



**МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
(МИНСПОРТ РОССИИ)**

ПРИКАЗ

«30» октября 2022 г.

г. Москва

№ 1100

**Об утверждении федерального стандарта
спортивной подготовки по виду спорта «спорт слепых»**

В соответствии с частью 4 статьи 34 Федерального закона от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (Собрание законодательства Российской Федерации, 2007, № 50, ст. 6242; 2011, № 50, ст. 7354; 2021, № 18, ст. 3071) и подпунктом 4.2.27 пункта 4 Положения о Министерстве спорта Российской Федерации, утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации от 19 июня 2012 г. № 607 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, № 26, ст. 3525), п р и к а з ы в а ю:

1. Утвердить прилагаемый федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «спорт слепых».
2. Признать утратившим силу приказ Министерства спорта Российской Федерации от 3 октября 2022 г. № 795 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «спорт слепых» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 7 ноября 2022 г., регистрационный № 70838).
3. Настоящий приказ вступает в силу с 1 января 2023 года.
4. Контроль за исполнением настоящего приказа возложить на заместителя Министра спорта Российской Федерации А.А. Морозова.

Министр

О.В. Матыцин

УТВЕРЖДЕН
приказом Минспорта России
от «30» ноября 2022 г. № 1100

**Федеральный стандарт спортивной подготовки
по виду спорта «спорт слепых»**

I. Требования к структуре и содержанию примерных дополнительных образовательных программ спортивной подготовки, в том числе к их теоретическим и практическим разделам применительно к каждому этапу спортивной подготовки, включая сроки реализации таких этапов и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам

1. Примерная дополнительная образовательная программа спортивной подготовки должна иметь следующую структуру и содержание:

1.1. Общие положения, включающие:

1.1.1. Название дополнительной образовательной программы спортивной подготовки с указанием вида спорта (спортивной дисциплины).

1.1.2. Цели дополнительной образовательной программы спортивной подготовки.

1.2. Характеристику дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, включающую:

1.2.1. Сроки реализации этапов спортивной подготовки, возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки (приложение № 1 к федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «спорт слепых» (далее – ФССП).

1.2.2. Классы лиц, проходящих спортивную подготовку по виду спорта «спорт слепых» (приложение № 2 к ФССП).

1.2.3. Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки (приложение № 3 к ФССП).

1.2.4. Виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, включающие:

учебно-тренировочные занятия;

учебно-тренировочные мероприятия (приложение № 4 к ФССП);

спортивные соревнования, согласно объему соревновательной деятельности (приложение № 5 к ФССП);

иные виды (формы) обучения.

1.2.5. Годовой учебно-тренировочный план, с учетом соотношения видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки (приложение № 5 к ФССП).

1.2.6. Календарный план воспитательной работы.

1.2.7. План мероприятий, направленных на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним.

1.2.8. Планы инструкторской и судейской практики.

1.2.9. Планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств.

1.3. Систему контроля, содержащую:

1.3.1. Требования к результатам прохождения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, в том числе к участию в спортивных соревнованиях.

1.3.2. Оценку результатов освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки.

1.3.3. Контрольные и контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки и уровень спортивной квалификации лиц, проходящих спортивную подготовку, по годам и этапам спортивной подготовки.

1.4. Рабочую программу по виду спорта (спортивной дисциплине), состоящую из программного материала для учебно-тренировочных занятий по каждому этапу спортивной подготовки и учебно-тематического плана.

1.5. Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, включающие материально-технические, кадровые и информационно-методические условия.

II. Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы с учетом возраста, пола лиц, проходящих спортивную подготовку, особенностей вида спорта «спорт слепых» (спортивных дисциплин), уровень спортивной квалификации таких лиц (спортивные разряды и спортивные звания)

2. Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы лиц, проходящих спортивную подготовку (далее – обучающиеся), на этапах спортивной подготовки, уровень спортивной квалификации таких лиц (спортивные разряды и спортивные звания) учитывают их возраст, пол, а также особенности вида спорта «спорт слепых» и включают:

2.1. Нормативы общей физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «спорт слепых» (приложение № 7 к ФССП).

2.2. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) по виду спорта «спорт слепых» (приложение № 8 к ФССП).

2.3. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «спорт слепых» (приложение № 9 к ФССП).

2.4. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды и спортивные звания) для

зачисления и перевода на этап высшего спортивного мастерства по виду спорта «спорт слепых» (приложение № 10 к ФССП).

III. Требования к участию лиц, проходящих спортивную подготовку, и лиц, ее осуществляющих, в спортивных соревнованиях, предусмотренных в соответствии с реализуемой дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта «спорт слепых»

3. Требования к участию в спортивных соревнованиях обучающихся: соответствие возраста, пола и уровня спортивной квалификации обучающихся положениям (регламентам) об официальных спортивных соревнованиях согласно Единой всероссийской спортивной классификации и правилам вида спорта «спорт слепых»;

наличие медицинского заключения о допуске к участию в спортивных соревнованиях;

соблюдение общероссийских антидопинговых правил и антидопинговых правил, утвержденных международными антидопинговыми организациями.

4. Организация, реализующая дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, направляет обучающегося и лиц, осуществляющих спортивную подготовку, на спортивные соревнования на основании утвержденного плана физкультурных и спортивных мероприятий, формируемого в том числе в соответствии с Единым календарным планом межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, и соответствующих положений (регламентов) об официальных спортивных соревнованиях.

IV. Требования к результатам прохождения спортивной подготовки применительно к этапам спортивной подготовки

5. Результаты прохождения спортивной подготовки применительно к этапам спортивной подготовки должны соответствовать целям, поставленным дополнительной образовательной программой спортивной подготовки.

6. Требования к результатам прохождения спортивной подготовки, в том числе по отдельным этапам спортивной подготовки, конкретизируются в примерной дополнительной образовательной программе спортивной подготовки, и направлены:

6.1. На этапе начальной подготовки на:

формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом;

получение общих теоретических знаний о физической культуре и спорте, в том числе о спортивной дисциплине вида спорта «спорт слепых»;

формирование двигательных умений и навыков, в том числе в спортивной дисциплине вида спорта «спорт слепых»;

повышение уровня физической подготовленности и всестороннее гармоничное развитие физических качеств;

укрепление здоровья;

прохождение физической реабилитации, социальной адаптации и интеграции.

6.2. На учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) на:

формирование устойчивого интереса к занятиям спортивной дисциплиной вида спорта «спорт слепых»;

формирование разносторонней общей и специальной физической подготовленности, а также теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности, соответствующей спортивной дисциплине вида спорта «спорт слепых»;

обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и формирование навыков соревновательной деятельности;

укрепление здоровья;

прохождение углубленной физической реабилитации, социальной адаптации и интеграции.

6.3. На этапе совершенствования спортивного мастерства на:

повышение уровня общей и специальной физической, теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности;

обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и совершенствование навыков в условиях соревновательной деятельности;

сохранение здоровья;

прохождение углубленной физической реабилитации, социальной адаптации и интеграции.

6.4. На этапе высшего спортивного мастерства на:

повышение уровня общей и специальной физической, теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности, соответствующей спортивной дисциплине вида спорта «спорт слепых»;

обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и достижение обучающимися высоких и стабильных спортивных результатов в условиях соревновательной деятельности;

сохранение здоровья;

прохождение углубленной физической реабилитации, социальной адаптации и интеграции.

V. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам вида спорта «спорт слепых»

7. Особенности осуществления спортивной подготовки в спортивных дисциплинах по виду спорта «спорт слепых», содержащих в своем наименовании слова и словосочетания «армрестлинг» (далее – «армрестлинг»), «биатлон» (далее – «биатлон»), «борьба» (далее – «борьба»), «боулинг» (далее – «боулинг»), «велоспорт-тандем» (далее – «велоспорт-тандем»), «голбол» (далее – «голбол»), «горнолыжный спорт» (далее – «горнолыжный спорт»), «дзюдо» (далее – «дзюдо»), «легкая атлетика - бег» с указанием дистанции до 400 м включительно и «легкая атлетика-эстафета» (далее – «легкая атлетика - бег на короткие дистанции»),

«легкая атлетика - бег» с указанием дистанции более 400 м, «легкая атлетика - пятиборье» и «легкая атлетика - марафон» (далее – «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции»), «легкая атлетика - метание» и «легкая атлетика - толкание» (далее – «легкая атлетика - метания»), «легкая атлетика - прыжки» (далее – «легкая атлетика - прыжки»), «лыжные гонки» (далее – «лыжные гонки»), «настольный теннис» (далее – «настольный теннис»), «пауэрлифтинг» (далее – «пауэрлифтинг»), «плавание» (далее – «плавание»), «пулевая стрельба» (далее – «пулевая стрельба»), «самбо» (далее – «самбо»), «спортивный туризм» (далее – «спортивный туризм»), «торбол» (далее – «торбол»), «триатлон» (далее – «триатлон»), «футбол» (далее – «футбол»), «шахматы» (далее – «шахматы»), «шашки» (далее – «шашки»), основаны на особенностях вида спорта «спорт слепых» и его спортивных дисциплин. Реализация дополнительных образовательных программ спортивной подготовки проводится с учетом этапа спортивной подготовки и спортивных дисциплин вида спорта «спорт слепых», по которым осуществляется спортивная подготовка.

8. Спортивная подготовка по виду спорта «спорт слепых» проводится с учетом классов «В1», «В2», «В3», «J1», «J2», к которым относятся обучающиеся в зависимости от степени их функциональных возможностей, требующихся для занятий определенной спортивной дисциплиной вида спорта «спорт слепых» (далее соответственно – классы «В1», «В2», «В3», «J1», «J2»).

9. Все группы спортивной подготовки также могут комплектоваться лицами, не имеющими инвалидность по зрению и проходящими подготовку в качестве лиц, обеспечивающих сопровождение лиц, проходящих спортивную подготовку и имеющих инвалидность по зрению (далее – спортсмен-инвалид по зрению), при проведении учебно-тренировочных занятий, а также совместно выступающих с спортсменом-инвалидом по зрению в спортивных соревнованиях (далее соответственно – спортсмен-ведущий, спортсмен-пилот, спортсмен – спарринг-партнер). Количество указанных лиц не должно превышать количество спортсменов-инвалидов по зрению.

10. Особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта «спорт слепых» учитываются организациями, реализующими дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, при формировании дополнительных образовательных программ спортивной подготовки, в том числе годового учебно-тренировочного плана.

