяча левой рукой для правши (правой рукой для левши) (не менее 26 м) |
|  | | Бросок ядра легче соревновательного на 1 кг двумя руками от груди (не менее 6,50 м) |
|  | | Бросок ядра тяжелее соревновательного на 1 кг двумя руками от груди (не менее 5,20 м) |
| Спортивный разряд | | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса |
| **Легкая атлетика - метания II функциональная группа женщины** | | |
| Сила | | Жим штанги в положении лежа на спине (не менее 85 кг) |
|  | | Вставание со штангой из полуприседа (не менее 90 кг) |
| Скоростно-силовые способности | | Бросок ядра соревновательного веса двумя руками снизу (не менее 7,50 м) |
|  | | Бросок ядра тяжелее соревновательного на 1 кг двумя руками от груди (не менее 5,80 м) |
|  | | Бросок ядра легче соревновательного на 1 кг двумя руками от груди (не менее 7,20 м) |
|  | | Бросок теннисного мяча правой рукой для правши (левой рукой для левши) (не менее 22 м) |
|  | | Бросок теннисного мяча левой рукой для правши (правой рукой для левши) (не менее 19,50 м) |
| Спортивный разряд | | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса |
| **Легкая атлетика - метания III функциональная группа женщины** | | |
| Сила | | Жим штанги в положении лежа на спине (не менее 90 кг) |
|  | | Вставание со штангой из полуприседа (не менее 110 кг) |
| Скоростно-силовые способности | | Бросок ядра соревновательного веса двумя руками снизу (не менее 9,50 м) |
|  | | Бросок ядра тяжелее соревновательного на 1 кг двумя руками от груди (не менее 7,70 м) |
|  | | Бросок ядра легче соревновательного на 1 кг двумя руками от груди (не менее 8,50 м) |
|  | | Бросок теннисного мяча правой рукой для правши (левой рукой для левши) (не менее 33 м) |
|  | | Бросок теннисного мяча левой рукой для правши (правой рукой для левши) (не менее 31 м) |
| Спортивный разряд | | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса |
| **Лыжные гонки - I функциональная группа мужчины, женщины** | | |
| Быстрота | | Бег 100 м (не более 25 с) |
|  | | Бег 200 м (не более 55 с) |
| Выносливость | | Бег 800 м (не более 4 мин.) |
| Сила | | Подъем из положения сидя в упоре на руках (самостоятельно) (не менее 12 раз) |
| Техническое мастерство | | Участие в зимних соревнованиях по лыжным гонкам (не менее 10 стартов) |
| Спортивный разряд | | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса |
|  | | **Лыжные гонки - II, III функциональные группы мужчины, женщины** |
| Быстрота | Бег 60 м (не более 8,5 с) | |
|  | Бег 100 м (не более 13 с) | |
| Выносливость | Бег 1500 м (не более 5 мин.) | |
| Сила | Сгибание-разгибание рук в висе на перекладине (не менее 12 раз) | |
|  | Приседание с весом 15 кг (не менее 15 раз) | |
| Силовая выносливость | Подъем туловища из положения лежа на спине (не менее 15 раз) | |
|  | Подъем туловища из положения лежа на животе (не менее 15 раз) | |
| Скоростно-силовые способности | Прыжок в длину с места (не менее 240 см) | |
|  | Бросок медицинбола (5 кг) назад (не менее 10 м) | |
| Техническое мастерство | Участие в зимних соревнованиях по лыжным гонкам (не менее 15 стартов) | |
| Спортивный разряд | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса | |
| **Настольный теннис - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | |
| Сила | Кистевая динамометрия максимальная (не менее 28 кг) | |
| Скоростно-силовые способности | Бросок медицинбола (1 кг) двумя руками из-за головы из положения сидя (не менее 9 м) | |
| Силовая выносливость | Сгибание-разгибание рук в упоре на брусьях на прямых руках (не менее 20 раз) | |
|  | Сгибание-разгибание рук из виса на перекладине (не менее 9 раз) | |
| Спортивный разряд | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса | |
| **Парусный спорт - класс "Скуд 18", парусный спорт - класс "Сонар", парусный спорт - класс 2,4 метра I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | |
| Координация | Удержание баланса сидя на гимнастическом мяче не касаясь ногами пола (не менее 2,5 мин.) | |
| Выносливость | Плавание 400 м (не более 8 мин.) | |
| Скоростно-силовые способности | Сгибание-разгибание рук из упора лежа (не менее 25 раз) | |
|  | Сгибание-разгибание рук в висе на перекладине (кроме женщин) (не менее 12 раз) | |
|  | Кистевая динамометрия максимальная (не менее 14 кг) | |
| Спортивный разряд | | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса |
| **Пауэрлифтинг - I, II, III функциональные группы мужчины** | | |
| Сила | | Кистевая динамометрия максимальная (не менее 28 кг) |
| Скоростно-силовые способности | | Бросок медицинбола (1 кг) двумя руками из-за головы из положения сидя (не менее 9 м) |
| Силовая выносливость | | Сгибание-разгибание рук в упоре на брусьях на прямых руках (не менее 20 раз) |
|  | | Сгибание-разгибание рук в висе на перекладине (не менее 9 раз) |
| Спортивный разряд | | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса |
| **Пауэрлифтинг - I, II, III функциональные группы женщины** | | |
| Сила | | Кистевая динамометрия максимальная (не менее 25 кг) |
| Скоростно-силовые способности | | Бросок медицинбола (1 кг) двумя руками из-за головы из положения сидя (не менее 7 м) |
| Силовая выносливость | | Поднимание туловища из положения лежа (не менее 35 раз) |
|  | | Сгибание-разгибание рук из упора лежа (не менее 12 раз) |
| Спортивный разряд | | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса |
| **Плавание - I функциональная группа мужчины** | | |
| Координация | | Старт, поворот на дистанции (оценка техники выполнения) |
| Силовая выносливость | | Жим отягощения в положении лежа на спине весом 1 кг (не менее 14 раз) |
| Скоростно-силовые способности | | Жим лежа (не менее 14 кг) |
| Спортивный разряд | | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса |
| **Плавание - II функциональная группа мужчины** | | |
| Координация | Старт, поворот на дистанции (оценка техники выполнения) | |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1,5 кг (не менее 18 раз) | |
|  | Многоскок 5 прыжков (не менее 4,2 м) | |
|  | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (не менее 10 раз) | |
| Скоростно-силовые способности | Жим штанги в положении лежа на спине (не менее 20 кг) | |
|  | Прыжок в длину с места (не менее 90 см) | |
| Спортивный разряд | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса | |
| **Плавание - III функциональная группа мужчины** | | |
| Координация | Плавание всеми спортивными способами (оценка техники выполнения) | |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1,5 кг (не менее 20 раз) | |
|  | Многоскок 5 прыжков (не менее 5,5 м) | |
|  | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (не менее 15 раз) | |
| Скоростно-силовые способности | Жим штанги в положении лежа на спине (не менее 24 кг) | |
|  | Прыжок в длину с места (не менее 120 см) | |
| Спортивный разряд | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса | |
| **Плавание - I функциональная группа женщины** | | |
| Координация | Старт, поворот на дистанции (оценка техники выполнения) | |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (не менее 12 раз) | |
| Скоростно-силовые способности | Жим штанги в положении лежа на спине (не менее 10 кг) | |
| Спортивный разряд | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса | |
| **Плавание - II функциональная группа женщины** | | |
| Координация | Старт, поворот на дистанции (оценка техники выполнения) | |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (не менее 15 раз) | |
|  | Многоскок 5 прыжков (не менее 4 м) | |
|  | Сгибание-разгибание рук от гимнастической скамьи (не менее 6 раз) | |
| Скоростно-силовые способности | Жим штанги в положении лежа на спине (не менее 14 кг) | |
|  | Прыжок в длину с места (не менее 80 см) | |
| Спортивный разряд | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса | |
| **Плавание - III функциональная группа женщины** | | |
| Координация | Плавание всеми спортивными способами (оценка техники выполнения) | |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (не менее 18 раз) | |
|  | Многоскок 5 прыжков (не менее 5 м) | |
|  | Сгибание-разгибание рук от гимнастической скамьи (не менее 8 раз) | |
| Скоростно-силовые способности | Жим штанги в положении лежа на спине (не менее 17 кг) | |
|  | Прыжок в длину с места (не менее 110 см) | |
| Спортивный разряд | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса | |
| **Пулевая стрельба - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | |
| Сила | | Кистевая динамометрия максимальная (не менее 28 кг) |
| Скоростно-силовые способности | | Бросок медицинбола (1 кг) двумя руками из-за головы из положения сидя (не менее 9 м) |
| Силовая выносливость | | Сгибание-разгибание рук в упоре на брусьях на прямых руках (не менее 20 раз) |
|  | | Сгибание-разгибание рук из виса на пепекладине (не менее 9 раз) |
| Спортивный разряд | | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса |
| **Регби на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины** | | |
| Сила | | Жим штанги в положении лежа на спине (не менее 130 кг) |
| Скоростно-силовые способности | | Бросок мяча правой рукой для правши (левой рукой для левши) (не менее 33 м) |
|  | | Бросок мяча левой рукой для правши (правой рукой для левши) (не менее 28 м) |
|  | | Бросок мяча двумя руками от груди (не менее 9,20 м) |
|  | | Бросок мяча двумя руками от груди (не менее 6 м) |
| Спортивный разряд | | Кандидат в мастера спорта России |
| **Стрельба из лука - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | |
| Сила | | Кистевая динамометрия максимальная (не менее 28 кг) |
| Скоростно-силовые способности | | Бросок медицинбола (1 кг) двумя руками из-за головы из положения сидя (не менее 9 м) |
| Силовая выносливость | | Сгибание-разгибание рук в упоре на брусьях на прямых руках (не менее 20 раз) |
|  | | Сгибание-разгибание рук из виса на перекладине (не менее 9 раз) |
| Спортивный разряд | | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса |
| **Теннис на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины** | | |
| Сила | | Жим штанги в положении лежа на спине (не менее 130 кг) |
| Скоростно-силовые способности | | Бросок теннисного мяча правой рукой для правши (левой рукой для левши) (не менее 33 м) |
|  | | Бросок теннисного мяча левой рукой для правши (правой рукой для левши) (не менее 28 м) |
|  | | Бросок медицинбола (1 кг) двумя руками от груди (не менее 9,20 м) |
| Спортивный разряд | | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса |
| **Теннис на колясках - I, II, III функциональные группы женщины** | | |
| Сила | | Жим штанги в положении лежа на спине (не менее 85 кг) |
| Скоростно-силовые способности | | Бросок теннисного мяча правой рукой для правши (левой рукой для левши) (не менее 26 м) |
|  | | Бросок теннисного мяча левой рукой для правши (правой рукой для левши) (не менее 26 м) |
|  | | Бросок медицинбола (1 кг) двумя руками от груди (не менее 5,20 м) |
| Спортивный разряд | | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса |
| **Фехтование - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | |
| Сила | | Кистевая динамометрия максимальная (не менее 28 кг) |
| Скоростно-силовые способности | | Бросок медицинбола (1 кг) двумя руками из-за головы из положения сидя (не менее 9 м) |
| Силовая выносливость | | Сгибание-разгибание рук в упоре на брусьях на прямых руках (не менее 20 раз) |
|  | | Сгибание-разгибание рук из виса на перекладине (не менее 9 раз) |
| Спортивный разряд | | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса |
| **Хоккей - следж - I, II, III функциональные группы мужчины** | | |
| Быстрота | | Бег на специальных санях по льду 60 м (не более 40 с) |
| Координация | | Прохождение фигуры "восьмерка" на специальных санях без шайбы (не более 15 с) |
|  | | Прохождение фигуры "восьмерка" на специальных санях с шайбой (не более 18 с) |
| Выносливость | | Бег на специальных санях по периметру площадки, 6 кругов (не более 2 мин) |
| Сила | | Кистевая динамометрия максимальная (не менее 30 кг) |
| Силовая выносливость | | Сгибание-разгибание рук из виса на низкой перекладине (не менее 10 раз) |
| Скоростно-силовые способности | | Бросок медицинболла (5 кг) руками из-за головы вперед (не менее 10 м) |
|  | | Имитация отталкивания с весом 5 кг в каждой руке в положении сидя на скамейке (не менее 45 с) |
| Техническое мастерство | | Участие в официальных спортивных международных соревнованиях и чемпионатах России (не менее 13 спортивных соревнований) |
| Спортивный разряд | | Кандидат в мастера спорта |