11. Для зачисления на этап спортивной подготовки лицо, желающее пройти спортивную подготовку, должно достичь установленного возраста в календарный год зачисления на соответствующий этап спортивной подготовки.

12. Возраст обучающихся на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства не ограничивается при условии вхождения их в список кандидатов в спортивную сборную команду субъекта Российской Федерации по виду спорта «спорт слепых» и участия в официальных спортивных соревнованиях по виду спорта «спорт слепых» не ниже уровня всероссийских спортивных соревнований.

13. В зависимости от условий и организации учебно-тренировочных занятий,

а также условий проведения спортивных соревнований подготовка обучающихся осуществляется на основе обязательного соблюдения требований безопасности, учитывающих особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта «спорт слепых».

VI. Требования к кадровым и материально-техническим условиям реализации этапов спортивной подготовки и иным условиям

14. Организации, реализующие дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, должны обеспечить соблюдение требований к кадровым и материально-техническим условиям реализации этапов спортивной подготовки и иным условиям, установленным ФССП.

15. Требования к кадровому составу организаций, реализующих дополнительные образовательные программы спортивной подготовки:

15.1. Уровень квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку, должен соответствовать требованиям, установленным профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту», утвержденный приказом Минтруда России от 19.10.2021 № 734н (зарегистрирован Минюстом России 19.11.2021, регистрационный № 65904), профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель», утвержденным приказом Минтруда России от 24.12.2020 № 952н (зарегистрирован Минюстом России 25.01.2021, регистрационный № 62203), профессиональным стандартом «Тренер по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту», утвержденным приказом Минтруда России от 02.04.2019 № 199н (зарегистрирован Минюстом России 29.04.2019, регистрационный № 54541), профессиональным стандартом «Тренер», утвержденным приказом Минтруда России от 28.03.2019 № 191н (зарегистрирован Минюстом России 25.04.2019, регистрационный № 54519), профессиональным стандартом «Инструктор-методист по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту», утвержденным приказом Минтруда России от 02.04.2019 № 197н (зарегистрирован Минюстом России 29.04.2019, регистрационный № 54540), профессиональным стандартом «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта», утвержденный приказом Минтруда России от 21.04.2022 № 237н (зарегистрирован Минюстом России 27.05.2022, регистрационный № 68615), профессиональным стандартом «Сопровождающий инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, несовершеннолетних лиц на спортивные мероприятия», утвержденным приказом Минтруда России от 31.03.2022 № 191н (зарегистрирован Минюстом России 11.05.2022, регистрационный № 68449), профессиональным стандартом «Специалист по обслуживанию и ремонту спортивного инвентаря и оборудования», утвержденным приказом Минтруда России от 28.03.2019 № 192н (зарегистрирован Минюстом России 23.04.2019, регистрационный № 54475) или Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минздравсоцразвития России

от 15.08.2011 № 916н (зарегистрирован Минюстом России 14.10.2011, регистрационный № 22054).

15.2. Для проведения учебно-тренировочных занятий и участия в официальных спортивных соревнованиях на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации), этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, кроме основного тренера-преподавателя, допускается привлечение тренера-преподавателя по видам спортивной подготовки, с учетом специфики вида спорта «спорт слепых», а также на всех этапах спортивной подготовки привлечение иных специалистов (при условии их одновременной работы с обучающимися).

Кроме второго тренера к работе с лицами, проходящими спортивную подготовку, также могут привлекаться другие специалисты, включая спортсмена-ведущего, спортсмена-пилота, спортсмена – спарринг-партнера.

16. Требования к материально-техническим условиям реализации этапов спортивной подготовки предусматривают (в том числе на основании договоров, заключенных в соответствии с гражданским законодательством Российской Федерации, существенным условием которых является право пользования соответствующей материально-технической базой и (или) объектом инфраструктуры):

наличие тренировочного спортивного зала;

наличие тренажерного зала;

наличие раздевалок, душевых;

наличие игрового зала для спортивных дисциплин: «голбол», «настольный теннис», «торбол»;

наличие зала для единоборств для спортивных дисциплин: «дзюдо», «самбо»

наличие лыжно-биатлонной трассы для спортивной дисциплины «биатлон»;

наличие горнолыжной трассы для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт»;

наличие беговой дорожки для спортивных дисциплин: «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: «легкая атлетика - метания»;

наличие места для прыжков, состоящего из дорожки (сектора) для разбега и места (ямы) для приземления, для спортивной дисциплины «легкая атлетика - прыжки»;

наличие плавательного бассейна для спортивной дисциплины «плавание»;

наличие тира для спортивной дисциплины «пулевая стрельба»;

наличие футбольной площадки (поля) для спортивной дисциплины «футбол»;

наличие помещения для игры в шахматы, шашки для спортивных дисциплин: «шахматы», «шашки»;

наличие медицинского пункта, оборудованного в соответствии с приказом Минздрава России от 23.10.2020 № 1144н «Об утверждении порядка организации

оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях» (зарегистрирован Минюстом России 03.12.2020, регистрационный № 61238)¹;

обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки (приложение № 11 к ФССП);

обеспечение спортивной экипировкой (приложение № 12 к ФССП);

обеспечение проездом к месту проведения спортивных мероприятий и обратно лиц, проходящих обучение по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки;

обеспечение питанием и проживанием лиц, проходящих обучение по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки, в период проведения спортивных мероприятий.

медицинское обеспечение лиц, проходящих обучение по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки, в том числе организацию систематического медицинского контроля.

17. К иным условиям реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки относится трудоемкость дополнительной образовательной программы спортивной подготовки (объемы времени на ее реализацию) с обеспечением непрерывности учебно-тренировочного процесса, а также порядок и сроки формирования учебно-тренировочных групп.

17.1. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки рассчитывается на 52 недели в год.

Учебно-тренировочный процесс в организации, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки, должен вестись в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом (включая период самостоятельной подготовки по индивидуальным планам спортивной подготовки для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса).

При включении в учебно-тренировочный процесс самостоятельной подготовки ее продолжительность составляет не менее 10% и не более 20% от общего количества часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом организации, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки.

17.2. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки устанавливается в часах и не должна превышать:

на этапе начальной подготовки – двух часов;

¹ с изменениями, внесенными приказом Минздрава России от 22.02.2022 № 106н (зарегистрирован Минюстом России 28.02.2022, регистрационный № 67554).

на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – трех часов;

на этапе совершенствования спортивного мастерства – четырех часов;

на этапе высшего спортивного мастерства – четырех часов.

При проведении более одного учебно-тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не должна составлять более восьми часов.

В часовой объем учебно-тренировочного занятия входят теоретические, практические, восстановительные, медико-биологические мероприятия, инструкторская и судейская практика.

17.3. Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки может осуществляться на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, а также на всех этапах спортивной подготовки в период проведения учебно-тренировочных мероприятий и участия в спортивных соревнованиях.

Приложение № 1
к федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта «спорт
слепых», утвержденному приказом
Минспорта России
от «30» *ноября* 2022 г. № 1100

Сроки реализации этапов спортивной подготовки, возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки

| Этапы спортивной подготовки | Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет) | Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку | Класс | Наполняемость (человек) |
|---|--|--|-------|-------------------------|
| Для спортивных дисциплин «армрестлинг», «борьба», «боулинг» | | | | |
| Этап начальной подготовки | не ограничивается | 10 | B3 | 6 |
| | | | B2 | 4 |
| | | | B1 | 3 |
| Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) | не ограничивается | 12 | B3 | 4 |
| | | | B2 | 3 |
| | | | B1 | 2 |
| Этап совершенствования спортивного мастерства | не ограничивается | 14 | B3 | 2 |
| | | | B2 | 2 |
| | | | B1 | 1 |
| Этап высшего спортивного мастерства | не ограничивается | 16 | B3 | 1 |
| | | | B2 | 1 |
| | | | B1 | 1 |
| Для спортивной дисциплины «биатлон» | | | | |
| Этап начальной подготовки | не ограничивается | 9 | B3 | 6 |
| | | | B2 | 6 |
| | | | B1 | 2 |
| Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) | не ограничивается | 11 | B3 | 4 |
| | | | B2 | 3 |
| | | | B1 | 1 |
| Этап совершенствования спортивного мастерства | не ограничивается | 15 | B3 | 2 |
| | | | B2 | 2 |
| | | | B1 | 1 |
| Этап высшего спортивного мастерства | не ограничивается | 16 | B3 | 2 |
| | | | B2 | 2 |
| | | | B1 | 1 |
| Для спортивной дисциплины «велоспорт-тандем» | | | | |
| Этап начальной подготовки | не ограничивается | 10 | B3 | 6 |
| | | | B2 | 4 |
| | | | B1 | 1 |
| Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) | не ограничивается | 13 | B3 | 4 |
| | | | B2 | 2 |
| | | | B1 | 1 |

| | | | | |
|---|-------------------|----|----|---|
| Этап совершенствования спортивного мастерства | не ограничивается | 16 | B3 | 4 |
| | | | B2 | 1 |
| | | | B1 | 1 |
| Этап высшего спортивного мастерства | не ограничивается | 18 | B3 | 2 |
| | | | B2 | 1 |
| | | | B1 | 1 |
| Для спортивных дисциплин «голбол», «торбол», «футбол» | | | | |
| Этап начальной подготовки | не ограничивается | 9 | B3 | 6 |
| | | | B2 | 4 |
| | | | B1 | 3 |
| Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) | не ограничивается | 11 | B3 | 4 |
| | | | B2 | 3 |
| | | | B1 | 2 |
| Этап совершенствования спортивного мастерства | не ограничивается | 13 | B3 | 2 |
| | | | B2 | 2 |
| | | | B1 | 1 |
| Этап высшего спортивного мастерства | не ограничивается | 15 | B3 | 1 |
| | | | B2 | 1 |
| | | | B1 | 1 |
| Для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт» | | | | |
| Этап начальной подготовки | не ограничивается | 8 | B3 | 4 |
| | | | B2 | 3 |
| | | | B1 | 2 |
| Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) | не ограничивается | 10 | B3 | 4 |
| | | | B2 | 3 |
| | | | B1 | 2 |
| Этап совершенствования спортивного мастерства | не ограничивается | 14 | B3 | 2 |
| | | | B2 | 2 |
| | | | B1 | 1 |
| Этап высшего спортивного мастерства | не ограничивается | 15 | B3 | 1 |
| | | | B2 | 1 |
| | | | B1 | 1 |
| Для спортивной дисциплины «дзюдо» | | | | |
| Этап начальной подготовки | не ограничивается | 7 | J2 | 4 |
| | | | J1 | 2 |
| Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) | не ограничивается | 11 | J2 | 2 |
| | | | J1 | 1 |
| Этап совершенствования спортивного мастерства | не ограничивается | 14 | J2 | 1 |
| | | | J1 | 1 |
| Этап высшего спортивного мастерства | не ограничивается | 16 | J2 | 1 |
| | | | J1 | 1 |
| Для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции», «легкая атлетика - метания», «легкая атлетика - прыжки» | | | | |
| Этап начальной подготовки | не ограничивается | 9 | B3 | 5 |
| | | | B2 | 4 |
| | | | B1 | 2 |
| Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) | не ограничивается | 11 | B3 | 3 |
| | | | B2 | 2 |
| | | | B1 | 2 |