Приложение N 9. Нормативы максимального объема тренировочной нагрузки

Приложение N 9  
к Федеральному стандарту

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| Этапный норматив | Этап начальной подготовки | | Тренировочный этап (этап спортивной специализации) | | Этап совершенст- вования спортивного мастерства | | Этап высшего спортивного мастерства |
|  | до года | свыше года | до года | свыше года | до года | свыше года |  |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| **Академическая гребля - I, II, III функциональные группы мужчины** | | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 5 | 6 | 8 | 9-10 | 12 | 13 | 15 |
| Количество тренировок в неделю | 3 | 3 | 4 | 5-6 | 7 | 8 | 9 |
| Общее количество часов в год | 260 | 312 | 416 | 468-520 | 624 | 676 | 780 |
| Общее количество тренировок в год | 156 | 156 | 208 | 260-312 | 364 | 416 | 468 |
| **Академическая гребля - I, II, III функциональные группы женщины** | | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 5 | 6 | 8 | 9-10 | 12 | 13 | 15 |
| Количество тренировок в неделю | 3 | 3 | 4 | 5-6 | 7 | 8 | 9 |
| Общее количество часов в год | 260 | 312 | 416 | 468-520 | 624 | 676 | 780 |
| Общее количество тренировок в год | 156 | 156 | 208 | 260-312 | 364 | 416 | 468 |
| **Баскетбол на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 6 | 6 | 8-10 | 8-10 | 15 | 15 | 15 |
| Количество тренировок в неделю | 3 | 3 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 |
| Общее количество часов в год | 312 | 312 | 416-520 | 416-520 | 780 | 780 | 780 |
| Общее количество тренировок в год | 156 | 156 | 208 | 208 | 260 | 260 | 260 |
| **Биатлон - I функциональная группа мужчины, женщины** | | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 4 | 6 | 8 | 10-18 | 21 | 24-27 | 30 |
| Количество тренировок в неделю | 2 | 3 | 4 | 5-8 | 9 | 10-11 | 12 |
| Общее количество часов в год | 208 | 312 | 416 | 520-936 | 1092 | 1248-1404 | 1560 |
| Общее количество тренировок в год | 104 | 156 | 208 | 260-416 | 468 | 520-572 | 624 |
| **Биатлон - II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 4 | 6 | 8 | 10-18 | 21 | 24-27 | 30 |
| Количество тренировок в неделю | 2 | 3 | 4 | 5-8 | 9 | 10-11 | 12 |
| Общее количество часов в год | 208 | 312 | 416 | 520-936 | 1092 | 1248-1404 | 1560 |
| Общее количество тренировок в год | 104 | 156 | 208 | 260-416 | 468 | 520-572 | 624 |
| **Бочча - I функциональная группа мужчины, женщины** | | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 4 | 6 | 8 | 10-12 | 14 | 16 | 18 |
| Количество тренировок в неделю | 2 | 2 | 4 | 5 | 6 | 6-7 | 10 |
| Общее количество часов в год | 208 | 312 | 416 | 520-624 | 728 | 832 | 936 |
| Общее количество тренировок в год | 104 | 104 | 208 | 260 | 312 | 312-364 | 520 |
| **Бочча - II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 4 | 6 | 10 | 10-12 | 18 | 21 | 25 |
| Количество тренировок в неделю | 2 | 3 | 4-5 | 5-6 | 6-7 | 7-8 | 10 |
| Общее количество часов в год | 208 | 312 | 520 | 520-624 | 936 | 1092 | 1300 |
| Общее количество тренировок в год | 104 | 104 | 208-260 | 260-312 | 312-364 | 364-416 | 520 |
| **Велоспорт - трек, велоспорт - шоссе - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 6 | 6 | 10 | 12-14 | 17 | 19 | 20 |
| Количество тренировок в неделю | 3 | 3 | 4 | 5-6 | 7 | 8 | 9 |
| Общее количество часов в год | 312 | 312 | 520 | 624-728 | 884 | 988 | 1040 |
| Общее количество тренировок в год | 156 | 156 | 208 | 260-312 | 364 | 416 | 468 |
| **Волейбол сидя - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 6 | 9 | 10 | 12-14 | 16 | 16-20 | 6 |
| Количество тренировок в неделю | 3-4 | 3-5 | 5 | 6-8 | 7-9 | 7-12 | 3-4 |
| Общее количество часов в год | 312 | 468 | 520 | 624-728 | 832 | 832-1040 | 312 |
| Общее количество тренировок в год | 156-208 | 156-260 | 260 | 312-416 | 334-468 | 334-624 | 156-208 |
| **Горнолыжный спорт - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 4 | 6 | 8 | 10-18 | 21 | 24-27 | 30 |
| Количество тренировок в неделю | 2 | 3 | 4 | 5-8 | 9 | 10-11 | 12 |
| Общее количество часов в год | 208 | 312 | 416 | 520-936 | 1092 | 1248-1404 | 1560 |
| Общее количество тренировок в год | 104 | 156 | 208 | 260-416 | 468 | 520-572 | 624 |
| **Кёрлинг на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 4 | 6 | 8 | 10-15 | 15 | 15-20 | 30 |
| Количество тренировок в неделю | 2 | 3 | 4 | 5-7 | 7 | 7-10 | 12 |
| Общее количество часов в год | 208 | 312 | 416 | 520-780 | 780 | 780-1040 | 1560 |
| Общее количество тренировок в год | 104 | 156 | 208 | 260-334 | 334 | 334-520 | 624 |
| **Конный спорт - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 6 | 9 | 10 | 12-14 | 16 | 16-20 | 22 |
| Количество тренировок в неделю | 3-4 | 3-5 | 5 | 6-8 | 7-9 | 7-12 | 9-12 |
| Общее количество часов в год | 312 | 468 | 520 | 624-728 | 832 | 832-1040 | 1144 |
| Общее количество тренировок в год | 156-416 | 156-260 | 260 | 312-416 | 334-468 | 334-624 | 468-624 |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции, легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции, легкая атлетика - метания, легкая атлетика - прыжки I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 6 | 8 | 12 | 13-14 | 18 | 20-22 | 24 |
| Количество тренировок в неделю | 3 | 4 | 5 | 5-6 | 7 | 8-9 | 10 |
| Общее количество часов в год | 312 | 416 | 624 | 676-728 | 936 | 1040-1144 | 1248 |
| Общее количество тренировок в год | 156 | 208 | 260 | 260-624 | 334 | 416-468 | 520 |
| **Лыжные гонки - I функциональная группа мужчины, женщины** | | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 4 | 6 | 8 | 10-18 | 21 | 24-27 | 30 |
| Количество тренировок в неделю | 2 | 3 | 4 | 5-8 | 9 | 10-11 | 12 |
| Общее количество часов в год | 208 | 312 | 416 | 520-936 | 1092 | 1248-1404 | 1560 |
| Общее количество тренировок в год | 104 | 156 | 208 | 260-416 | 468 | 520-572 | 624 |
| **Лыжные гонки - II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 4 | 6 | 8 | 10-18 | 21 | 24-27 | 30 |
| Количество тренировок в неделю | 2 | 3 | 4 | 5-8 | 9 | 10-11 | 12 |
| Общее количество часов в год | 208 | 312 | 416 | 520-936 | 1092 | 1248-1404 | 1560 |
| Общее количество тренировок в год | 104 | 156 | 208 | 260-416 | 468 | 520-572 | 624 |
| **Настольный теннис - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 6 | 9 | 10 | 12-14 | 16 | 16-20 | 6 |
| Количество тренировок в неделю | 3-4 | 3-5 | 5 | 6-8 | 7-9 | 9-12 | 3-4 |
| Общее количество часов в год | 312 | 468 | 520 | 624-728 | 832 | 832-1040 | 312 |
| Общее количество тренировок в год | 156-208 | 156-260 | 260 | 312-416 | 364-468 | 468-624 | 156-208 |
| **Парусный спорт - класс "Скуд 18", парусный спорт - класс "Сонар", парусный спорт - класс 2,4 метра I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 6 | 9 | 12 | 18 | 24 | 28 | 32 |
| Количество тренировок в неделю | 2 | 3 | 4 | 4 | 6 | 7 | 8 |
| Общее количество часов в год | 312 | 468 | 624 | 936 | 1248 | 1456 | 1664 |
| Общее количество тренировок в год | 104 | 156 | 208 | 208 | 312 | 364 | 416 |
| **Пауэрлифтинг - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 5 | 6 | 8 | 9-12 | 14 | 15-18 | 21 |
| Количество тренировок в неделю | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3-4 | 5 |
| Общее количество часов в год | 260 | 312 | 416 | 468-624 | 728 | 780-936 | 1092 |
| Общее количество тренировок в год | 156 | 156 | 156 | 156 | 156 | 156-208 | 260 |
| **Плавание - I функциональная группа мужчины** | | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 5 | 6 | 8 | 10-12 | 14 | 16 | 17 |
| Количество тренировок в неделю | 3 | 4 | 5 | 6-7 | 8 | 9 | 10 |
| Общее количество часов в год | 260 | 312 | 416 | 520-624 | 728 | 832 | 884 |
| Общее количество тренировок в год | 156 | 208 | 260 | 312-364 | 416 | 468 | 520 |
| **Плавание - II функциональная группа мужчины** | | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 6 | 7 | 8 | 10-12 | 15 | 17 | 20 |
| Количество тренировок в неделю | 4 | 5 | 6 | 7-8 | 9 | 10 | 11 |
| Общее количество часов в год | 312 | 364 | 416 | 520-624 | 780 | 884 | 1040 |
| Общее количество тренировок в год | 208 | 260 | 312 | 364-416 | 468 | 520 | 572 |
| **Плавание - III функциональная группа мужчины** | | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 8 | 9 | 10 | 12-14 | 17 | 20 | 23 |
| Количество тренировок в неделю | 4 | 5 | 7 | 8-9 | 10 | 11 | 12 |
| Общее количество часов в год | 416 | 468 | 520 | 624-728 | 884 | 1040 | 1196 |
| Общее количество тренировок в год | 208 | 260 | 364 | 416-468 | 520 | 572 | 624 |
| **Плавание - I функциональная группа женщины** | | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 5 | 6 | 8 | 10-12 | 14 | 16 | 17 |
| Количество тренировок в неделю | 3 | 4 | 5 | 6-7 | 8 | 9 | 10 |
| Общее количество часов в год | 260 | 312 | 416 | 520-624 | 728 | 832 | 884 |
| Общее количество тренировок в год | 156 | 208 | 260 | 312-364 | 416 | 468 | 520 |
| **Плавание - II функциональная группа женщины** | | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 6 | 7 | 8 | 10-12 | 15 | 17 | 20 |
| Количество тренировок в неделю | 4 | 5 | 6 | 7-8 | 9 | 10 | 11 |
| Общее количество часов в год | 312 | 364 | 416 | 520-624 | 780 | 884 | 1040 |
| Общее количество тренировок в год | 208 | 260 | 312 | 364-416 | 468 | 520 | 572 |
| **Плавание - III функциональная группа женщины** | | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 8 | 9 | 10 | 12-14 | 17 | 20 | 23 |
| Количество тренировок в неделю | 4 | 5 | 7 | 8-9 | 10 | 11 | 12 |
| Общее количество часов в год | 416 | 468 | 520 | 624-728 | 884 | 1040 | 1196 |
| Общее количество тренировок в год | 208 | 260 | 364 | 416-468 | 520 | 572 | 624 |
| **Пулевая стрельба - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 6 | 9 | 10 | 12-14 | 16 | 16-20 | 22 |
| Количество тренировок в неделю | 3-4 | 3-5 | 5 | 6-8 | 7-9 | 9-12 | 9-12 |
| Общее количество часов в год | 312 | 468 | 520 | 624-728 | 832 | 831-1040 | 1144 |
| Общее количество тренировок в год | 156-208 | 156-260 | 260 | 312-624 | 520-780 | 780-1040 | 780-1040 |
| **Регби на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины** | | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 6 | 9 | 10 | 12-14 | 16 | 16-20 | 22 |
| Количество тренировок в неделю | 3-4 | 3-5 | 5 | 6-8 | 7-9 | 9-12 | 9-12 |
| Общее количество часов в год | 312 | 468 | 520 | 624-728 | 832 | 831-1040 | 1144 |
| Общее количество тренировок в год | 156-208 | 156-260 | 260 | 312-624 | 520-780 | 780-1040 | 780-1040 |
| **Стрельба из лука - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 6 | 9 | 10 | 12-14 | 16 | 16-20 | 22 |
| Количество тренировок в неделю | 3-4 | 3-5 | 5 | 6-8 | 7-9 | 9-12 | 9-12 |
| Общее количество часов в год | 312 | 468 | 520 | 624-728 | 832 | 831-1040 | 1144 |
| Общее количество тренировок в год | 156-208 | 156-260 | 260 | 312-624 | 520-780 | 780-1040 | 780-1040 |
| **Теннис на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 6 | 9 | 10 | 12-14 | 16 | 16-20 | 22 |
| Количество тренировок в неделю | 3-4 | 3-5 | 5 | 6-8 | 7-9 | 9-12 | 9-12 |
| Общее количество часов в год | 312 | 468 | 520 | 624-728 | 832 | 831-1040 | 1144 |
| Общее количество тренировок в год | 156-208 | 156-260 | 260 | 312-624 | 520-780 | 780-1040 | 780-1040 |
| **Фехтование - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 6 | 9 | 10 | 12-14 | 16 | 16-20 | 22 |
| Количество тренировок в неделю | 3-4 | 3-5 | 5 | 6-8 | 7-9 | 9-12 | 9-12 |
| Общее количество часов в год | 312 | 468 | 520 | 624-728 | 832 | 831-1040 | 1144 |
| Общее количество тренировок в год | 156-208 | 156-260 | 260 | 312-624 | 520-780 | 780-1040 | 780-1040 |
| **Хоккей - следж - I, II, III функциональные группы мужчины** | | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 4 | 6 | 8 | 10-18 | 21 | 24-27 | 30 |
| Количество тренировок в неделю | 2 | 3 | 4 | 5-8 | 9 | 10-11 | 12 |
| Общее количество часов в год | 208 | 312 | 416 | 520-936 | 1092 | 1248-1404 | 1560 |
| Общее количество тренировок в год | 104 | 156 | 208 | 260-416 | 468 | 520-572 | 624 |