| | | | | |
|---|-------------------|----|----|---|
| Этап совершенствования спортивного мастерства | не ограничивается | 14 | B3 | 3 |
| | | | B2 | 1 |
| | | | B1 | 1 |
| Этап высшего спортивного мастерства | не ограничивается | 15 | B3 | 2 |
| | | | B2 | 1 |
| | | | B1 | 1 |
| Для спортивной дисциплины «лыжные гонки» | | | | |
| Этап начальной подготовки | не ограничивается | 9 | B3 | 6 |
| | | | B2 | 4 |
| | | | B1 | 1 |
| Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) | не ограничивается | 11 | B3 | 2 |
| | | | B2 | 2 |
| | | | B1 | 1 |
| Этап совершенствования спортивного мастерства | не ограничивается | 15 | B3 | 2 |
| | | | B2 | 1 |
| | | | B1 | 1 |
| Этап высшего спортивного мастерства | не ограничивается | 16 | B3 | 2 |
| | | | B2 | 1 |
| | | | B1 | 1 |
| Для спортивной дисциплины «настольный теннис» | | | | |
| Этап начальной подготовки | не ограничивается | 7 | B3 | 5 |
| | | | B2 | 5 |
| | | | B1 | 2 |
| Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) | не ограничивается | 9 | B3 | 3 |
| | | | B2 | 3 |
| | | | B1 | 1 |
| Этап совершенствования спортивного мастерства | не ограничивается | 12 | B3 | 2 |
| | | | B2 | 2 |
| | | | B1 | 1 |
| Этап высшего спортивного мастерства | не ограничивается | 14 | B3 | 1 |
| | | | B2 | 1 |
| | | | B1 | 1 |
| Для спортивной дисциплины «пауэрлифтинг» | | | | |
| Этап начальной подготовки | не ограничивается | 10 | B3 | 4 |
| | | | B2 | 3 |
| | | | B1 | 2 |
| Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) | не ограничивается | 12 | B3 | 3 |
| | | | B2 | 2 |
| | | | B1 | 1 |
| Этап совершенствования спортивного мастерства | не ограничивается | 14 | B3 | 2 |
| | | | B2 | 2 |
| | | | B1 | 1 |
| Этап высшего спортивного мастерства | не ограничивается | 16 | B3 | 1 |
| | | | B2 | 1 |
| | | | B1 | 1 |
| Для спортивной дисциплины «плавание» | | | | |
| Этап начальной подготовки | не ограничивается | 7 | B3 | 4 |
| | | | B2 | 3 |
| | | | B1 | 2 |

| | | | | |
|--|-------------------|----|----|---|
| Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) | не ограничивается | 9 | B3 | 3 |
| | | | B2 | 2 |
| | | | B1 | 1 |
| Этап совершенствования спортивного мастерства | не ограничивается | 12 | B3 | 2 |
| | | | B2 | 2 |
| | | | B1 | 1 |
| Этап высшего спортивного мастерства | не ограничивается | 14 | B3 | 1 |
| | | | B2 | 1 |
| | | | B1 | 1 |
| Для спортивных дисциплин «пулевая стрельба», «спортивный туризм» | | | | |
| Этап начальной подготовки | не ограничивается | 9 | B3 | 6 |
| | | | B2 | 4 |
| | | | B1 | 3 |
| Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) | не ограничивается | 11 | B3 | 4 |
| | | | B2 | 3 |
| | | | B1 | 2 |
| Этап совершенствования спортивного мастерства | не ограничивается | 16 | B3 | 2 |
| | | | B2 | 2 |
| | | | B1 | 1 |
| Этап высшего спортивного мастерства | не ограничивается | 18 | B3 | 1 |
| | | | B2 | 1 |
| | | | B1 | 1 |
| Для спортивной дисциплины «самбо» | | | | |
| Этап начальной подготовки | не ограничивается | 10 | B3 | 6 |
| | | | B2 | 4 |
| | | | B1 | 2 |
| Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) | не ограничивается | 12 | B3 | 4 |
| | | | B2 | 3 |
| | | | B1 | 2 |
| Этап совершенствования спортивного мастерства | не ограничивается | 14 | B3 | 2 |
| | | | B2 | 2 |
| | | | B1 | 1 |
| Этап высшего спортивного мастерства | не ограничивается | 16 | B3 | 1 |
| | | | B2 | 1 |
| | | | B1 | 1 |
| Для спортивной дисциплины «триатлон» | | | | |
| Этап начальной подготовки | не ограничивается | 9 | B3 | 6 |
| | | | B2 | 4 |
| | | | B1 | 2 |
| Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) | не ограничивается | 11 | B3 | 3 |
| | | | B2 | 2 |
| | | | B1 | 1 |
| Этап совершенствования спортивного мастерства | не ограничивается | 14 | B3 | 2 |
| | | | B2 | 2 |
| | | | B1 | 1 |
| Этап высшего спортивного мастерства | не ограничивается | 16 | B3 | 2 |
| | | | B2 | 1 |
| | | | B1 | 1 |

| Для спортивных дисциплин «шахматы», «шашки» | | | | |
|---|-------------------|----|----|---|
| Этап начальной подготовки | не ограничивается | 6 | B3 | 6 |
| | | | B2 | 4 |
| | | | B1 | 3 |
| Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) | не ограничивается | 8 | B3 | 4 |
| | | | B2 | 3 |
| | | | B1 | 2 |
| Этап совершенствования спортивного мастерства | не ограничивается | 13 | B3 | 2 |
| | | | B2 | 2 |
| | | | B1 | 1 |
| Этап высшего спортивного мастерства | не ограничивается | 15 | B3 | 1 |
| | | | B2 | 1 |
| | | | B1 | 1 |

Приложение № 2
к федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта «спорт
слепых», утвержденному приказом
Минспорта России
от «20» ноября 2022 г. № 1100

**Классы лиц, проходящих спортивную подготовку по виду спорта
«спорт слепых»**

| Спортивный класс | Степень ограничения функциональных возможностей |
|------------------|---|
| B1 | Полная потеря зрения |
| B2 | Тяжелое нарушение зрения |
| B3 | Выраженное нарушение зрения |
| «J1» | Полная потеря зрения |
| «J2» | Тяжелое и (или) выраженное нарушение зрения |

Приложение № 3
к федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта «спорт
слепых», утвержденному приказом
Минспорта России
от «30» каждого 2022 г. № 1100

Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

| Этапный норматив | Этапы и годы спортивной подготовки | | | | | |
|--|------------------------------------|------------|---|------------|--|--|
| | Этап начальной подготовки | | Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) | | Этап совершенствования спортивного мастерства | Этап высшего спортивного мастерства |
| | До года | Свыше года | До года | Свыше года | | |
| Для спортивной дисциплины «армрестлинг» | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 4,5-6 | 8-10 | 10-12 | 12-16 | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки |
| Общее количество часов в год | 234-312 | 416-520 | 520-624 | 624-832 | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки |
| Для спортивных дисциплин «биатлон», «горнолыжный спорт», «лыжные гонки» | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 4-6 | 6-8 | 8-10 | 10-12 | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки |
| Общее количество часов в год | 208-312 | 312-416 | 416-520 | 520-624 | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки |
| Для спортивных дисциплин «борьба», «дзюдо», «самбо» | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 4,5-6 | 6-9 | 9-11 | 11-14 | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки |
| Общее количество часов в год | 234-312 | 312-468 | 468-572 | 572-728 | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки |

| Для спортивных дисциплин «боулинг», «настольный теннис» | | | | | | |
|---|---------|---------|---------|---------|--|--|
| Количество часов в неделю | 4,5-6 | 6-9 | 9-10 | 10-12 | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки |
| Общее количество часов в год | 234-312 | 312-468 | 468-520 | 520-624 | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки |
| Для спортивной дисциплины «велоспорт-тандем» | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 4,5-6 | 6-9 | 9-10 | 12-14 | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки |
| Общее количество часов в год | 234-312 | 312-468 | 468-520 | 624-728 | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки |
| Для спортивных дисциплин «голбол», «торбол» | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 4,5-6 | 6-9 | 9-10 | 10-16 | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки |
| Общее количество часов в год | 234-312 | 312-468 | 468-520 | 520-832 | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки |
| Для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции», «легкая атлетика - метания», «легкая атлетика - прыжки» | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 3-6 | 4-6 | 6-12 | 12-16 | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки |
| Общее количество часов в год | 156-312 | 208-312 | 312-624 | 624-832 | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки |
| Для спортивной дисциплины «спортивный туризм» | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 3-4 | 4-6 | 6-8 | 10-12 | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки |

| | | | | | | |
|--|---------|---------|---------|---------|--|--|
| Общее количество часов в год | 156-208 | 208-312 | 312-416 | 520-624 | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки |
| Для спортивной дисциплины «пауэрлифтинг» | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 6-8 | 8-10 | 10-12 | 12-14 | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки |
| Общее количество часов в год | 312-416 | 416-520 | 520-624 | 624-728 | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки |
| Для спортивной дисциплины «плавание» (мужчины, класс «В1») | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 5-6 | 6-8 | 8-10 | 10-12 | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки |
| Общее количество часов в год | 260-312 | 312-416 | 416-520 | 520-624 | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки |
| Для спортивной дисциплины «плавание» (класс «В2», «В3») | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 6-8 | 8-9 | 10-12 | 12-14 | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки |
| Общее количество часов в год | 312-416 | 416-468 | 520-624 | 624-728 | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки |
| Для спортивной дисциплины «плавание» (женщины, класс «В1») | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 4,5-5 | 5-6 | 6-7 | 9-11 | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки |
| Общее количество часов в год | 234-260 | 260-312 | 312-364 | 468-572 | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки |

| Для спортивной дисциплины «пулевая стрельба» | | | | | | |
|--|---------|---------|---------|---------|--|--|
| Количество часов в неделю | 4,5-6 | 6-9 | 10-12 | 12-14 | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки |
| Общее количество часов в год | 234-312 | 312-468 | 520-624 | 624-728 | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки |
| Для спортивной дисциплины «триатлон» | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 4,5-6 | 6-9 | 10-12 | 12-16 | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки |
| Общее количество часов в год | 234-312 | 312-468 | 520-624 | 624-832 | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки |
| Для спортивной дисциплины «футбол» | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 4,5-6 | 6-9 | 10-12 | 12-16 | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки |
| Общее количество часов в год | 234-312 | 312-468 | 520-624 | 624-832 | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки |
| Для спортивных дисциплин «шахматы», «шашки» | | | | | | |
| Количество часов в неделю | 4,5-6 | 6-9 | 10-12 | 12-14 | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки |
| Общее количество часов в год | 234-312 | 312-468 | 520-624 | 624-728 | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки | выполнение индивидуального плана спортивной подготовки |

Приложение № 4
к федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта «спорт
слепых», утвержденному приказом
Минспорта России
от «30» ноября 2022 г. № 1100

Учебно-тренировочные мероприятия

| № п/п | Виды учебно-тренировочных мероприятий | Предельная продолжительность учебно-тренировочных мероприятий по этапам спортивной подготовки (количество суток) (без учета времени следования к месту проведения учебно-тренировочных мероприятий и обратно) | | | |
|---|---|---|---|---|-------------------------------------|
| | | Этап начальной подготовки | Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) | Этап совершенствования спортивного мастерства | Этап высшего спортивного мастерства |
| 1. Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям | | | | | |
| 1.1. | Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к международным спортивным соревнованиям | - | - | 21 | 21 |
| 1.2. | Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к чемпионатам России, кубкам России, первенствам России | - | 14 | 18 | 21 |
| 1.3. | Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к другим всероссийским спортивным соревнованиям | - | 14 | 18 | 18 |
| 1.4. | Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к официальным спортивным соревнованиям субъекта Российской Федерации | - | 14 | 14 | 14 |

| 2. Специальные учебно-тренировочные мероприятия | | | | | |
|---|---|---|-------------|-------------------------------------|----|
| 2.1. | Учебно-тренировочные мероприятия по общей и (или) специальной физической подготовке | - | 14 | 18 | 18 |
| 2.2. | Восстановительные мероприятия | - | - | До 10 суток | |
| 2.3. | Мероприятия для комплексного медицинского обследования | - | - | До 3 суток, но не более 2 раз в год | |
| 2.4. | Учебно-тренировочные мероприятия в каникулярный период | До 21 суток подряд и не более двух учебно-тренировочных мероприятий в год | | - | - |
| 2.5. | Просмотровые учебно-тренировочные мероприятия | - | До 60 суток | | |

Приложение № 5
к федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта «спорт
слепых», утвержденному приказом
Минспорта России
от «30» ноября 2022 г. № 1100

Объем соревновательной деятельности

| Виды спортивных соревнований | Этапы спортивной подготовки | | | |
|--|-----------------------------|---|---|-------------------------------------|
| | Этап начальной подготовки | Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) | Этап совершенствования спортивного мастерства | Этап высшего спортивного мастерства |
| Для спортивных дисциплин «армрестлинг», «биатлон», «лыжные гонки» | | | | |
| Контрольные | 1 | 1 | 2 | 5 |
| Отборочные | - | 3 | 3 | 4 |
| Основные | - | 1 | 2 | 4 |
| Для спортивной дисциплины «борьба» | | | | |
| Контрольные | 5 | 2 | 4 | 5 |
| Отборочные | - | 3 | 4 | 5 |
| Основные | - | 6 | 8 | 9 |
| Для спортивной дисциплины «боулинг» | | | | |
| Контрольные | 5 | 2 | 4 | 5 |
| Отборочные | - | 3 | 4 | 5 |
| Основные | - | 6 | 6 | 8 |
| Для спортивной дисциплины «велоспорт-тандем» | | | | |
| Контрольные | 5 | 15 | 15 | 10 |
| Отборочные | - | 5 | 10 | 10 |
| Основные | - | 3 | 5 | 10 |
| Для спортивных дисциплин «гольф», «торбол», «настольный теннис» | | | | |
| Контрольные | 3 | 4 | 4 | 5 |
| Отборочные | - | 1 | 1 | 2 |
| Основные | - | 1 | 2 | 2 |
| Для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт» | | | | |
| Контрольные | 1 | 1 | 3 | 3 |
| Отборочные | - | 1 | 2 | 3 |
| Основные | - | 1 | 2 | 8 |
| Для спортивных дисциплин «дзюдо», «самбо» | | | | |
| Контрольные | 1 | 2 | 2 | 2 |
| Отборочные | - | 1 | 2 | 2 |
| Основные | - | 1 | 2 | 3 |
| Для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции», «легкая атлетика - метания», «легкая атлетика - прыжки» | | | | |
| Контрольные | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Отборочные | - | 3 | 4 | 4 |
| Основные | - | 2 | 3 | 3 |

| Для спортивной дисциплины «пауэрлифтинг» | | | | |
|--|---|---|----|----|
| Контрольные | 1 | 1 | 2 | 2 |
| Отборочные | - | 1 | 1 | 2 |
| Основные | - | 1 | 2 | 3 |
| Для спортивной дисциплины «плавание» | | | | |
| Контрольные | 3 | 3 | 3 | 3 |
| Отборочные | - | 2 | 2 | 2 |
| Основные | - | 1 | 1 | 2 |
| Для спортивных дисциплин «пулевая стрельба», «спортивный туризм» | | | | |
| Контрольные | 1 | 1 | 2 | 3 |
| Отборочные | - | 1 | 2 | 3 |
| Основные | - | 2 | 5 | 10 |
| Для спортивной дисциплины «триатлон» | | | | |
| Контрольные | 1 | 1 | 2 | 3 |
| Отборочные | - | 1 | 1 | 2 |
| Основные | - | 1 | 1 | 2 |
| Для спортивной дисциплины «футбол» | | | | |
| Контрольные | 4 | 5 | 10 | 10 |
| Отборочные | - | 2 | 2 | 2 |
| Основные | - | 2 | 4 | 6 |
| Для спортивных дисциплин «шахматы», «шашки» | | | | |
| Контрольные | 1 | 1 | 2 | 3 |
| Отборочные | - | 1 | 2 | 3 |
| Основные | - | 2 | 5 | 9 |

Приложение № 6
к федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта «спорт
слепых», утвержденному приказом
Минспорта России
от «30» июля 2022 г. № 1100

**Соотношение видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре
учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки**

| № п/п | Виды спортивной подготовки и иные мероприятия | Этапы и годы спортивной подготовки | | | |
|---|--|------------------------------------|--|--|---|
| | | Этап начальной подготовки | Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации) | Этап совершенствования спортивного мастерства | Этап высшего спортивного мастерства |
| Для спортивной дисциплины «армрестлинг» | | | | | |
| 1. | Общая физическая подготовка (%) | 45-65 | 20-35 | 22-28 | 20-25 |
| 2. | Специальная физическая подготовка (%) | 15-20 | 26-35 | 28-35 | 28-35 |
| 3. | Участие в спортивных соревнованиях (%) | - | 1-3 | 3-7 | 5-9 |
| 4. | Техническая подготовка (%) | 10-13 | 24-33 | 24-30 | 18-24 |
| 5. | Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%) | 2-8 | 7-10 | 7-10 | 7-10 |
| 6. | Инструкторская и судейская практика (%) | - | 1-2 | 3-5 | 5-7 |
| 7. | Медицинские, медико- биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%) | 4-8 | 4-8 | 4-6 | 4-8 |
| 8. | Интегральная подготовка (%) | 1-4 | 3-6 | 4-6 | 4-6 |
| Для спортивных дисциплин «биатлон», «лыжные гонки» | | | | | |
| 1. | Общая физическая подготовка (%) | 55-61 | 25-30 | 15-23 | 15-23 |
| 2. | Специальная физическая подготовка (%) | 20-22 | 20-25 | 25-32 | 25-27 |

| | | | | | |
|-------------------------------------|---|-------|-------|-------|-------|
| 3. | Участие в спортивных соревнованиях (%) | - | 10-12 | 3-7 | 5-9 |
| 4. | Техническая подготовка (%) | 10-13 | 20-30 | 25-30 | 25-30 |
| 5. | Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%) | 1-4 | 5-12 | 8-16 | 8-16 |
| 6. | Инструкторская и судейская практика (%) | - | 1-2 | 2-3 | 2-3 |
| 7. | Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%) | 3-8 | 4-8 | 4-8 | 4-8 |
| 8. | Интегральная подготовка (%) | 1-4 | 3-6 | 4-8 | 6-10 |
| Для спортивной дисциплины «борьба» | | | | | |
| 1. | Общая физическая подготовка (%) | 60-78 | 14-18 | 12-15 | 12-15 |
| 2. | Специальная физическая подготовка (%) | 8-11 | 17-21 | 19-21 | 19-23 |
| 3. | Участие в спортивных соревнованиях (%) | - | 5-7 | 7-9 | 7-10 |
| 4. | Техническая подготовка (%) | 9-12 | 38-42 | 35-42 | 35-44 |
| 5. | Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%) | 2-5 | 7-10 | 7-10 | 7-10 |
| 6. | Инструкторская и судейская практика (%) | - | 1-2 | 2-3 | 2-3 |
| 7. | Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%) | 3-8 | 4-8 | 4-8 | 4-8 |
| 8. | Интегральная подготовка (%) | 1-2 | 1-3 | 2-4 | 4-7 |
| Для спортивной дисциплины «боулинг» | | | | | |
| 1. | Общая физическая подготовка (%) | 65-75 | 18-20 | 15-18 | 13-15 |