Приложение N 10. Функциональные группы лиц, проходящих спортивную подготовку по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА

Приложение N 10  
к Федеральному стандарту

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
| Функциональные группы | Степень ограничения функциональных возможностей | Поражения опорно-двигательного аппарата |
| Группа I | Функциональные | 1. Детский церебральный паралич. |
|  | возможности ограничены | 2. Спинно-мозговая травма. |
|  | значительно, спортсмен | 3. Ампутация или порок развития: |
|  | нуждается в посторонней помощи во время | - двусторонняя ампутация бедер (передвигающиеся на протезах); |
|  | тренировочных занятий или участия в спортивных | - односторонняя ампутация бедра с вычленением (передвигающиеся на протезах); |
|  | соревнованиях | - односторонняя ампутация бедра в сочетании с ампутацией стопы или голени с другой стороны; |
|  |  | - двусторонняя ампутация плеч; |
|  |  | - ампутация четырех конечностей. |
|  |  | 4. Прочие нарушения опорно-двигательного аппарата, ограничивающие функциональные возможности спортсменов в мере, сопоставимой с вышеперечисленными пунктами 1, 2, 3. |
| Группа II | Функциональные | 1. Детский церебральный паралич. |
|  | возможности | 2. Спинно-мозговая травма. |
|  | ограничиваются достаточно | 3. Ампутация или порок развития: |
|  | выраженными нарушениями | - одной верхней конечности выше локтевого сустава; |
|  |  | - одной верхней конечности выше локтевого сустава и одной нижней конечности выше коленного сустава (с одной стороны или с противоположных сторон); |
|  |  | - двусторонняя ампутация предплечий. |
|  |  | 4. Прочие нарушения опорно-двигательного аппарата, ограничивающие функциональные возможности спортсменов в мере, сопоставимой с вышеперечисленными пунктами 1, 2, 3. |
| Группа III | Функциональные | 1. Ахондроплазия (карлики). |
|  | возможности ограничены | 2. Детский церебральный паралич. |
|  | незначительно | 3. Высокая ампутация двух нижних конечностей. |
|  |  | 4. Ампутация или порок развития: |
|  |  | - одной нижней конечности ниже коленного сустава; |
|  |  | - односторонняя ампутация стопы по Пирогову, в сочетании с ампутацией стопы на различном уровне с другой стороны; |
|  |  | - одной верхней конечности ниже локтевого сустава; |
|  |  | - одной верхней конечности ниже локтевого сустава и одной нижней конечности ниже коленного сустава (с одной стороны или с противоположных сторон). |
|  |  | 5. Прочие нарушения опорно-двигательного аппарата, ограничивающие функциональные возможности спортсменов в мере, сопоставимой с вышеперечисленными пунктами 1, 2, 3, 4. |

Приложение N 11. Перечень тренировочных сборов

Приложение N 11  
к Федеральному стандарту

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |
| N п/п | Вид тренировочных сборов | Предельная продолжительность сборов по этапам спортивной подготовки (количество дней) | | | | Оптимальное число участников сбора |
|  |  | этап высшего спортивного мастерства | этап совершенст- вования спортивного мастерства | трениро- вочный этап (этап спортивной специа- лизации) | этап начальной подготовки |  |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| **1. Тренировочные сборы по подготовке к соревнованиям** | | | | | | |
| 1.1. | Тренировочные сборы по подготовке к международным соревнованиям | 21 | 21 | 18 | - | определяется организацией, осуществляющей спортивную подготовку |
| 1.2. | Тренировочные сборы по подготовке к чемпионатам, кубкам, первенствам России | 21 | 18 | 14 | - |  |
| 1.3. | Тренировочные сборы по подготовке к другим всероссийским соревнованиям | 18 | 18 | 14 | - |  |
| 1.4. | Тренировочные сборы по подготовке к официальным соревнованиям субъекта Российской Федерации | 14 | 14 | 14 | - |  |
| **2. Специальные тренировочные сборы** | | | | | | |
| 2.1. | Тренировочные. сборы по общей или специальной физической подготовке | 18 | 18 | 14 | - | не менее 70% от состава группы лиц, проходящих спортивную подготовку на определенном этапе |
| 2.2. | Восстановительные тренировочные сборы | до 14 дней | | | - | Участники соревнований |
| 2.3. | Тренировочные сборы для комплексного медицинского обследования | до 5 дней, но не более 2 раз в год | | | - | В соответствии с планом комплексного медицинского обследования |
| 2.4. | Тренировочные сборы в каникулярный период | - | - | до 21 дня подряд и не более двух сборов в год | | Не менее 60% от состава группы лиц, проходящих спортивную подготовку на определенном этапе |
| 2.5. | Просмотровые тренировочные сборы для кандидатов на зачисление в образовательные учреждения среднего профессионального образования, осуществляющие деятельность в области физической культуры и спорта | - | до 60 дней | | - | В соответствии с правилами приема |

Приложение N 12. Оборудование и спортивный инвентарь, необходимые для прохождения спортивной подготовки

Приложение N 12  
к Федеральному стандарту

Таблица 1.