| | | | | | |
|---|---|-------|-------|-------|-------|
| 2. | Специальная физическая подготовка (%) | 12-18 | 21-23 | 20-24 | 20-23 |
| 3. | Участие в спортивных соревнованиях (%) | - | 5-7 | 7-9 | 7-10 |
| 4. | Техническая подготовка (%) | 10-14 | 35-45 | 35-45 | 35-45 |
| 5. | Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%) | 1-4 | 8-11 | 8-13 | 8-11 |
| 6. | Инструкторская и судейская практика (%) | - | 1-2 | 2-3 | 2-3 |
| 7. | Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%) | 3-8 | 4-8 | 4-8 | 4-8 |
| 8. | Интегральная подготовка (%) | 1-2 | 1-3 | 2-4 | 2-4 |
| Для спортивной дисциплины «велоспорт-тандем» | | | | | |
| 1. | Общая физическая подготовка (%) | 40-45 | 20-30 | 5-15 | 5-10 |
| 2. | Специальная физическая подготовка (%) | 30-35 | 35-40 | 40-50 | 45-50 |
| 3. | Участие в спортивных соревнованиях (%) | - | 5-7 | 7-9 | 7-10 |
| 4. | Техническая подготовка (%) | 10-15 | 5-10 | 1-3 | 1-3 |
| 5. | Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%) | 9-13 | 15-18 | 20-25 | 20-25 |
| 6. | Инструкторская и судейская практика (%) | - | 1-2 | 2-3 | 2-3 |
| 7. | Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%) | 3-5 | 4-8 | 4-8 | 4-8 |
| 8. | Интегральная подготовка (%) | 1-2 | 5-7 | 5-7 | 7-10 |

| Для спортивных дисциплин «голбол», «торбол» | | | | | |
|---|---|-------|-------|-------|-------|
| 1. | Общая физическая подготовка (%) | 51-60 | 25-30 | 20-25 | 15-20 |
| 2. | Специальная физическая подготовка (%) | 10-15 | 20-25 | 20-25 | 15-20 |
| 3. | Участие в спортивных соревнованиях (%) | - | 5-7 | 7-9 | 10-15 |
| 4. | Техническая подготовка (%) | 15-25 | 25-35 | 25-35 | 25-35 |
| 5. | Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%) | 7-9 | 10-15 | 10-20 | 10-20 |
| 6. | Инструкторская и судейская практика (%) | - | 1-2 | 2-3 | 2-3 |
| 7. | Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%) | 3-5 | 4-8 | 4-8 | 4-8 |
| 8. | Интегральная подготовка (%) | 2-3 | 2-3 | 4-5 | 10-15 |
| Для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт» | | | | | |
| 1. | Общая физическая подготовка (%) | 55-60 | 30-35 | 30-35 | 26-28 |
| 2. | Специальная физическая подготовка (%) | 8-12 | 8-12 | 8-12 | 8-12 |
| 3. | Участие в спортивных соревнованиях (%) | - | 1-5 | 3-7 | 5-9 |
| 4. | Техническая подготовка (%) | 17-20 | 40-46 | 35-40 | 28-32 |
| 5. | Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%) | 4-11 | 7-10 | 7-10 | 9-18 |
| 6. | Инструкторская и судейская практика (%) | - | 1-2 | 2-3 | 3-4 |
| 7. | Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, | 4-8 | 4-8 | 4-8 | 4-8 |

| | | | | | |
|---|---|-------|-------|-------|-------|
| | тестирование и контроль (%) | | | | |
| 8. | Интегральная подготовка (%) | 1-4 | 1-5 | 3-7 | 6-10 |
| Для спортивных дисциплин «дзюдо», «самбо» | | | | | |
| 1. | Общая физическая подготовка (%) | 30-40 | 15-20 | 13-17 | 10-15 |
| 2. | Специальная физическая подготовка (%) | 30-40 | 15-23 | 15-22 | 13-20 |
| 3. | Участие в спортивных соревнованиях (%) | - | 5-9 | 7-11 | 7-11 |
| 4. | Техническая подготовка (%) | 8-10 | 25-35 | 25-35 | 25-35 |
| 5. | Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%) | 8-10 | 25-35 | 25-30 | 25-35 |
| 6. | Инструкторская и судейская практика (%) | - | - | 1-2 | 1-2 |
| 7. | Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%) | 4-8 | 6-8 | 8-10 | 8-10 |
| 8. | Интегральная подготовка (%) | 1-4 | 6-8 | 6-8 | 8-10 |
| Для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании слова «легкая атлетика» | | | | | |
| 1. | Общая физическая подготовка (%) | 55-63 | 49-56 | 40-48 | 35-44 |
| 2. | Специальная физическая подготовка (%) | 26-30 | 32-46 | 32-46 | 23-48 |
| 3. | Участие в спортивных соревнованиях (%) | - | 1-5 | 4-5 | 5-6 |
| 4. | Техническая подготовка (%) | 3-7 | 1-5 | 4-6 | 5-6 |
| 5. | Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%) | 1-9 | 2-10 | 3-10 | 3-10 |
| 6. | Инструкторская и судейская практика (%) | - | 1-2 | 2-3 | 2-3 |

| | | | | | |
|--|---|-------|-------|-------|-------|
| 7. | Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%) | 1-2 | 1-2 | 2-3 | 4-5 |
| 8. | Интегральная подготовка (%) | 1-3 | 2-4 | 3-5 | 5-7 |
| Для спортивной дисциплины «настольный теннис» | | | | | |
| 1. | Общая физическая подготовка (%) | 50-56 | 16-20 | 15-20 | 9-14 |
| 2. | Специальная физическая подготовка (%) | 9-13 | 19-23 | 20-27 | 20-30 |
| 3. | Участие в спортивных соревнованиях (%) | - | 2-3 | 3-4 | 4-5 |
| 4. | Техническая подготовка (%) | 17-21 | 25-29 | 25-30 | 25-30 |
| 5. | Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%) | 12-15 | 16-20 | 16-20 | 16-20 |
| 6. | Инструкторская и судейская практика (%) | - | 2-3 | 3-4 | 3-4 |
| 7. | Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%) | 1-2 | 2-5 | 6-9 | 6-9 |
| 8. | Интегральная подготовка (%) | 1-2 | 2-3 | 4-5 | 7-8 |
| Для спортивной дисциплины «пауэрлифтинг» | | | | | |
| 1. | Общая физическая подготовка (%) | 68-74 | 16-20 | 13-17 | 13-17 |
| 2. | Специальная физическая подготовка (%) | 9-13 | 19-23 | 23-33 | 23-33 |
| 3. | Участие в спортивных соревнованиях (%) | - | 4-7 | 8-10 | 8-10 |
| 4. | Техническая подготовка (%) | 10-14 | 40-44 | 40-44 | 40-45 |
| 5. | Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%) | 1-4 | 6-8 | 6-10 | 6-10 |

| | | | | | |
|---|---|-------|-------|-------|-------|
| 6. | Инструкторская и судейская практика (%) | - | 1-2 | 1-2 | 1-2 |
| 7. | Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%) | 1-2 | 2-3 | 2-3 | 2-3 |
| 8. | Интегральная подготовка (%) | 1-2 | 1-2 | 2-3 | 2-3 |
| Для спортивной дисциплины «плавание» (мужчины, класс «В1») | | | | | |
| 1. | Общая физическая подготовка (%) | 42-48 | 38-42 | 33-37 | 18-22 |
| 2. | Специальная физическая подготовка (%) | 12-20 | 22-25 | 26-30 | 41-45 |
| 3. | Участие в спортивных соревнованиях (%) | - | 1-2 | 2-3 | 2-3 |
| 4. | Техническая подготовка (%) | 26-30 | 23-27 | 20-24 | 18-22 |
| 5. | Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%) | 5-8 | 4-7 | 4-7 | 3-6 |
| 6. | Инструкторская и судейская практика (%) | - | 1-2 | 1-2 | 1-2 |
| 7. | Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%) | 3-4 | 3-4 | 3-4 | 3-4 |
| 8. | Интегральная подготовка (%) | - | 2-3 | 5-6 | 6-7 |
| Для спортивной дисциплины «плавание» (мужчины, класс «В2», «В3») | | | | | |
| 1. | Общая физическая подготовка (%) | 56-64 | 48-52 | 33-37 | 16-20 |
| 2. | Специальная физическая подготовка (%) | 6-9 | 13-17 | 26-30 | 40-44 |
| 3. | Участие в спортивных соревнованиях (%) | - | 2-3 | 4-5 | 6-7 |
| 4. | Техническая подготовка (%) | 22-26 | 20-24 | 12-22 | 16-20 |

| | | | | | |
|---|---|-------|-------|-------|-------|
| 5. | Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%) | 2-5 | 2-5 | 2-5 | 2-5 |
| 6. | Инструкторская и судейская практика (%) | - | | | |
| 7. | Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%) | 2-3 | 2-3 | 2-3 | 2-3 |
| 8. | Интегральная подготовка (%) | 1-2 | 2-3 | 5-7 | 8-10 |
| Для спортивной дисциплины «плавание» (женщины, класс «В1») | | | | | |
| 1. | Общая физическая подготовка (%) | 33-37 | 33-37 | 25-32 | 16-20 |
| 2. | Специальная физическая подготовка (%) | 18-22 | 24-28 | 30-35 | 43-47 |
| 3. | Участие в спортивных соревнованиях (%) | - | 1-2 | 2-3 | 2-3 |
| 4. | Техническая подготовка (%) | 30-34 | 24-28 | 20-24 | 18-22 |
| 5. | Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%) | 6-8 | 4-7 | 5-8 | 5-8 |
| 6. | Инструкторская и судейская практика (%) | - | 1-2 | 2-3 | 2-3 |
| 7. | Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%) | 3-4 | 3-4 | 3-4 | 3-4 |
| 8. | Интегральная подготовка (%) | 1-2 | 1-2 | 4-5 | 5-6 |
| Для спортивной дисциплины «плавание» (женщины, класс «В2», «В3») | | | | | |
| 1. | Общая физическая подготовка (%) | 33-37 | 33-37 | 28-32 | 16-20 |
| 2. | Специальная физическая подготовка (%) | 18-22 | 24-28 | 31-35 | 43-47 |

| | | | | | |
|--|---|-------|-------|-------|-------|
| 3. | Участие в спортивных соревнованиях (%) | - | 1-2 | 2-3 | 2-3 |
| 4. | Техническая подготовка (%) | 30-34 | 24-28 | 20-24 | 18-22 |
| 5. | Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%) | 6-9 | 4-7 | 5-8 | 5-8 |
| 6. | Инструкторская и судейская практика (%) | - | 1-2 | 1-2 | 1-2 |
| 7. | Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%) | 3-4 | 3-4 | 3-4 | 3-4 |
| 8. | Интегральная подготовка (%) | 1-2 | 1-2 | 4-5 | 5-6 |
| Для спортивной дисциплины «пулевая стрельба» | | | | | |
| 1. | Общая физическая подготовка (%) | 53-60 | 16-20 | 13-17 | 9-17 |
| 2. | Специальная физическая подготовка (%) | 13-20 | 16-20 | 15-21 | 15-22 |
| 3. | Участие в спортивных соревнованиях (%) | - | 6-7 | 8-9 | 8-10 |
| 4. | Техническая подготовка (%) | 10-15 | 40-54 | 40-54 | 45-55 |
| 5. | Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%) | 5-10 | 9-12 | 13-16 | 11-16 |
| 6. | Инструкторская и судейская практика (%) | - | 1-2 | 1-2 | 1-2 |
| 7. | Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%) | 1-2 | 1-2 | 1-2 | 1-2 |
| Для спортивной дисциплины «спортивный туризм» | | | | | |
| 1. | Общая физическая подготовка (%) | 55-63 | 55-65 | 55-62 | 50-60 |

| | | | | | |
|--------------------------------------|---|-------|-------|-------|-------|
| 2. | Специальная физическая подготовка (%) | 25-30 | 20-25 | 20-30 | 20-30 |
| 3. | Участие в спортивных соревнованиях (%) | - | 2-5 | 4-5 | 5-6 |
| 4. | Техническая подготовка (%) | 3-7 | 3-5 | 2-3 | 2-3 |
| 5. | Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%) | 7-14 | 7-16 | 7-16 | 7-16 |
| 6. | Инструкторская и судейская практика (%) | - | 1-2 | 1-2 | 1-2 |
| 7. | Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%) | 1-2 | 1-3 | 2-5 | 2-5 |
| 8. | Интегральная подготовка (%) | 1-2 | 1-2 | 4-5 | 5-6 |
| Для спортивной дисциплины «триатлон» | | | | | |
| 1. | Общая физическая подготовка (%) | 40-45 | 38-42 | 32-37 | 18-22 |
| 2. | Специальная физическая подготовка (%) | 12-17 | 20-25 | 25-28 | 40-45 |
| 3. | Участие в спортивных соревнованиях (%) | - | 1-2 | 2-3 | 2-3 |
| 4. | Техническая подготовка (%) | 25-30 | 20-25 | 20-25 | 18-23 |
| 5. | Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%) | 7-9 | 5-7 | 5-7 | 5-7 |
| 6. | Инструкторская и судейская практика (%) | - | 1-2 | 1-2 | 1-2 |
| 7. | Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%) | 3-5 | 3-5 | 3-5 | 3-5 |
| 8. | Интегральная подготовка (%) | 1-2 | 2-3 | 4-7 | 6-8 |

| Для спортивной дисциплины «футбол» | | | | | |
|---|---|-------|-------|-------|-------|
| 1. | Общая физическая подготовка (%) | 43-48 | 28-32 | 13-18 | 8-12 |
| 2. | Специальная физическая подготовка (%) | 3-8 | 8-12 | 18-23 | 22-28 |
| 3. | Участие в спортивных соревнованиях (%) | - | 8-12 | 8-12 | 8-12 |
| 4. | Техническая подготовка (%) | 3-8 | 8-12 | 12-18 | 18-23 |
| 5. | Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%) | 18-23 | 18-23 | 22-18 | 22-18 |
| 6. | Инструкторская и судейская практика (%) | - | 1-2 | 1-2 | 1-2 |
| 7. | Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%) | 3-6 | 3-6 | 8-12 | 8-12 |
| 8. | Интегральная подготовка (%) | 13-18 | 13-18 | 8-13 | 4-6 |
| Для спортивных дисциплин «шахматы», «шашки» | | | | | |
| 1. | Общая физическая подготовка (%) | 10-16 | 8-14 | 4-8 | 4-6 |
| 2. | Специальная физическая подготовка (%) | - | - | 4-6 | 4-6 |
| 3. | Участие в спортивных соревнованиях (%) | - | 2-3 | 3-5 | 5-7 |
| 4. | Техническая подготовка (%) | 25-29 | 27-28 | 27-32 | 27-34 |
| 5. | Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%) | 55-60 | 55-60 | 55-60 | 50-55 |
| 6. | Инструкторская и судейская практика (%) | - | 1-2 | 1-2 | 1-2 |
| 7. | Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%) | 1-2 | 1-2 | 1-2 | 1-2 |

Приложение № 7
к федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта «спорт
слепых», утвержденному приказом
Минспорта России
от «30» ноября 2022 г. № 1100

**Нормативы общей физической подготовки для зачисления и перевода на этап
начальной подготовки по виду спорта «спорт слепых»**

| № п/п | Упражнение | Единица измерения | Норматив | |
|---|--|----------------------|-------------------|---------|
| | | | юноши | девушки |
| Для спортивной дисциплины «армрестлинг» | | | | |
| 1. | Бег на 30 м | с | без учета времени | |
| 2. | Подтягивание из виса на высокой перекладине | количество раз | не менее | |
| | | | 4 | - |
| 3. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | - | 6 |
| 4. | Прыжок в длину с места (в координации) | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| Для спортивной дисциплины «биатлон» (класс «B1») | | | | |
| 1. | Бег на 15 м | с | без учета времени | |
| 2. | Челночный бег 3x10 м | с | без учета времени | |
| 3. | Бег на 400 м | мин, с | без учета времени | |
| 4. | Подтягивание из виса на высокой перекладине | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| 5. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 5 | |
| 6. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | 5 | |
| 7. | Прыжок в длину с места (в координации) | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| 8. | Прыжок вверх с места (в координации) | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| Для спортивной дисциплины «биатлон» (класс «B2», «B3») | | | | |
| 1. | Бег на 30 м | с | без учета времени | |
| 2. | Челночный бег 3x10 м | с | без учета времени | |
| 3. | Бег на 400 м | мин, с | без учета времени | |
| 4. | Подтягивание из виса на высокой перекладине | количество раз | не менее | |
| | | | 3 | |
| 5. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 12 | |
| 6. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | |
| 7. | Прыжок в длину с места (в координации) | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| 8. | Прыжок вверх с места (в координации) | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |

| Для спортивной дисциплины «борьба» | | | | |
|---|--|----------------|-------------------|------|
| 1. | Бег на 30 м | с | без учета времени | - |
| 2. | Челночный бег 3x10 м | с | без учета времени | - |
| 3. | Бег на 400 м | мин, с | без учета времени | - |
| 4. | Подтягивание из виса на высокой перекладине | количество раз | не менее | |
| | | | 4 | - |
| 5. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 8 | - |
| 6. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | 8 | - |
| 7. | Прыжок в длину с места (в координации) | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | - |
| 8. | Прыжок вверх с места (в координации) | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | - |
| Для спортивной дисциплины «боулинг» | | | | |
| 1. | Бег на 60 м | с | без учета времени | |
| 2. | Бег на 300 м | мин, с | без учета времени | |
| 3. | Подтягивание из виса на высокой перекладине | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| 4. | Прыжок в длину с места (в координации) | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| 5. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | 12 | |
| Для спортивной дисциплины «велоспорт-тандем» (класс «В1») | | | | |
| 1. | Бег на 30 м | с | без учета времени | |
| 2. | Бег на 400 м | мин, с | без учета времени | |
| 3. | Подтягивание из виса на высокой перекладине | количество раз | не менее | |
| | | | 2 | - |
| 4. | Приседание | количество раз | не менее | |
| | | | 30 | 20 |
| 5. | Поднимание прямых ног из виса на гимнастической стенке | количество раз | не менее | |
| | | | 4 | |
| 6. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 8 | 6 |
| 7. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | 8 |
| 8. | Прыжок в длину с места (в координации) | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| 9. | Приседания (за 15 с) | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | 8 |
| Для спортивной дисциплины «велоспорт-тандем» (класс «В2», «В3») | | | | |
| 1. | Бег на 30 м | с | без учета времени | |
| 2. | Челночный бег 3x10 м | с | не более | |
| | | | 10,0 | 10,5 |
| 3. | Бег на 400 м | мин, с | без учета времени | |
| 4. | Подтягивание из виса на высокой перекладине | количество раз | не менее | |
| | | | 3 | - |

| | | | | |
|--|--|----------------|-------------------|------|
| 5. | Приседания | количество раз | не менее | |
| | | | 40 | 30 |
| 6. | Поднимание прямых ног из виса на гимнастической стенке | количество раз | не менее | |
| | | | 4 | |
| 7. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | 8 |
| 8. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | 12 | 10 |
| 9. | Прыжок в длину с места (в координации) | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| 10. | Приседания (за 15 с) | количество раз | не менее | |
| | | | 12 | 10 |
| Для спортивных дисциплин «голбол», «торбол» | | | | |
| 1. | Челночный бег 6х6 м (от ворот до 6 м линии, возвращение спиной к воротам) | с | не более | |
| | | | 35,0 | 40,0 |
| 2. | Передача мяча вокруг пояса (за 10 с) | количество раз | не менее | |
| | | | 4 | |
| 3. | «Группировка» лежа на боку касание локтями коленей (за 10 с) | количество раз | не менее | |
| | | | 5 | |
| 4. | Удержание мяча на вытянутой вперед руке | с | не менее | |
| | | | 3,0 | |
| 5. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее | |
| | | | 5 | |
| 6. | Выпады на правую, левую ногу, с обязательным касанием колена пола (за 1 мин) | количество раз | не менее | |
| | | | 20 | |
| 7. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | |
| Для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт» (класс «В1») | | | | |
| 1. | Бег на 15 м | с | без учета времени | |
| 2. | Челночный бег 3х10 м | с | без учета времени | |
| 3. | Бег на 400 м | мин, с | без учета времени | |
| 4. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 5 | |
| 5. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | 5 | |
| 6. | Прыжок в длину с места (в координации) | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| 7. | Прыжок вверх с места (в координации) | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| Для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт» (класс «В2», «В3») | | | | |
| 1. | Бег на 30 м | с | без учета времени | |
| 2. | Челночный бег 3х10 м | с | без учета времени | |
| 3. | Бег на 400 м | мин, с | без учета времени | |
| 4. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 8 | |
| 5. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | 5 | |