Таблица 1

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |
| N п/п | Наименование оборудования, спортивного инвентаря | Единица измрения | | Количество изделий |
| 1 | 2 | 3 | | 4 |
| **Академическая гребля - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| 1 | Лодка академическая одиночка для адаптивной академической гребли (оборудованная поплавками) | штук | | 2 |
| 2 | Лодка академическая двойка "комби" | штук | | 2 |
| 3 | Лодка академическая четверка с рулевым для распашной гребли | штук | | 1 |
| 4 | Весла для парной гребли | пар | | 4 |
| 5 | Весла для распашной гребли | штук | | 6 |
| 6 | Гребной эргометр (гребной тренажер) | штук | | 2 |
| 7 | Гребной эргометр (гребной тренажер), оборудованный сиденьем для инвалидов-колясочников | штук | | 1 |
| 8 | Катер моторный для обслуживания гонок и тренировок | штук | | 1 |
| 9 | Мотор лодочный подвесной | штук | | 1 |
| 10 | Круги спасательные | штук | | 4 |
| 11 | Жилет спасательный | штук | | 10 |
| 12 | Спасательный трос | штук | | 2 |
| 13 | Электромегафон | штук | | 2 |
| 14 | Причальный плот 10x4 м, оборудованный сходнями с возможностью спуска и подъема инвалидной коляски | комплект | | 1 |
| 15 | Козлы для лодок | комплект | | 5 |
| 16 | Бинокль морской (7-кратный, объектив 50 мм) | штук | | 1 |
| 17 | Инвалидные кресла для перемещения по залу, в душевых помещениях | штук | | не менее 2 |
| **Дополнительное и вспомогательное оборудование и спортивный инвентарь** | | | | |
| 1 | Кушетка массажная | штук | | 1 |
| 2 | Штанга тренировочная | комплект | | 1 |
| 3 | Мат гимнастический | штук | | 4 |
| 4 | Скамейка гимнастическая | штук | | 4 |
| 5 | Гантели переменной массы от 3 до 12 кг | комплект | | 2 |
| 6 | Мяч набивной (медицинбол) от 1 до 5 кг | комплект | | 2 |
| 7 | Весы до 150 кг | штук | | 1 |
| 8 | Секундомер | штук | | 8 |
| **Баскетбол на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| 1 | Конструкция баскетбольного щита в сборе (щит, корзина с кольцом, сетка, опора) | комплект | | 2 |
| 2 | Мяч баскетбольный | штук | | 30 |
| 3 | Доска тактическая | штук | | 2 |
| 4 | Мяч набивной (медицинбол) | штук | | 20 |
| 5 | Свисток | штук | | 4 |
| 6 | Секундомер | штук | | 4 |
| 7 | Стойка для обводки | штук | | 20 |
| 8 | Фишки (конусы) | штук | | 30 |
| **Дополнительное и вспомогательное оборудование и спортивный инвентарь** | | | | |
| 1 | Гантели массивные от 1 до 5 кг | комплект | | 3 |
| 2 | Корзина для мячей | штук | | 2 |
| 3 | Мяч волейбольный | штук | | 2 |
| 4 | Мяч набивной (медицинбол) от 1 до 5 кг | штук | | 15 |
| 5 | Мяч теннисный | штук | | 10 |
| 6 | Мяч футбольный | штук | | 2 |
| 7 | Насос для накачивания мячей в комплекте с иглами | штук | | 4 |
| 8 | Скамейка гимнастическая | штук | | 4 |
| 9 | Эспандер резиновый ленточный | штук | | 24 |
| **Биатлон - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| 1 | Спортивная пневматическая винтовка (калибр 4,5 мм) | штук | | 5 |
| 2 | Пульки пневматические (калибр 4,5 мм) | штук | | 40000 |
| 3 | Крепления для гоночных лыж | пар | | 12 |
| 4 | Лыжи гоночные | пар | | 12 |
| 5 | Палки для лыжных гонок | пар | | 12 |
| 6 | Снегоход, укомплектованный приспособлением для прокладки лыжных трасс, либо снегоуплотнительная машина для прокладки лыжных трасс (типа ратрак) | штук | | 1 |
| 7 | Флажки для разметки лыжных трасс | комплект | | 1 |
| **Дополнительное и вспомогательное оборудование и спортивный инвентарь** | | | | |
| 1 | Кушетки массажные | штук | | 15 |
| 2 | Бревно гимнастическое | штук | | 1 |
| 3 | Брусья гимнастические | штук | | 1 |
| 4 | Гантели массивные от 0,5 до 5 кг | комплект | | 2 |
| 5 | Гантели переменной массы от 3 до 12 кг | пар | | 5 |
| 6 | Жилет с отягощением | штук | | 15 |
| 7 | Конь гимнастический | штук | | 1 |
| 8 | Лыжероллеры | пар | | 12 |
| 9 | Мат гимнастический | штук | | 6 |
| 10 | Мостик гимнастический | штук | | 1 |
| 11 | Мяч набивной (медицинбол) от 1 до 5 кг | комплект | | 3 |
| 12 | Перекладина гимнастическая | штук | | 1 |
| 13 | Пояс утяжелительный | штук | | 12 |
| 14 | Скамейка гимнастическая | штук | | 6 |
| 15 | Стенка гимнастическая | штук | | 6 |
| **Бочча - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| 1 | Мячи для игры в бочча | комплект | | 3 |
| 2 | Рампа/желоб для игры в бочча | штук | | 1 |
| 3 | Экстендер (головной/ротовой манипулятор) | штук | | 1 |
| **Дополнительное и вспомогательное оборудование и спортивный инвентарь** | | | | |
| 1 | Гантели переменной массы от 1,5 до 6 кг | комплект | | 3 |
| 2 | Кушетка массажная | штук | | 1 |
| 3 | Мат гимнастический | комплект | | 1 |
| 4 | Мяч набивной (медицинбол) от 1 до 3 кг | комплект | | 10 |
| 5 | Эспандер | штук | | 1 |
| 6 | Лента для разметки | штук | | 10 |
| 7 | Секундомер | штук | | 1 |
| **Велоспорт - трек, велоспорт - шоссе - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| 1 | Велосипед трековый | штук | | 15 |
| 2 | Велосипед шоссейный | штук | | 20 |
| 3 | Велосипед трицикл | штук | | 6 |
| 4 | Велосипед хэндбайк | штук | | 8 |
| **Дополнительное и вспомогательное оборудование и спортивный инвентарь** | | | | |
| 1 | Автомобиль для сопровождения | штук | | 2 |
| 2 | Мотоцикл шоссейный | штук | | 2 |
| 3 | Средства для крепления велосипедов на автомобиль сопровождения | штук | | 8 |
| 4 | Велостанок универсальный | штук | | 1 |
| 5 | Камеры | штук | | 10 |
| 6 | Капсула каретки | штук | | 20 |
| 7 | Набор передних шестеренок | штук | | 6 |
| 8 | Насос для подкачки покрышек | штук | | 2 |
| 9 | Покрышки | штук | | 10 |
| 10 | Спицы | штук | | 50 |
| 11 | Тормозные колодки | комплект | | 20 |
| 12 | Тормозные диски | штук | | 7 |
| 13 | Тросы и рубашки переключения | штук | | 100 |
| 14 | Цепи с кассетой | штук | | 20 |
| 15 | Чашки рулевые | комплект | | 10 |
| 16 | Эксцентрики | штук | | 10 |
| 17 | Верстак железный с тисками | штук | | 1 |
| 18 | Доска информационная | штук | | 1 |
| 19 | Дрель ручная | штук | | 1 |
| 20 | Дрель электрическая | штук | | 1 |
| 21 | Микроавтобус для перевозки велосипедов и снаряжения | штук | | 1 |
| 22 | Мяч набивной (медицинбол) от 1 до 3 кг | комплект | | 3 |
| 23 | Мяч футбольный | штук | | 1 |
| 24 | Набор инструментов для ремонта велосипедов | комплект | | 1 |
| 25 | Набор слесарных инструментов | штук | | 1 |
| 26 | Насос для подкачки покрышек | штук | | 2 |
| 27 | Переносная стойка для ремонта велосипедов | штук | | 1 |
| 28 | Планшет для карт | комплект | | 1 |
| 29 | Рулетка металлическая 20 м | штук | | 1 |
| 30 | Секундомер | штук | | 1 |
| 31 | Средства обслуживания велосипеда (смазки, спреи, щетки) | штук | | 4 |
| 32 | Станок для правки колес и спицной ключ | комплект | | 2 |
| 33 | Станок сверлильный | штук | | 1 |
| **Волейбол сидя - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| 1 | Мяч волейбольный | штук | | 10 |
| 2 | Сетка волейбольная со стойками | штук | | 2 |
| 3 | Протектор для волейбольных стоек |  | |  |
| **Дополнительное и вспомогательное оборудование и спортивный инвентарь** | | | | |
| 1 | Гантели массивные от 1 до 5 кг | комплект | | 3 |
| 2 | Кушетка массажная | пар | | 1 |
| 3 | Мат гимнастический | комплект | | 10 |
| 4 | Мяч набивной (медицинбол) от 1 до 3 кг | комплект | | 10 |
| 5 | Насос для накачивания мячей в комплекте с иглами | штук | | 1 |
| 6 | Скамейка гимнастическая | штук | | 5 |
| 7 | Эспандер резиновый ленточный | штук | | 10 |
| 8 | Мяч теннисный | штук | | 1 |
| 9 | Мяч футбольный | штук | | 1 |
| 10 | Штанга тяжелоатлетическая с набором дисков разного веса | штук | | 1 |
| 11 | Помост тяжелоатлетический разборный малый | штук | | 1 |
| **Горнолыжный спорт - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| 1 | Ратрак (снегоуплотнительная машина для прокладки горнолыжных трасс) | штук | | 1 |
| 2 | Измеритель скорости ветра | штук | | 1 |
| 3 | Канат с флажками для ограждения трасс | метр | | 1000 |
| 4 | Крепления горнолыжные | комплект | | 16 |
| 5 | Лыжи горные | пар | | 16 |
| 6 | Палки горнолыжные | пар | | 16 |
| 7 | Термометр наружный | штук | | 4 |
| 8 | Флаги на древках для разметки горнолыжных трасс | штук | | 100 |
| **Дополнительное и вспомогательное оборудование и спортивный инвентарь** | | | | |
| 1 | Бревно гимнастическое | штук | | 1 |
| 2 | Брусья гимнастические | штук | | 1 |
| 3 | Гантели массивные от 0,5 до 5 кг | комплект | | 2 |
| 4 | Гантели переменной массы от 3 до 12 кг | пар | | 5 |
| 5 | Жилет с отягощением | штук | | 15 |
| 6 | Каток для укатки слаломных трасс (ручной) | штук | | 3 |
| 7 | Коловорот (бур) ручной (бензиновый) | штук | | 6 |
| 8 | Конь гимнастический | штук | | 1 |
| 9 | Лыжероллеры горнолыжные | пар | | 15 |
| 10 | Мат гимнастический | штук | | 10 |
| 11 | Мостик гимнастический | штук | | 2 |
| 12 | Мяч набивной (медицинбол) от 1 до 5 кг | комплект | | 3 |
| 13 | Перекладина гимнастическая | штук | | 1 |
| 14 | Пояс утяжелительный | штук | | 15 |
| 15 | Сани спасательные | штук | | 5 |
| 16 | Скакалка гимнастическая | штук | | 12 |
| 17 | Скамейка гимнастическая | штук | | 6 |
| 18 | Скейтборд (роликовый) | штук | | 10 |
| 19 | Снегоход | штук | | 1 |
| 20 | Станок для заточки кантов горных лыж | штук | | 2 |
| 21 | Стенка гимнастическая | штук | | 8 |
| 22 | Утяжелители для ног | комплект | | 15 |
| 23 | Утяжелители для рук | комплект | | 15 |
| 24 | Штанга тренировочная | комплект | | 1 |
| 25 | Электробур | комплект | | 5 |
| **Кёрлинг на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| 1 | Камень для игры в кёрлинг | штук | | 16 |
| 2 | Головка (блок) для щетки | штук | | 32 |
| 3 | Лейка для создания "ледовых бугорков" | комплект | | 2 |
| 4 | Чехлы для щеток | штук | | 8 |
| 5 | Щетка для кёрлинга | штук | | 32 |
| 6 | Виниловая разметка для кёрлинга | комплект | | 4 |
| 7 | Циркуль для определения местонахождения камня | штук | | 1 |
| 8 | Циркуль-эталон | штук | | 1 |
| 9 | Колодки для отталкивания | комплект | | 4 |
| 10 | Экстендер ручной | штук | | 2 |
| **Дополнительное и вспомогательное оборудование и спортивный инвентарь** | | | | |
| 1 | Гантели переменной массы от 2 до 6,5 кг | комплект | | 1 |