| | | | | |
|---|--|----------------|----------------------|----------------------|
| 6. | Прыжок в длину с места (в координации) | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| 7. | Прыжок вверх с места (в координации) | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| Для спортивной дисциплины «дзюдо», «самбо» | | | | |
| 1. | Стоя ровно на одной ноге, руки на поясе. Фиксация положения | с | не менее | |
| | | | 9,0 | 7,0 |
| 2. | Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу. Пальцами рук коснуться пола | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| 3. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 4 | |
| 4. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 80 | 60 |
| Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции» | | | | |
| 1. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 3 | |
| 2. | Бег на 600 м | мин, с | без учета времени | |
| 3. | Прыжок в длину с места (в координации) | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| 4. | Бег на 60 м | с | без учета времени | |
| Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - метания» | | | | |
| 1. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 3 | |
| 2. | Прыжок в длину с места (в координации) | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| 3. | Бег на 60 м | с | без учета времени | |
| 4. | Бросок ядра (2 кг) вперед двумя руками от груди | м, см | в координации | |
| Для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - прыжки» | | | | |
| 1. | Бег на 60 м | с | без учета времени | - |
| 2. | Бег на 150 м | с | без учета времени | - |
| 3. | Бег на 100 м | с | - | без учета времени |
| 4. | Прыжок в длину с места (в координации) | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| 5. | Бег на 30 м | с | без учета времени | |
| Для спортивной дисциплины «лыжные гонки» (класс «В1») | | | | |
| 1. | Бег на 15 м | с | без учета времени | |
| 2. | Челночный бег 3x10 м | с | без учета времени | |
| 3. | Бег на 400 м | мин, с | без учета времени | |
| 4. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 5 | |
| 5. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | 5 | |

| | | | | |
|--|---|----------------|-------------------|---|
| 6. | Прыжок в длину с места (в координации) | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| 7. | Прыжок вверх с места (в координации) | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| Для спортивной дисциплины «лыжные гонки» (класс «В2», «В3») | | | | |
| 1. | Бег на 30 м | с | без учета времени | |
| 2. | Челночный бег 3x10 м | с | без учета времени | |
| 3. | Бег на 400 м | мин, с | без учета времени | |
| 4. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 12 | |
| 5. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | |
| 6. | Прыжок в длину с места (в координации) | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| 7. | Прыжок вверх с места (в координации) | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| Для спортивной дисциплины «настольный теннис» (класс «В1») | | | | |
| 1. | Бег на 30 м | с | без учета времени | |
| 2. | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | количество раз | не менее | |
| | | | 8 | 5 |
| 3. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 3 | 2 |
| 4. | Приседание | количество раз | не менее | |
| | | | 5 | |
| Для спортивной дисциплины «настольный теннис» (класс «В2», «В3») | | | | |
| 1. | Бег на 30 м | с | без учета времени | |
| 2. | В положении стоя сгибание и разгибание рук с гантелей 1 кг от плеча | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | |
| 3. | Жим гантелей (1 кг) в положении лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | 8 |
| 4. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 3 | |
| 5. | Приседание | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | |
| Для спортивной дисциплины «пауэрлифтинг» | | | | |
| 1. | Бег на 30 м | с | без учета времени | |
| 2. | Подтягивание из виса на высокой перекладине | количество раз | не менее | |
| | | | 2 | - |
| 3. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее | |
| | | | - | 4 |
| 4. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 6 | 3 |
| 5. | Прыжок в длину с места (в координации) | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| 6. | Прыжок вверх с места (в координации) | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| Для спортивной дисциплины «плавание» (класс «В1») | | | | |
| 1. | Жим гантелей (4 кг) в положении лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | 5 |

| | | | | |
|---|---|----------------|-------------------|-----|
| 2. | Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | количество раз | не менее | |
| | | | 3 | 2 |
| 3. | Прыжок в длину с места (в координации) | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| Для спортивной дисциплины «плавание» (класс «В2», «В3») | | | | |
| 1. | Бег на 800 м | мин, с | не более | |
| | | | 6.0 | 7.0 |
| 2. | Жим гантелей (4 кг) в положении лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | 8 |
| 3. | Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | количество раз | не менее | |
| | | | 4 | 5 |
| 4. | Прыжок в длину с места (в координации) | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| Для спортивной дисциплины «пулевая стрельба» | | | | |
| 1. | Челночный бег 3x10 м | с | без учета времени | |
| 2. | Удержание пистолета в позе изготовки | с | без учета времени | |
| 3. | Удержание винтовки в позе изготовки для стрельбы лежа | с | без учета времени | |
| 4. | Бег на 1000 м | мин, с | без учета времени | |
| 5. | Кистевая динамометрия | кг | не менее | |
| | | | 8 | 7 |
| 6. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 6 | 7 |
| 7. | Прыжок в длину с места (в координации) | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| 8. | Прыжок вверх с места (в координации) | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| Для спортивной дисциплины «спортивный туризм» | | | | |
| 1. | Бег на 300 м | мин, с | без учета времени | |
| 2. | Бег на 600 м | мин, с | без учета времени | |
| 3. | Прыжок в длину с места (в координации) | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| 4. | Бег на 60 м | с | без учета времени | |
| Для спортивной дисциплины «триатлон» | | | | |
| 1. | Бег на 30 м | с | без учета времени | |
| 2. | Прыжок в длину с места (в координации) | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| 3. | Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | количество раз | не менее | |
| | | | 3 | |
| 4. | Бег на 400 м | мин, с | без учета времени | |
| Для спортивной дисциплины «футбол» | | | | |
| 1. | Бег на 30 м | с | без учета времени | |
| 2. | Челночный бег 4x9 м | с | без учета времени | |
| 3. | Прыжок вверх на месте с хлопком и разведением ног | количество раз | не менее | |
| | | | 8 | |
| 4. | Бег на 400 м | мин, с | без учета времени | |
| 5. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | |

| | | | |
|---|--|----------------|-------------------|
| 6. | Сгибание и разгибание рук из упора лежа на полу | количество раз | не менее |
| | | | 15 |
| Для спортивных дисциплин «шахматы», «шашки» | | | |
| 1. | Бег на 30 м | с | без учета времени |
| 2. | Прыжок в длину с места (в координации) | количество раз | не менее |
| | | | 1 |
| 3. | Прыжок вверх с места (в координации) | количество раз | не менее |
| | | | 1 |

Приложение № 8
к федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта «спорт
слепых», утвержденному приказом
Минспорта России
от «30» июля 2022 г. № 1100

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

| № п/п | Упражнение | Единица измерения | Норматив | |
|---|---|----------------------|----------|---------|
| | | | юноши | девушки |
| Для спортивной дисциплины «армрестлинг» | | | | |
| 1. | Бег на 30 м | с | не более | |
| | | | 7,0 | 8,0 |
| 2. | Подтягивание из вися на высокой перекладине или подтягивание из вися лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее | |
| | | | 11 | 6 |
| 3. | Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях | количество раз | не менее | |
| | | | 5 | 10 |
| 4. | Поднимание ног до хвата руками из вися на гимнастической стенке | количество раз | не менее | |
| | | | 3 | - |
| 5. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 12 | |
| 6. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | 12 | |
| 7. | Подтягивание из вися на высокой перекладине (за 1 мин) | количество раз | не менее | |
| | | | 4 | - |
| Для спортивной дисциплины «биатлон» (класс «В1») | | | | |
| 1. | Бег на 30 м | с | не более | |
| | | | 8,0 | |
| 2. | Бег на 60 м | с | не более | |
| | | | 17,0 | |
| 3. | Челночный бег 3x10 м | с | не более | |
| | | | 15,0 | |
| 4. | Бег на 400 м | мин, с | не более | |
| | | | 3.0 | |
| 5. | Подтягивание из вися на высокой перекладине | количество раз | не менее | |
| | | | 2 | |
| 6. | Сгибание и разгибание рук из упора лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | |
| 7. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | 7 | |
| 8. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 100 | |

| | | | | |
|--|---|----------------|----------|---|
| 9. | Прыжок вверх с места | см | не менее | |
| | | | 25 | |
| Для спортивной дисциплины «биатлон» (класс «В2», «В3») | | | | |
| 1. | Бег на 30 м | с | не более | |
| | | | 6,0 | |
| 2. | Бег на 60 м | с | не более | |
| | | | 15,0 | |
| 3. | Челночный бег 3x10 м | с | не более | |
| | | | 15,0 | |
| 4. | Бег на 400 м | мин, с | не более | |
| | | | 3.0 | |
| 5. | Подтягивание из виса на высокой перекладине или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее | |
| | | | 3 | |
| 6. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 12 | |
| 7. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | 12 | |
| 8. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 120 | |
| 9. | Прыжок вверх с места | см | не менее | |
| | | | 35 | |
| Для спортивной дисциплины «борьба» | | | | |
| 1. | Бег на 30 м | с | не более | |
| | | | 5,2 | - |
| 2. | Челночный бег 3x10 м | с | не более | |
| | | | 15,0 | - |
| 3. | Бег на 1500 м | мин, с | не более | |
| | | | 7.0 | - |
| 4. | Подтягивание из виса на высокой перекладине | количество раз | не менее | |
| | | | 15 | - |
| 5. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | - |
| 6. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 130 | - |
| 7. | Подтягивание из виса на высокой перекладине (за 1 мин) | количество раз | не менее | |
| | | | 8 | - |
| 8. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (за 1 мин) | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | - |
| Для спортивной дисциплины «боулинг» | | | | |
| 1. | Бег на 30 м | с | не более | |
| | | | 7,0 | |
| 2. | Челночный бег 3x10 м | с | не более | |
| | | | 15,0 | |
| 3. | Бег на 400 м | мин, с | не более | |
| | | | 3.0 | |
| 4. | Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях | количество раз | не менее | |
| | | | 3 | |