| 2 | Перекладина гимнастическая | комплект | | 1 |
| 3 | Мяч набивной (медицинбол) от 1 до 5 кг | комплект | | 1 |
| 4 | Скамейка гимнастическая | штук | | 4 |
| 5 | Стенка гимнастическая | штук | | 4 |
| **Конный спорт - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| 1 | Бич | штук | | 1 |
| 2 | Зеркало настенное для манежа (при наличии крытого манежа) | штук | | 3 |
| 3 | Сборно-разборное ограждение для выездки | комплект | | 2 |
| 4 | Тумбы маркированные или указатели (буквы латинского алфавита) | комплект | | 2 |
| **Дополнительное и вспомогательное оборудование и спортивный инвентарь** | | | | |
| 1 | Гантели переменной массы от 3 до 12 кг | пар | | 10 |
| 2 | Доска информационная | штук | | 2 |
| 3 | Конь гимнастический | штук | | 1 |
| 4 | Мат гимнастический | штук | | 10 |
| 5 | Мяч набивной (медицинбол) от 1 до 5 кг | комплект | | 8 |
| 6 | Рулетка 10 м | штук | | 3 |
| 7 | Рулетка 20 м | штук | | 3 |
| 8 | Секундомер | штук | | 10 |
| 9 | Скамейка гимнастическая | штук | | 20 |
| 10 | Стенка гимнастическая | пар | | 2 |
| 11 | Электромегафон | штук | | 1 |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции, легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции, легкая атлетика - метания, легкая атлетика - прыжки I, II, III функциональные группы** | | | | |
| 1 | Барьер легкоатлетический универсальный | штук | | 40 |
| 2 | Брус для отталкивания | штук | | 1 |
| 3 | Круг для места толкания ядра | штук | | 1 |
| 4 | Место приземления для прыжков в высоту | штук | | 1 |
| 5 | Палочка эстафетная | штук | | 10 |
| 6 | Планка для прыжков в высоту | штук | | 8 |
| 7 | Стартовые колодки | пар | | 10 |
| 8 | Стойки для прыжков в высоту | пар | | 1 |
| 9 | Ядро массой 1,0 кг | штук | | 5 |
| 10 | Ядро массой 2,0 кг | штук | | 10 |
| 11 | Ядро массой 3,0 кг | штук | | 20 |
| 12 | Ядро массой 4,0 кг | штук | | 20 |
| 13 | Ядро массой 5,0 кг | штук | | 15 |
| 14 | Ядро массой 6,0 кг | штук | | 10 |
| 15 | Ядро массой 7,26 кг | штук | | 10 |
| **Дополнительное и вспомогательное оборудование и спортивный инвентарь** | | | | |
| 1 | Буфер для остановки ядра | штук | | 2 |
| 2 | Гантели массивные от 0,5 до 5 кг | комплект | | 10 |
| 3 | Гантели переменной массы от 3 до 12 кг | пар | | 10 |
| 4 | Гири спортивные 16, 24, 32 кг | комплект | | 3 |
| 5 | Грабли | штук | | 2 |
| 6 | Диск массой 0,5 кг | штук | | 5 |
| 7 | Диск массой 0,75 кг | штук | | 10 |
| 8 | Диск массой 1,0 кг | штук | | 10 |
| 9 | Диск массой 1,5 кг | штук | | 4 |
| 10 | Диск массой 1,75 кг | штук | | 2 |
| 11 | Диск массой 2,0 кг | штук | | 2 |
| 12 | Диск обрезиненный массой 0,5 кг | штук | | 10 |
| 13 | Диск обрезиненный массой 1 кг | штук | | 10 |
| 14 | Доска информационная | штук | | 2 |
| 15 | Измеритель высоты установки планки для прыжков в высоту | штук | | 2 |
| 16 | Колокол сигнальный | штук | | 1 |
| 17 | Конус высотой 15 см | штук | | 40 |
| 18 | Конус высотой 30 см | штук | | 40 |
| 19 | Копье массой 400 г | штук | | 15 |
| 20 | Копье массой 500 г | штук | | 15 |
| 21 | Копье массой 600 г | штук | | 30 |
| 22 | Копье массой 700 г | штук | | 6 |
| 23 | Копье массой 800 г | штук | | 6 |
| 24 | Круг для места метания диска | комплект | | 3 |
| 25 | Мяч для метания 140 г | штук | | 10 |
| 26 | Мяч набивной (медицинбол) от 1 до 5 кг | комплект | | 8 |
| 27 | Ограждение для метания диска | штук | | 1 |
| 28 | Патроны для стартового пистолета | штук | | 1000 |
| 29 | Пистолет стартовый | штук | | 2 |
| 30 | Платформа-основа сектора для метания сидячих спортсменов | штук | | 4 |
| 31 | Помост тяжелоатлетический (2,8x2,8 м) | штук | | 1 |
| 32 | Рулетка 10 м | штук | | 2 |
| 33 | Рулетка 100 м | штук | | 1 |
| 34 | Рулетка 20 м | штук | | 5 |
| 35 | Рулетка 50 м | штук | | 3 |
| 36 | Секундомер | штук | | 10 |
| 37 | Сетка для ограждения места тренировки метаний в помещении | штук | | 1 |
| 38 | Скамейка гимнастическая | штук | | 15 |
| 39 | Скамейка для жима штанги лежа | штук | | 4 |
| 40 | Стенка гимнастическая | пар | | 2 |
| 41 | Стойки для приседания со штангой | пар | | 3 |
| 42 | Указатель направления ветра | штук | | 4 |
| 43 | Штанга тяжелоатлетическая с комплектом дисков (200 кг) | комплект | | 5 |
| 44 | Электромегафон | штук | | 1 |
| **Лыжные гонки - I функциональная группа мужчины, женщины** | | | | |
| 1 | Коляска спортивная | штук | | 1 |
| 2 | Сиденье-боб (монолыжа) | штук | | 1 |
| 3 | Лыжи гоночные | пар | | 16 |
| 4 | Крепления лыжные | пар | | 16 |
| 5 | Палки для лыжных гонок | пар | | 16 |
| 6 | Снегоход, укомплектованный приспособлением для прокладки лыжных трасс, либо ратрак (снегоуплотнительная машина для прокладки лыжных трасс) | штук | | 1 |
| 7 | Снегоход | штук | | 1 |
| 8 | Измеритель скорости ветра | штук | | 2 |
| 9 | Термометр наружный | штук | | 4 |
| 10 | Флажки для разметки лыжных трасс | комплект | | 1 |
| **Дополнительное и вспомогательное оборудование и спортивный инвентарь** | | | | |
| 1 | Лыжероллеры с креплениями | пар | | 1 |
| 2 | Весы медицинские | штук | | 2 |
| 3 | Гантели массивные от 0,5 до 5 кг | комплект | | 2 |
| 4 | Гантели переменной массы от 3 до 12 кг | пар | | 5 |
| 5 | Доска информационная | штук | | 2 |
| 6 | Зеркало настенное (0,6x2 м) | комплект | | 4 |
| 7 | Лыжероллеры | пар | | 16 |
| 8 | Мат гимнастический | штук | | 6 |
| 9 | Мяч набивной (медицинбол) от 1 до 5 кг | комплект | | 2 |
| 10 | Мяч баскетбольный | штук | | 1 |
| 11 | Мяч волейбольный | штук | | 1 |
| 12 | Мяч теннисный | штук | | 16 |
| 13 | Мяч футбольный | штук | | 1 |
| 14 | Палка гимнастическая | штук | | 12 |
| 15 | Рулетка металлическая 50 м | штук | | 1 |
| 16 | Секундомер | штук | | 4 |
| 17 | Скамейка гимнастическая | штук | | 2 |
| 18 | Стенка гимнастическая | штук | | 4 |
| 19 | Стол для подготовки лыж | комплект | | 2 |
| 20 | Электромегафон | комплект | | 2 |
| 21 | Эспандер лыжника | штук | | 12 |
| 22 | Амортизатор резиновый | штук | | 1 |
| **Лыжные гонки - II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| 1 | Лыжи для классического и конькового стиля передвижения | пар | | 2 |
| 2 | Палки для классического и конькового стиля передвижения | пар | | 1 |
| 3 | Снегоход, укомплектованный приспособлением для прокладки лыжных трасс, либо ратрак (снегоуплотнительная машина для прокладки лыжных трасс) | штук | | 1 |
| 4 | Снегоход | штук | | 1 |
| 5 | Анемометр - измеритель скорости ветра | штук | | 2 |
| 6 | Термометр наружный | штук | | 4 |
| 7 | Флажки для разметки лыжных трасс | комплект | | 1 |
| **Дополнительное и вспомогательное оборудование и спортивный инвентарь** | | | | |
| 1 | Лыжероллеры для классического и конькового стиля передвижения | пар | | 1 |
| 2 | Палки для классического и конькового стиля передвижения | пар | | 1 |
| 3 | Весы медицинские | штук | | 2 |
| 4 | Гантели массивные от 0,5 до 5 кг | комплект | | 2 |
| 5 | Гантели переменной массы от 3 до 12 кг | пар | | 5 |
| 6 | Доска информационная | штук | | 2 |
| 7 | Зеркало настенное (0,6x2 м) | комплект | | 4 |
| 8 | Лыжероллеры | пар | | 16 |
| 9 | Мат гимнастический | штук | | 6 |
| 10 | Мяч набивной (медицинбол) от 1 до 5 кг | комплект | | 2 |
| 11 | Мяч баскетбольный | штук | | 1 |
| 12 | Мяч волейбольный | штук | | 1 |
| 13 | Мяч теннисный | штук | | 16 |
| 14 | Мяч футбольный | штук | | 1 |
| 15 | Палка гимнастическая | штук | | 12 |
| 16 | Рулетка металлическая 50 м | штук | | 1 |
| 17 | Секундомер | штук | | 4 |
| 18 | Скамейка гимнастическая | штук | | 2 |
| 19 | Стенка гимнастическая | штук | | 4 |
| 20 | Стол для подготовки лыж | комплект | | 2 |
| 21 | Электромегафон | комплект | | 2 |
| 22 | Эспандер лыжника | штук | | 12 |
| 23 | Амортизатор резиновый | штук | | 1 |
| **Настольный теннис - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| 1 | Теннисный стол | штук | | 2 |
| 2 | Ракетка для настольного тенниса | штук | | 6 |
| 3 | Мячи для настольного тенниса | штук | | 100 |
| **Дополнительное и вспомогательное оборудование и спортивный инвентарь** | | | | |
| 1 | Гантели переменной массы от 1,5 до 10 кг | комплект | | 3 |
| 2 | Мяч набивной (медицинбол) весом от 1 до 5 кг | штук | | 7 |
| 3 | Перекладина гимнастическая | штук | | 1 |
| 4 | Стенка гимнастическая | штук | | 3 |
| 5 | Скамейка гимнастическая | штук | | 3 |
| **Парусный спорт - класс "Скуд 18", парусный спорт - класс "Сонар", парусный спорт - класс 2,4 метра I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| 1 | Катер для сопровождения | штук | | 2 |
| **Парусный спорт - класс "Скуд 18"** | | | | |
| 2 | Яхта класса "Скуд" | комплект | | 2 |
| **Парусный спорт - класс 2,4 метра** | | | | |
| 3 | Яхта класса 2,4 метра | комплект | | 2 |
| **Парусный спорт - класс "Сонар"** | | | | |
| 4 | Яхта класса "Сонар" | комплект | | 2 |
| **Дополнительное и вспомогательное оборудование и спортивный инвентарь** | | | | |
| 1 | Анемометр - измеритель скорости ветра | штук | | 1 |
| 2 | Барограф | штук | | 1 |
| 3 | Барометр | штук | | 1 |
| 4 | Бинокль морской (7-кратный, объектив 50 мм) | штук | | 5 |
| 5 | Буй с массивами для якорной стоянки | штук | | 12 |
| 6 | Буй с якорем и тросом для выставления дистанции гонок | штук | | 10 |
| 7 | Гантели переменной массы от 3 до 12 кг | пар | | 8 |
| 8 | Знак тренировочный малый | комплект | | 10 |
| 9 | Мат гимнастический | штук | | 2 |
| 10 | Международные своды флажных сигналов | комплект | | 12 |
| 11 | Мяч набивной (медицинбол) от 1 до 5 кг | комплект | | 8 |
| 12 | Наглядные пособия для парусного спорта | комплект | | 10 |
| 13 | Навигационные карты | комплект | | 8 |
| 14 | Перекладина гимнастическая | штук | | 1 |
| 15 | Рында | штук | | 1 |
| 19\* | Секстант | штук | | 1 |
| \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \* Нумерация соответствует оригиналу. - Примечание изготовителя базы данных. | | | | |
| 20 | Скамейка гимнастическая | штук | | 2 |
| 21 | Скамейка для жима штанги лежа | штук | | 1 |
| 22 | Стенка гимнастическая | пар | | 2 |
| 23 | Стойки для приседания со штангой | пар | | 1 |
| 24 | Указатель направления ветра | штук | | 2 |
| 25 | Часы-хронометр морские | штук | | 1 |
| 26 | Штанга тяжелоатлетическая | комплект | | 2 |
| 27 | Электромегафон | штук | | 2 |
| **Пауэрлифтинг - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| 1 | Помост тяжелоатлетический | комплект | | 4 |
| 2 | Штанга тяжелоатлетическая | комплект | | 8 |
| 3 | Весы до 200 кг | штук | | 2 |
| 4 | Магнезница | штук | | 2 |
| 5 | Зеркало настенное 0,6x2 м | комплект | | 8 |
| 6 | Табло информационное световое электронное | комплект | | 2 |
| **Дополнительное и вспомогательное оборудование и спортивный инвентарь** | | | | |
| 1 | Гантели переменной массы от 3 до 12 кг | пар | 2 | |
| 2 | Гири спортивные 16, 24, 32 кг | комплект | 2 | |
| 3 | Кушетка массажная | штук | 2 | |
| 4 | Маты гимнастические | штук | 10 | |
| 5 | Перекладина гимнастическая | штук | 1 | |
| 6 | Плинты для штангистов | пар | 3 | |
| 7 | Скамейка гимнастическая | штук | 3 | |
| 8 | Стеллаж для хранения дисков и штанг | штук | 5 | |
| 9 | Стеллаж для хранения гантелей | штук | 1 | |
| 10 | Стенка гимнастическая | штук | 5 | |
| 11 | Стойки для приседания со штангой | штук | 2 | |
| 12 | Секундомер | штук | 3 | |
| **Плавание - I функциональная группа мужчины, женщины** | | | | |
| 1 | Подъемник для спуска и поднятия спортсмена из воды | штук | 1 | |
| 2 | Лифт или пандусы для доставки спортсмена в чашу бассейна и в спортивный зал | комплект | 1 | |
| 3 | Средства спасения (круг, шест, фал, поплавки) | комплект | 1 | |
| 4 | Специальные инвалидные кресла для перемещения по бассейну, в душевых помещениях | штук | 3 | |
| 5 | Плавательные доски | штук | 4 | |
| 6 | Плавательные поплавки-вставки для ног | штук | 8 | |
| 7 | Лопатки для плавания | комплект | 8 | |
| **Дополнительное и вспомогательное оборудование и спортивный инвентарь** | | | | |
| 1 | Кушетка массажная | штук | 1 | |
| 2 | Гантели переменной массы | комплект | 2 | |
| 3 | Плавательный тренажер для тренировки в зале | штук | 3 | |
| 4 | Мат гимнастический | штук | 4 | |
| 5 | Зеркало | штук | 1 | |
| 6 | Скамейки гимнастические | штук | 2 | |
| 7 | Фен | штук | 1 | |
| 8 | Настенный секундомер | штук | 1 | |
| 9 | Весы | штук | 1 | |
| 10 | Секундомеры ручные судейские | штук | 10 | |
| 11 | Электромегафон | комплект | 1 | |
| **Плавание - II функциональная группа мужчины, женщины** | | | | |
| 1 | Подъемник для спуска и поднятия спортсмена из воды | штук | 1 | |
| 2 | Лифт или пандусы для доставки спортсмена в чашу бассейна и в спортивный зал | комплект | 1 | |
| 3 | Средства спасения (круг, шест, фал, поплавки) | комплект | 1 | |
| 4 | Специальные инвалидные кресла для перемещения по бассейну, в душевых помещениях | штук | 3 | |
| 5 | Плавательные доски | штук | 8 | |
| 6 | Плавательные поплавки-вставки для ног | штук | 8 | |
| 7 | Ласты | комплект | 8 | |
| 8 | Лопатки для плавания | комплект | 8 | |
| **Дополнительное и вспомогательное оборудование и спортивный инвентарь** | | | | |
| 1 | Кушетка массажная | штук | 1 | |
| 2 | Гантели переменной массы | комплект | 3 | |
| 3 | Плавательный тренажер, для тренировки в зале | штук | 3 | |
| 4 | Мат гимнастический | штук | 4 | |
| 5 | Зеркало | штук | 1 | |
| 6 | Скамейки гимнастические | штук | 3 | |
| 7 | Стенка гимнастическая | штук | 3 | |
| 8 | Штанга спортивная | комплект | 1 | |
| 9 | Мяч набивной (медицинбол) 1 кг | штук | 2 | |
| 10 | Мяч набивной (медицинбол) 2 кг | штук | 2 | |
| 11 | Фен | штук | 1 | |
| 12 | Настенный секундомер | штук | 2 | |
| 13 | Весы | штук | 1 | |
| 14 | Электромегафон | комплект | 1 | |
| **Плавание - III функциональная группа мужчины, женщины** | | | | |
| 1 | Средства спасения (круг, шест, фал, поплавки) | комплект | 1 | |
| 2 | Плавательные доски | штук | 8 | |
| 3 | Плавательные поплавки-вставки для ног | штук | 8 | |
| 4 | Ласты | комплект | 8 | |
| 5 | Лопатки для плавания | комплект | 8 | |
| **Дополнительное и вспомогательное оборудование и спортивный инвентарь** | | | | |
| 1 | Перекладина гимнастическая | штук | 1 | |
| 2 | Кушетка массажная | штук | 1 | |
| 3 | Гантели переменной массы | комплект | 3 | |
| 4 | Плавательный тренажер для тренировки в зале | штук | 4 | |
| 5 | Мат гимнастический | штук | 6 | |
| 6 | Зеркало | штук | 1 | |
| 7 | Скамейки гимнастические | штук | 4 | |
| 8 | Стенка гимнастическая | штук | 4 | |
| 9 | Штанга спортивная | комплект | 1 | |
| 10 | Мяч набивной (медицинбол) от 1 до 5 кг | штук | 2 | |
| 11 | Фен | штук |  | |
| 12 | Настенный секундомер | штук | 2 | |
| 13 | Весы | штук | 1 | |
| 14 | Секундомеры ручные судейские | штук | 10 | |
| 15 | Электромегафон | комплект | 1 | |
| **Пулевая стрельба - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| 1 | Спортивная пневматическая винтовка (калибр 4,5 мм) | штук | 10 | |
| 2 | Спортивный пневматический пистолет (калибр 4,5 мм) | штук | 10 | |
| 3 | Пневматические пульки (калибр 4,5 мм) | штук | 40000 | |
| 4 | Спортивная малокалиберная винтовка (калибр 5,6 мм) | штук | 5 | |
| 5 | Спортивный малокалиберный пистолет (калибр 5,6 мм) | штук | 5 | |
| 6 | Патроны (калибр 5,6 мм) | штук | 100000 | |
| 7 | Мишени | штук | 10000 | |
| **Регби на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины** | | | | |
| 1 | Мяч для регби | штук | 10 | |
| **Дополнительное и вспомогательное оборудование и спортивный инвентарь** | | | | |
| 1 | Стойки ворот | штук | 2 | |
| 2 | Гантели переменной массы от 1,5 до 6 кг | комплект | 3 | |
| 3 | Кушетка массажная | пар | 1 | |
| 4 | Мат гимнастический | комплект | 10 | |
| 5 | Мяч набивной (медицинбол) от 1 до 3 кг | штук | 10 | |
| 6 | Насос универсальный (для накачивания футбольных мячей) | штук | 1 | |
| 7 | Скамейка гимнастическая | штук | 5 | |
| 8 | Тренажер кистевой фрикционный | штук | 10 | |
| 9 | Тренажер универсальный малогабаритный | штук | 1 | |
| 10 | Мяч баскетбольный | штук | 1 | |
| 11 | Мяч футбольный | штук | 1 | |
| 12 | Штанга тяжелоатлетическая с набором дисков разного веса | штук | 1 | |
| 13 | Помост тяжелоатлетический разборный малый | штук | 1 | |
| **Стрельба из лука - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| 1 | Спортивный классический лук, в сборе | штук | 12 | |
| 2 | Стрелы для спортивного лука, в сборе | штук | 96 | |
| 3 | Заколка для мишени | штук | 48 | |
| 4 | Мишень для стрельбы из лука | штук | 24 | |
| 5 | Подставка для лука и стрел | штук | 12 | |
| 6 | Щит мишени для стрельбы из лука | штук | 6 | |
| 7 | Флажок для указания направления ветра при стрельбе из лука | штук | 6 | |
| **Дополнительное и вспомогательное оборудование и спортивный инвентарь** | | | | |
| 1 | Тележка для перевозки щитов мишеней стрельбы из лука | штук | 2 | |
| 2 | Канат для ограждения площадки для стрельбы из лука | метров | 300 | |
| 3 | Лента полихлорвиниловая, ширина 5-6 см | метров | 2000 | |
| 4 | Стойка для ограждения канатом площадки для стрельбы из лука | штук | 50 | |
| 5 | Мяч набивной (медицинбол) от 1 до 5 кг | комплект | 3 | |
| 6 | Скакалка гимнастическая | штук | 12 | |
| 7 | Эспандер плечевой | штук | 12 | |
| 8 | Эспандер двойного действия | штук | 12 | |
| 9 | Эспандер резиновый ленточный | штук | 12 | |
| 10 | Мяч баскетбольный | штук | 1 | |
| 11 | Мяч футбольный | штук | 1 | |
| 12 | Мяч волейбольный | штук | 1 | |
| 13 | Насос для накачивания мячей | комплект | 1 | |
| 14 | Комплект приспособлений для проверки луков | комплект | 1 | |
| **Теннис на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| 1 | Стойки для теннисной сетки | штук | 4 | |
| 2 | Теннисная сетка | штук | 2 | |
| 3 | Ракетка теннисная | штук | 12 | |
| 4 | Теннисные мячи | штук | 100 | |
| **Дополнительное и вспомогательное оборудование и спортивный инвентарь** | | | | |
| 1 | Гантели переменной массы от 1,5 до 10 кг | комплект | 3 | |
| 2 | Мяч набивной (медицинбол) от 1 до 5 кг | штук | 10 | |
| **Фехтование - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | |
| 1 | Спортивное оружие (рапира, шпага, сабля) | штук | 16 | |
| 2 | Клинки запасные | штук | 32 | |
| 3 | Электронаконечники запасные | штук | 32 | |
| 4 | Дорожка фехтовальная токопроводящая с устройством натяжения | комплект | 2 | |
| 5 | Электрофиксатор для фехтования (сигнальный аппарат). | комплект | 2 | |
| 6 | Катушка-сматыватель | штук | 8 | |
| 7 | Мишень настенная для тренировки фехтовальщика | штук | 8 | |
| 8 | Тренажер фехтовальный (манекен) для отработки уколов | штук | 2 | |
| 9 | Дорожка (линолеум 2x20 м) | штук | 1 | |
| 10 | Зеркало настенное в комплекте с оргстеклом для предохранения от ударов оружием (0,6x2 м) | комплект | 8 | |
| 11 | Доска информационная | штук | 2 | |
| 12 | Табло информационное световое электронное | комплект | 2 | |
| **Дополнительное и вспомогательное оборудование и спортивный инвентарь** | | | | |
| 1 | Гантели переменной массы от 3 до 12 кг | пар | 5 | |
| 2 | Гантели массивные от 0,5 до 5 кг | комплект | 2 | |
| 3 | Канат для лазанья | штук | 1 | |
| 4 | Мат гимнастический | штук | 5 | |
| 5 | Мяч набивной (медицинбол) от 1 до 5 кг | комплект | 2 | |
| 6 | Мяч баскетбольный | штук | 1 | |
| 7 | Мяч волейбольный | штук | 1 | |
| 8 | Мяч теннисный | штук | 16 | |
| 9 | Мяч футбольный | штук | 1 | |
| 10 | Палка гимнастическая | штук | 12 | |
| 11 | Стеллаж для оружия | штук | 2 | |
| 12 | Стенка гимнастическая | штук | 4 | |
| 13 | Скамейка гимнастическая | штук | 3 | |
| 14 | Скакалка гимнастическая | штук | 12 | |
| 15 | Эспандер плечевой резиновый | штук | 12 | |
| 16 | Рулетка металлическая 20 м | штук | 1 | |
| 17 | Секундомер | штук | 4 | |
| **Хоккей - следж - I, II, III функциональные группы мужчины** | | | | |
| 1 | Специальные сани | штук | 1 | |
| 2 | Ворота для хоккея | штук | 2 | |
| 3 | Клюшка для игры в хоккей | штук | 30 | |
| 4 | Ограждение площадки (борта, сетка защитная) | комплект | 1 | |
| 5 | Шайба | штук | 30 | |
| **Дополнительное и вспомогательное оборудование и спортивный инвентарь** | | | | |
| 1 | Гантели массивные от 1 до 5 кг | комплект | 3 | |
| 2 | Мяч набивной (медицинбол) от 1 кг до 5 кг | комплект | 3 | |
| 3 | Сумка для клюшек | штук | 4 | |

Таблица 2.

Таблица 2

Спортивный инвентарь, передаваемый в индивидуальное пользование

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| N | Наименование | Единица | Расчетная | | Этапы спортивной подготовки | | | | | | | | | | |
| п/п | спортивной экипировки индивидуального пользования | измерения | единица | | этап начальной подготовки | | этап начальной подготовки | | | этап начальной подготовки | | этап начальной подготовки | | | |
|  |  |  |  | | коли- чество | срок эксплуа- тации (меся- цев) | коли- чество | срок эксплуа- тации (меся- цев) | | коли- чество | срок эксплуа- тации (меся- цев) | коли- чество | | срок эксплуа- тации (меся- цев) | |
| 1 | Мяч баскетбольный | штук | на занимаю- щегося | | - | - | 1 | 12 | | 1 | 6 | 1 | | 6 | |
| **Биатлон - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Спортивная пневматическая винтовка (калибр 4,5 мм) | штук | на занимаю- щегося | 1 | | 3 | 1 | | 3 | 1 | 3 | | 1 | | 3 |
| 2 | Пульки пневматические (калибр 4,5 мм) | штук | на занимаю- щегося | 8000 | | - | 10000 | | - | 15000 | - | | 15000 | | - |
| 3 | Крепления для гоночных лыж | пар | на занимаю- щегося | - | | - | 1 | | 1 | 1 | 1 | | 2 | | 1 |
| 4 | Лыжероллеры | пар | на занимаю- щегося | - | | - | 1 | | 1 | 1 | 1 | | 1 | | 1 |
| 5 | Лыжи гоночные | пар | на занимаю- щегося | - | | - | 2 | | 1 | 3 | 1 | | 4 | | 1 |
| 6 | Палки для лыжных гонок | пар | на занимаю- щегося | - | | - | 1 | | 1 | 2 | 1 | | 4 | | 1 |
| **Бочча - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Мяч для бочча | штук | на занимаю- щегося | | - | - | 1 | | 12 | 1 | 6 | 1 | | | 6 |
| **Горнолыжный спорт - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Крепления горнолыжные | комплект | на занимаю- щегося | | - | - | 2 | | 3 | 4 | 3 | 6 | | | 3 |
| 2 | Лыжи горные | пар | на занимаю- щегося | | - | - | 2 | | 2 | 4 | 1 | 6 | | | 1 |
| 3 | Палки горнолыжные | пар | на занимаю- щегося | | - | - | 1 | | 2 | 2 | 1 | 1 | | | 1 |
| **Кёрлинг на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Головка (блок) для щетки | штук | на занимаю- щегося | | - | - | 1 | | 1 | 2 | 1 | 3 | | | 1 |
| 2 | Щетка для кёрлинга | штук | на занимаю- щегося | | - | - | 1 | | 2 | 1 | 1 | 2 | | | 1 |
| **Конный спорт - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Лошади, участвующие в спортивной подготовке | штук | на занимаю- щегося | | 0,3-1 | - | 0,5-1 | | - | 1-2 | - | 1-3 | | | - |
| 2 | Упряжь конская | комплект | на занимаю- щегося | | 0,3-1 | 1 | 0,5-1 | | 1 | 1-2 | 1 | 1-3 | | | 1 |
| **Легкая атлетика - метания I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Диск | штук | на занимаю- щегося | | - | - | 1 | 3 | | 1 | 2 | 1 | | 1 | |
| 2 | Копье | штук | на занимаю- щегося | | - | - | 1 | 2 | | 2 | 1 | 2 | | 1 | |
| 3 | Ядро | штук | на занимаю- щегося | | - | - | 1 | 3 | | 1 | 2 | 1 | | 1 | |
| **Лыжные гонки - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Лыжи гоночные | пар | на занимаю- щегося | | - | - | 2 | 1 | | 3 | 1 | 4 | | 1 | |
| 2 | Крепления лыжные | пар | на занимаю- щегося | | - | - | 1 | 1 | | 1 | 1 | 2 | | 1 | |
| 3 | Палки для лыжных гонок | пар | на занимаю- щегося | | - | - | 1 | 1 | | 2 | 1 | 4 | | 1 | |
| 4 | Лыжероллеры | пар | на занимаю- щегося | | - | - | 1 | 1 | | 1 | 1 | 1 | | 1 | |
| **Настольный теннис - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Ракетка для настольного тенниса | штук | на занимаю- щегося | | - | - | 1 | 1 | | 2 | 1 | 4 | | 1 | |
| 2 | Резиновые накладки для ракетки | штук | на занимаю- щегося | | - | - | 6 | 1 | | 12 | 1 | 20 | | 1 | |
| **Регби на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Мяч для регби | штук | на занимаю- щегося | | - | - | 1 | 12 | | 1 | 6 | 1 | | 6 | |
| **Стрельба из лука - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Спортивный классический лук | штук | на занимаю- щегося | | - | - | 1 | | 1 | 2 | 1 | 2 | | | 1 |
| 2 | Колчан для стрел | штук | на занимаю- щегося | | - | - | 1 | | 2 | 1 | 2 | 1 | | | 2 |
| 3 | Древко для стрел | штук | на занимаю- щегося | | - | - | 12 | | 1 | 12 | 1 | 24 | | | 1 |
| 4 | Наконечники | штук | на занимаю- щегося | | - | - | 12 | | 1 | 12 | 1 | 24 | | | 1 |
| 5 | Клей для оперения | тюбик | на занимаю- щегося | | - | - | 2 | | 1 | 3 | 1 | 4 | | | 1 |
| 6 | Оперенье для стрел | штук | на занимаю- щегося | | - | - | 50 | | 1 | 100 | 1 | 150 | | | 1 |
| 7 | Хвостовики для стрел | штук | на занимаю- щегося | | - | - | 50 | | 1 | 100 | 1 | 150 | | | 1 |
| 8 | Кликер | штук | на занимаю- щегося | | - | - | 1 | | 1 | 2 | 1 | 2 | | | 1 |
| 9 | Нить для тетивы | бобина | на занимаю- щегося | | - | - | 1 | | 1 | 1 | 1 | 1 | | | 1 |
| 10 | Плечи к луку | пар | на занимаю- щегося | | - | - | 1 | | 2 | 2 | 2 | 2 | | | 2 |
| 11 | Плунжер | штук | на занимаю- щегося | | - | - | 1 | | 1 | 2 | 1 | 4 | | | 1 |
| 12 | Полочка для лука | штук | на занимаю- щегося | | - | - | 10 | | 1 | 10 | 1 | 15 | | | 1 |
| 13 | Прицел | штук | на занимаю- щегося | | - | - | 1 | | 3 | 1 | 3 | 1 | | | 3 |
| 14 | Рукоятка к луку | штук | на занимаю- щегося | | - | - | 1 | | 2 | 1 | 1 | 1 | | | 1 |
| 15 | Стабилизаторы | комплект | на занимаю- щегося | | - | - | 1 | | 2 | 1 | 2 | 1 | | | 2 |
| 16 | Трубка для стрел с наконечниками | штук | на занимаю- щегося | | - | - | 12 | | 1 | 24 | 1 | 36 | | | 1 |
| 17 | Ящик упаковочный для лука и стрел | штук | на занимаю- щегося | | - | - | 1 | | 2 | 1 | 2 | 1 | | | 2 |
| **Теннис на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Ракетка теннисная | штук | на занимаю- щегося | | - | - | 1 | | 1 | 1 | 1 | 2 | | | 1 |
| **Фехтование - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Спортивное оружие (рапира, шпага, сабля) | штук | на занимаю- щегося | | - | - | 1 | | 1 | 1 | 1 | 2 | | | 1 |
| 2 | Клинки запасные | штук | на занимаю- щегося | | - | - | 1 | | 1 | 1 | 1 | 2 | | | 1 |
| 3 | Электронаконечники запасные | штук | на занимаю- щегося | | - | - | 1 | | 1 | 2 | 1 | 4 | | | 1 |
| **Хоккей - следж - I, II, III функциональные группы мужчины** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Клюшка хоккейная для вратаря | штук | на занимаю- щегося вратаря | | - | - | 2 | | 1 | 3 | 1 | 5 | | | 1 |
| 2 | Клюшка хоккейная | штук | на занимаю- щегося | | - | - | 2 | | 1 | 3 | 1 | 5 | | | 1 |
| 3 | Шайба | штук | на занимаю- щегося | | - | - | 10 | | 1 | 15 | 1 | 20 | | | 1 |

Приложение N 13. Обеспечение спортивной экипировкой

Приложение N 13  
к Федеральному стандарту

Таблица 1.

Таблица 1

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| N п/п | Наименование спортивной экипировки | Единица измерения | Количество изделий |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| **Биатлон - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | |
| 1 | Ботинки для гоночных лыж | пар | 6 |
| 2 | Нагрудные номера | штук | 100 |
| 3 | Чехол для гоночных лыж | штук | 6 |
| **Горнолыжный спорт - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | |
| 1 | Ботинки горнолыжные | пар | 8 |
| 2 | Защита горнолыжная | комплект | 8 |
| 3 | Очки защитные | комплект | 8 |
| 4 | Чехол для лыж | штук | 8 |
| 5 | Шлем | штук | 8 |
| **Лыжные гонки - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | |
| 1 | Ботинки лыжные | пар | 8 |
| 2 | Чехол для лыж | штук | 8 |
| 3 | Очки солнцезащитные | штук | 8 |
| 4 | Нагрудные номера | штук | 100 |
| **Пауэрлифтинг - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | |
| 1 | Пояс тяжелоатлетический | штук | 8 |
| 2 | Перчатки тяжелоатлетические | пар | 8 |
| 3 | Туфли тяжелоатлетические (штангетки) | пар | 8 |
| 4 | Трико тяжелоатлетическое | штук | 8 |
| **Пулевая стрельба - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | |
| 1 | Наушники-антифоны | пар | 8 |
| 2 | Футляр для перевозки оружия | штук | 8 |
| 3 | Оправа стрелковая (монокль) | штук | 8 |
| **Фехтование - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | |
| 1 | Маска фехтовальная | штук | 8 |
| 2 | Налокотники фехтовальные | пар | 8 |
| 3 | Перчатки фехтовальные | пар | 8 |
| 4 | Протектор-бандаж защитный | штук | 8 |
| 5 | Протектор на грудь защитный для женщин | штук | 8 |
| 6 | Протектор на грудь защитный для мужчин | штук | 8 |
| 7 | Костюм фехтовальный (защитные куртка и брюки) | штук | 8 |
| 8 | Туфли фехтовальные | пар | 8 |
| 9 | Электрокуртка для рапиры | штук | 8 |
| 10 | Электрокуртка для сабли | штук | 8 |
| 11 | Нагрудник для тренера | штук | 2 |
| 12 | Гетры белые | пар | 8 |
| 13 | Чехол для оружия | штук | 8 |

Таблица 2. Спортивная экипировка, передаваемая в индивидуальное пользование

Таблица 2

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| N | Наименование | Единица | Расчетная | Этапы спортивной подготовки | | | | | | | |
| п/п |  | измерения | единица | этап начальной подготовки | | тренировочный этап (этап спортивной специализации) | | этап совершенст- вования спортивного мастерства | | этап высшего спортивного мастерства | |
|  |  |  |  | коли- чество | срок эксплуа- тации | коли- чество | срок эксплуа- тации | коли- чество | срок эксплуа- тации | коли- чество | срок эксплуа- тации |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| **Академическая гребля - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | | | | | |
| 1 | Велосипедные трусы | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 2 | Футболка | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 3 | Комбинезон гребной летний | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 4 | Термобелье спортивное | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 5 | Костюм спортивный ветрозащитный | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 6 | Комбинезон гребной утепленный | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 7 | Кроссовки легкоатлетические | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| **Баскетбол на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | | | | | |
| 1 | Гольфы | пар | на занимаю- щегося | - | - | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 |
| 2 | Костюм ветрозащитный | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 3 | Костюм спортивный парадный | штук | на занимаю- щегося | - | - | - | - | - | - | 1 | 2 |
| 4 | Кроссовки для баскетбола | пар | на занимаю- щегося | - | - | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 |
| 5 | Кроссовки легкоатлетические | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 6 | Майка | штук | на занимаю- щегося | - | - | 4 | 1 | 4 | 1 | 6 | 1 |
| 7 | Полотенце | штук | на занимаю- щегося | - | - | - | - | - | 1 | 1 | 1 |
| 8 | Сумка спортивная | штук | на занимаю- щегося | - | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 9 | Фиксатор лучезапястного сустава (напульсник) | комплект | на занимаю- щегося | - | - | - | - | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 10 | Футболка | штук | на занимаю- щегося | - | - | 2 | 1 | 3 | 1 | 4 | 1 |
| 11 | Шапка спортивная | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 12 | Шорты спортивные (трусы спортивные) | штук | на занимаю- щегося | - | - | 3 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 |
| 13 | Шорты эластичные (тайсы) | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 |
| **Биатлон - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | | | | | |
| 1 | Ботинки для гоночных лыж | пар | на занимаю- щегося | - | - | 2 | 1 | 3 | 1 | 4 | 1 |
| 2 | Комбинезон для лыжных гонок | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| 3 | Костюм спортивный ветрозащитный | штук | на занимаю- щегося | - | - | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 4 | Кроссовки легкоатлетические | пар | на занимаю- щегося | - | - | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 5 | Очки защитные | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 6 | Очки солнцезащитные | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 7 | Перчатки лыжные | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 | 1 |
| 8 | Термобелье спортивное | комплект | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 9 | Чехол для гоночных лыж | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 |
| 10 | Шапка зимняя спортивная | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 |
| **Бочча - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | | | | | |
| 1 | Кроссовки | пар | на занимаю- щегося | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 |
| 2 | Футболка | штук | на занимаю- щегося | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 |
| 3 | Шорты спортивные | штук | на занимаю- щегося | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 |
| 4 | Костюм спортивный | штук | на занимаю- щегося | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 |
| 5 | Бейсболка | штук | на занимаю- щегося | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 |
| 6 | Рюкзак спортивный | штук | на занимаю- щегося | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 |
| **Бочча - II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | | | | | |
| 1 | Обувь эргономичная с застежкой | пар | на занимаю- щегося | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 |
| **Велоспорт - трек, велоспорт - шоссе - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | | | | | |
| 1 | Бахилы | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 2 | 1 | 4 | 1 |
| 2 | Велогамаши легкие | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 3 | Велогамаши короткие | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 4 | Велогамаши теплые | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 5 | Велокомбинезон | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 6 | Веломайка | штук | на занимаю- щегося | 2 | 1 | 3 | 1 | 5 | 1 | 8 | 1 |
| 7 | Веломайка с длинным рукавом | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 |
| 8 | Велоперчатки летние | пар | на занимаю- щегося | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 | 6 | 1 |
| 9 | Велоперчатки теплые | пар | на занимаю- щегося | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 |
| 10 | Велотрусы | штук | на занимаю- щегося | 2 | 1 | 3 | 1 | 5 | 1 | 8 | 1 |
| 11 | Велотуфли трековые | пар | на занимаю- щегося | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 12 | Велотуфли шоссе | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 |
| 13 | Велошапка летняя | штук | на занимаю- щегося | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 | 6 | 1 |
| 14 | Велошапка теплая | штук | на занимаю- щегося | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 |
| 15 | Ветровка-дождевик | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 |
| 16 | Жилет велосипедный | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 17 | Костюм ветрозащитный | штук | на занимаю- щегося | - | - | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 18 | Костюм спортивный парадный | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 19 | Кроссовки легкоатлетические | пар | на занимаю- щегося | - | - | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 20 | Носки велосипедные | пар | на занимаю- щегося | - | - | - | - | 6 | 1 | 12 | 1 |
| 21 | Разминочные рукава | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 22 | Разминочные чулки | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 23 | Тапочки (сланцы) | пар | на занимаю- щегося | - | - | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 24 | Термобелье | комплект | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| **Волейбол сидя - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | | | | | |
| 1 | Костюм ветрозащитный | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 2 | Костюм спортивный парадный | штук | на занимаю- щегося | - | - | - | - | - | - | 1 | 2 |
| 3 | Кроссовки для волейбола | пар | на занимаю- щегося | - | - | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 |
| 4 | Кроссовки легкоатлетические | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 5 | Майка | штук | на занимаю- щегося | - | - | 4 | 1 | 4 | 1 | 6 | 1 |
| 6 | Носки | пар | на занимаю- щегося | - | - | 2 | 1 | 4 | 1 | 6 | 1 |
| 7 | Полотенце | штук | на занимаю- щегося | - | - | - | - | - | 1 | 1 | 1 |
| 8 | Сумка спортивная | штук | на занимаю- щегося | - | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 9 | Фиксатор лучезапястного сустава (напульсник) | комплект | на занимаю- щегося | - | - | - | - | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 10 | Футболка | штук | на занимаю- щегося | - | - | 2 | 1 | 3 | 1 | 4 | 1 |
| 11 | Шапка спортивная | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 12 | Шорты (трусы) спортивные | штук | на занимаю- щегося | - | - | 3 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 |
| 13 | Шорты эластичные (тайсы) | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 |
| **Горнолыжный спорт - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | | | | | |
| 1 | Ботинки горнолыжные | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 |
| 2 | Защита горнолыжная | комплект | на занимаю- щегося | - | - | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 3 | Комбинезон горнолыжный | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 |
| 4 | Костюм спортивный ветрозащитный | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 5 | Кроссовки легкоатлетические | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 6 | Носки горнолыжные | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 6 | 1 | 12 | 1 |
| 7 | Очки защитные | комплект | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 8 | Перчатки горнолыжные | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 9 | Термобелье спортивное | комплект | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 10 | Чехол для лыж | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 |
| 11 | Шлем | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 |
| **Кёрлинг на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | | | | | |
| 1 | Бадлон (водолазка) | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 2 | Ботинки для кёрлинга | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 3 | Костюм спортивный тренировочный | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 |
| 4 | Кроссовки для зала | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 5 | Перчатки для кёрлинга | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 6 | Слайдер | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 7 | Фиксаторы локтевых суставов | пар | на занимаю- щегося | - | - | - | - | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 8 | Футболка | штук | на занимаю- щегося | - | - | 2 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 |
| **Конный спорт - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | | | | | |
| 1 | Бриджи тренировочные | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 11 | 1 | 11 | 1 | 11 |
| 2 | Бриджи турнирные | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 11 | 1 | 11 | 2 | 11 |
| 3 | Кроссовки | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 11 | 1 | 11 | 1 | 11 |
| 4 | Перчатки тренировочные | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 11 | 1 | 6 | 1 | 6 |
| 5 | Перчатки турнирные | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 11 | 1 | 11 | 1 | 11 |
| 6 | Сапоги (или краги с ботинками) тренировочные | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 11 | 1 | 11 | 1 | 11 |
| 7 | Сапоги (или краги с ботинками) турнирные | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 11 | 1 | 11 | 1 | 11 |
| 8 | Спортивный костюм | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 11 | 1 | 11 | 1 | 11 |
| 9 | Фрак или редингот | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 11 | 1 | 11 | 1 | 11 |
| 10 | Хлыст | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 11 | 1 | 11 | 1 | 11 |
| 11 | Шлем защитный | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 11 | 1 | 11 | 1 | 11 |
| **Легкая атлетика - бег на короткие дистанции, легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции, легкая атлетика - метания, легкая атлетика - прыжки I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | | | | | |
| 1 | Костюм ветрозащитный | штук | на занимаю- щегося | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 2 | Кроссовки легкоатлетические | пар | на занимаю- щегося | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 |
| 3 | Майка легкоатлетическая | штук | на занимаю- щегося | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 4 | Обувь для метания диска и молота | пар | на занимаю- щегося | - | - | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 |
| 5 | Трусы легкоатлетические | штук | на занимаю- щегося | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 6 | Шиповки для бега на короткие дистанции | пар | на занимаю- щегося | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 |
| 7 | Шиповки для бега на средние и длинные дистанции | пар | на занимаю- щегося | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 |
| 8 | Шиповки для метания копья | пар | на занимаю- щегося | - | - | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 |
| 9 | Шиповки для прыжков в высоту | пар | на занимаю- щегося | - | - | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 |
| 10 | Шиповки для прыжков в длину и прыжков с шестом | пар | на занимаю- щегося | - | - | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 |
| 11 | Шиповки для тройного прыжка | пар | на занимаю- щегося | - | - | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 |
| **Лыжные гонки - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | | | | | |
| 1 | Очки солнцезащитные | пар | на занимаю- щегося | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 2 | Перчатки лыжные | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 | 1 |
| 3 | Чехол для лыж | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 |
| 4 | Ботинки лыжные | пар | на занимаю- щегося | - | - | 2 | 1 | 3 | 1 | 4 | 1 |
| 5 | Кроссовки для зала | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 6 | Кроссовки легкоатлетические | пар | на занимаю- щегося | - | - | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 7 | Комбинезон для лыжных гонок | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 |
| 8 | Костюм ветрозащитный | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 |
| **Настольный теннис - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | | | | | |
| 1 | Костюм спортивный тренировочный зимний | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 2 | Костюм спортивный тренировочный летний | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 3 | Кроссовки для спортивных алов | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 4 | Спортивные брюки | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 5 | Фиксаторы для голеностопа | комплект | на занимаю- щегося | - | - | - | - | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 6 | Фиксаторы коленных суставов | комплект | на занимаю- щегося | - | - | - | - | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 7 | Фиксаторы локтевых суставов | комплект | на занимаю- щегося | - | - | - | - | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 8 | Футболка | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 9 | Шорты | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| **Парусный спорт - класс "Скуд 18", парусный спорт - класс "Сонар", парусный спорт - класс 2,4 метра I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | | | | | |
| 1 | Велосипедные трусы | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 2 | Комбинезон летний | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 3 | Комбинезон утепленный | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 4 | Костюм спортивный ветрозащитный | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 5 | Костюм штормовой непромокаемый | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 6 | Кроссовки легкоатлетические | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 7 | Обувь для парусного спорта непромокаемая | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 8 | Пояс трапеционный | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 |
| 9 | Термобелье спортивное | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 10 | Футболка спортивная | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| **Пауэрлифтинг - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | | | | | |
| 1 | Пояс тяжелоатлетический | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 |
| 2 | Перчатки тяжелоатлетические | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 4 | 1 | 6 | 1 |
| 3 | Туфли тяжелоатлетические (штангетки) | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 4 | Трико тяжелоатлетическое | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| **Плавание - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | | | | | |
| 1 | Беруши | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 2 | Костюм (комбинезон) для плавания | штук | на занимаю- щегося | - | - | - | - | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 3 | Купальник (женский) | штук | на занимаю- щегося | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 4 | Обувь для бассейна (шлепанцы) | пар | на занимаю- щегося | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 5 | Очки для плавания | пар | на занимаю- щегося | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 6 | Плавки (мужские) | штук | на занимаю- щегося | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 7 | Полотенце | штук | на занимаю- щегося | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 8 | Халат | штук | на занимаю- щегося | - | - | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 9 | Шапочка для плавания | штук | на занимаю- щегося | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 |
| **Пулевая стрельба - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | | | | | |
| 1 | Перчатки стрелковые (винтовочные) | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 3 | 1 | 2 | 1 | 2 |
| 2 | Куртка стрелковая | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 3 | Брюки стрелковые (винтовочные) | штук | на одного занимаю- щегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 4 | Ботинки стрелковые | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 |
| 5 | Футляр для перевозки оружия | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 6 | 1 | 4 | 1 | 2 |
| 6 | Наушники-антифоны | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 3 | 1 | 2 | 1 | 2 |
| 7 | Оправа стрелковая (монокль) | штук | на занимаю- щегося | - | - | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 |
| **Регби на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины** | | | | | | | | | | | |
| 1 | Гольфы | пар | на занимаю- щегося | - | - | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 |
| 2 | Костюм ветрозащитный | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 3 | Костюм спортивный парадный | штук | на занимаю- щегося | - | - | - | - | - | - | 1 | 2 |
| 4 | Кроссовки для баскетбола | пар | на занимаю- щегося | - | - | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 |
| 5 | Кроссовки легкоатлетические | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 6 | Майка | штук | на занимаю- щегося | - | - | 4 | 1 | 4 | 1 | 6 | 1 |
| 7 | Полотенце | штук | на занимаю- щегося | - | - | - | - | - | 1 | 1 | 1 |
| 8 | Сумка спортивная | штук | на занимаю- щегося | - | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 9 | Фиксатор лучезапястного сустава (напульсник) | комплект | на занимаю- щегося | - | - | - | - | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 10 | Футболка | штук | на занимаю- щегося | - | - | 2 | 1 | 3 | 1 | 4 | 1 |
| 11 | Шапка спортивная | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 12 | Шорты спортивные (трусы спортивные) | штук | на занимаю- щегося | - | - | 3 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 |
| 13 | Шорты эластичные (тайсы) | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 |
| **Стрельба из лука - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | | | | | |
| 1 | Брюки спортивные | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 2 | Костюм спортивный специальный | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 |
| 3 | Костюм спортивный утепленный | штук | на занимаю- щегося | - | - | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 |
| 4 | Крага | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 5 | Кроссовки спортивные | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 |
| 6 | Нагрудник | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 |
| 7 | Напальчник для стрельбы | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 |
| 8 | Сапоги резиновые | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 |
| 9 | Футболка спортивная | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| **Теннис на колясках - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | | | | | |
| 1 | Костюм спортивный тренировочный зимний | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 2 | Костюм спортивный тренировочный летний | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 3 | Кроссовки спортивные | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 4 | Спортивные брюки | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 5 | Футболка | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 6 | Шорты | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 7 | Юбка | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| **Фехтование - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины** | | | | | | | | | | | |
| 1 | Маска фехтовальная | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 2 | Налокотники фехтовальные | пара | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 3 | Перчатки фехтовальные | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 2 | 1 | 4 | 1 |
| 4 | Протектор-бандаж защитный | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 5 | Протектор на грудь защитный для женщин | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 6 | Протектор на грудь защитный для мужчин | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 7 | Костюм фехтовальный (защитные куртка и брюки) | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 8 | Туфли фехтовальные | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 9 | Электрокуртка для рапиры | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 2 | 1 | 4 | 1 |
| 10 | Электрокуртка для сабли | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 11 | Нагрудник для тренера | штук | на тренера | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 12 | Гетры белые | пар | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 13 | Чехол для оружия | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| **Хоккей - следж - I, II, III функциональные группы мужчины** | | | | | | | | | | | |
| 1 | Гетры | пар | на занимаю- щегося | - | - | 2 | 1 | 2 | 1 | 4 | 1 |
| 2 | Защита вратаря (панцирь, шорты, щитки, налокотники) | комплект | на занимаю- щегося вратаря | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 3 | Защита (панцирь, шорты, защита голени, налокотники, визор, краги) | комплект | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 4 | Майка | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 5 | Перчатка вратаря - блин | штук | на занимаю- щегося вратаря | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 6 | Перчатка вратаря - ловушка | штук | на занимаю- щегося вратаря | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 7 | Подтяжки | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 8 | Подтяжки для гетр | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 9 | Раковина защитная | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 10 | Рейтузы | штук | на одного занимаю- щегося | - | - | 4 | 1 | 4 | 1 | 6 | 1 |
| 11 | Свитер | штук | на занимаю- щегося | - | - | 2 | 1 | 2 | 1 | 4 | 1 |
| 12 | Шлем защитный для вратаря (с маской) | штук | на занимаю- щегося вратаря | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 |
| 13 | Шлем защитный | штук | на занимаю- щегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 |

Электронный текст документа  
подготовлен ЗАО "Кодекс" и сверен по:

Бюллетень нормативных актов  
федеральных органов  
исполнительной власти,  
N 25, 23.06.2014