| | | | | |
|--|--|----------------|-------------------|------|
| 5. | Подтягивание из вися на высокой перекладине или подтягивание из вися лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее | |
| | | | 5 | |
| 6. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | |
| 7. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 100 | |
| 8. | Подтягивание из вися на высокой перекладине или подтягивание из вися лежа на низкой перекладине 90 см (за 1 мин) | количество раз | не менее | |
| | | | 6 | |
| 9. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (за 1 мин) | количество раз | не менее | |
| | | | 6 | |
| Для спортивной дисциплины «велоспорт-тандем» (класс «В1») | | | | |
| 1. | Бег на 30 м | с | не более | |
| | | | 6,0 | 7,5 |
| 2. | Челночный бег 3x10 м | с | без учета времени | |
| 3. | Бег на 800 м | мин, с | без учета времени | |
| 4. | Сгибание и разгибание рук из вися на высокой перекладине | количество раз | не менее | |
| | | | 3 | - |
| 5. | Приседание | количество раз | не менее | |
| | | | 40 | 30 |
| 6. | Поднимание ног из вися на перекладине до прямого угла | количество раз | не менее | |
| | | | 5 | 3 |
| 7. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | 8 |
| 8. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | 12 | 10 |
| 9. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 130 | |
| Для спортивной дисциплины «велоспорт-тандем» (класс «В2», «В3») | | | | |
| 1. | Бег на 30 м | с | не более | |
| | | | 6,5 | |
| 2. | Челночный бег 3x10 м | с | не более | |
| | | | 9,8 | 10,0 |
| 3. | Бег на 800 м | мин, с | без учета времени | |
| 4. | Подтягивание из вися на высокой перекладине | количество раз | не менее | |
| | | | 8 | - |
| 5. | Подтягивание из вися лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее | |
| | | | - | 5 |
| 6. | Приседание | количество раз | не менее | |
| | | | 50 | 40 |
| 7. | Поднимание ног из вися на перекладине до прямого угла | количество раз | не менее | |
| | | | 8 | 5 |
| 8. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 15 | 10 |
| 9. | Поднимание туловища лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | 20 | 15 |

| | | | |
|--|--|----------------|------------------|
| 10. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее 130 |
| Для спортивных дисциплин «голбол», «торбол» | | | |
| 1. | Передача мяча в парах (расстояние между игроками 8 метров) (за 10 с) | количество раз | не менее 3 |
| 2. | Челночный бег 9х6х3 (от ворот до 9 м линии, возвращение спиной к воротам) (за 1 мин) | количество раз | не менее 2 |
| 3. | Передача мяча вокруг пояса (за 10 с) | количество раз | не менее 8 |
| 4. | Исходное положение – лежа на боку, коснуться локтями коленей (за 10 с) | количество раз | не менее 8 |
| 5. | Удержание мяча на вытянутой вперед руке | с | не менее 10,0 |
| 6. | Выпады на правую, левую ногу, с обязательным касанием колена пола (за 1 мин) | количество раз | не менее 20 |
| 7. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее 20 |
| Для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт» (класс «В1») | | | |
| 1. | Бег на 60 м | с | не более 17,0 |
| 2. | Челночный бег 3х10 м | с | не более 20,0 |
| 3. | Бег на 400 м | мин, с | не более 3,0 |
| 4. | Подтягивание из виса на высокой перекладине | количество раз | не менее 10 |
| 5. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее - |
| 6. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее 10 |
| 7. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее 7 |
| 8. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее 120 |
| 9. | Прыжок вверх с места | см | не менее 25 |
| 10. | Спуск прямо на склоне 350 м 10-12° в стойке скоростного спуска с преодолением бугров с учетом техники выполнения | количество раз | не менее 1 |
| 11. | Прохождение трассы слалом-гиганта 15-20 ворот на склоне 10-12° с учетом техники выполнения | количество раз | не менее 1 |
| Для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт» (класс «В2», «В3») | | | |
| 1. | Бег на 60 м | с | не более 17,0 |

| | | | | |
|--|--|----------------|--|-------------------|
| 2. | Челночный бег 3x10 м | с | не более 15,0 | |
| 3. | Бег на 400 м | мин, с | не более 2.0 | |
| 4. | Подтягивание из виса на высокой перекладине | количество раз | не менее 5 - | |
| 5. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее - 5 | |
| 6. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее 12 | |
| 7. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее 12 | |
| 8. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее 130 | |
| 9. | Прыжок вверх с места | см | не менее 35 | |
| 10. | Спуск прямо на склоне 350 м 10-12° в стойке скоростного спуска с преодолением бугров с учетом техники выполнения | количество раз | не менее 1 | |
| 11. | Прохождение трассы слалом-гиганта 15-20 ворот на склоне 10-12° с учетом техники выполнения | количество раз | не менее 1 | |
| <p>Для спортивных дисциплин «дзюдо» (класс «J1» мужчины «весовая категория 57 кг», «весовая категория 60 кг», «весовая категория 73 кг»; женщины «весовая категория 48 кг», «весовая категория 57 кг»), самбо (класс «B1», мужчины «весовая категория 57 кг», «весовая категория 62 кг», «весовая категория 68 кг», «весовая категория 74 кг»; женщины «весовая категория 48 кг», «весовая категория 52 кг», «весовая категория 56 кг», «весовая категория 64 кг»)</p> | | | | |
| 1. | Бег на 800 м | мин, с | без учета времени | - |
| 2. | Бег на 600 м | мин, с | - | без учета времени |
| 3. | Челночный бег 3x10 м | с | без учета времени | |
| 4. | Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу. Касание пола пальцами рук | количество раз | не менее 1 | |
| 5. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее 10 8 | |
| 6. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее 120 100 | |
| 7. | Подъем выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке | количество раз | не менее 8 - | |
| 8. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее - 8 | |
| 9. | Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | количество раз | не менее 10 8 | |
| <p>Для спортивных дисциплин «дзюдо» (класс «J1» мужчины «весовая категория 90 кг», «весовая категория 90+ кг»; женщины «весовая категория 70 кг», «весовая категория 70+ кг»), самбо (класс «B1», мужчины «весовая категория 90 кг», «весовая категория 100 кг»),</p> | | | | |

| «весовая категория 100+ кг»; женщины «весовая категория 72 кг», «весовая категория 80 кг», «весовая категория 80+ кг») | | | | |
|---|---|----------------|-------------------|-------------------|
| 1. | Бег на 800 м | мин, с | без учета времени | - |
| 2. | Бег на 600 м | мин, с | - | без учета времени |
| 3. | Челночный бег 3x10 м | с | без учета времени | |
| 4. | Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу. Касание пола пальцами рук | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| 5. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее | |
| | | | 8 | 7 |
| 6. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 130 | 90 |
| 7. | Поднимание согнутых в коленях ног из виса на гимнастической стенке | количество раз | не менее | |
| | | | 8 | - |
| 8. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | - | 7 |
| 9. | Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | количество раз | не менее | |
| | | | 8 | 7 |
| Для спортивных дисциплин «дзюдо» (класс «J2» мужчины «весовая категория 57 кг», «весовая категория 60 кг», «весовая категория 73 кг»; женщины «весовая категория 48 кг», «весовая категория 57 кг»), самбо (класс «B2», «B3», мужчины «весовая категория 57 кг», «весовая категория 62 кг», «весовая категория 68 кг», «весовая категория 74 кг»; женщины «весовая категория 48 кг», «весовая категория 52 кг», «весовая категория 56 кг», «весовая категория 64 кг») | | | | |
| 1. | Бег на 800 м | мин, с | без учета времени | - |
| 2. | Бег на 600 м | мин, с | - | без учета времени |
| 3. | Челночный бег 3x10 м | с | без учета времени | |
| 4. | Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу. Касание пола пальцами рук | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| 5. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее | |
| | | | 12 | 9 |
| 6. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 130 | 110 |
| 7. | Поднимание выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке | количество раз | не менее | |
| | | | 9 | - |
| 8. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | - | 9 |
| 9. | Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | количество раз | не менее | |
| | | | 12 | 9 |
| Для спортивных дисциплин «дзюдо» (класс «J2» мужчины «весовая категория 90 кг», «весовая категория 90+ кг»; женщины «весовая категория 70 кг», «весовая категория 70+ кг»), самбо (класс «B2», «B3», мужчины «весовая категория 90 кг», «весовая категория 100 кг», «весовая категория 100+ кг»; женщины «весовая категория 72 кг», «весовая категория 80 кг», «весовая категория 80+ кг») | | | | |

| | | | | |
|--|--|----------------|-------------------|-------------------|
| 1. | Бег на 800 м | мин, с | без учета времени | - |
| 2. | Бег на 600 м | мин, с | - | без учета времени |
| 3. | Челночный бег 3x10 м | с | без учета времени | |
| 4. | Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу. Касание пола пальцами рук | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| 5. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | 7 |
| 6. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 140 | 100 |
| 7. | Поднимание согнутых в коленях ног из виса на гимнастической стенке | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | - |
| 8. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | - | 8 |
| 9. | Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | 8 |
| Для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - прыжки» (класс «В1») | | | | |
| 1. | Бег на 30 м с ходу | с | не более | |
| | | | 4,8 | 5,4 |
| 2. | Бег на 60 м | с | не более | |
| | | | 9,3 | 13,0 |
| 3. | Бег на 150 м | с | не более | |
| | | | 23,5 | 35,0 |
| 4. | Бег на 300 м | мин, с | не более | |
| | | | 1.00 | 1.10 |
| 5. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 180 | 150 |
| Для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - прыжки» (класс «В2», «В3») | | | | |
| 1. | Бег на 30 м | с | не более | |
| | | | 5,6 | 6,5 |
| 2. | Бег на 30 м с ходу | с | не более | |
| | | | 4,5 | 5,2 |
| 3. | Бег на 60 м | с | не более | |
| | | | 9,0 | 10,5 |
| 4. | Бег на 150 м | с | не более | |
| | | | 22,8 | 32,0 |
| 5. | Бег на 300 м | мин, с | не более | |
| | | | 0.50 | 1.10 |
| 6. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 210 | 150 |
| Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции» (класс «В1») | | | | |
| 1. | Бег на 60 м | с | не более | |
| | | | 10,2 | 12,0 |

| | | | | |
|---|---|----------------|-------------------|------|
| 2. | Бег на 300 м | мин, с | не более | |
| | | | 1.05 | 1.13 |
| 3. | Бег на 800 м | мин, с | не более | |
| | | | 4.00 | 4.30 |
| 4. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 140 | |
| Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции» (класс «В2», «В3») | | | | |
| 1. | Бег на 60 м | с | не более | |
| | | | 10,0 | 11,0 |
| 2. | Бег на 300 м | мин, с | не более | |
| | | | 1.02 | 1.10 |
| 3. | Бег на 800 м | мин, с | не более | |
| | | | 4.00 | 4.40 |
| 4. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 160 | 180 |
| Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - метания» (класс «В1») | | | | |
| 1. | Подтягивание из виса на высокой перекладине | количество раз | не менее | |
| | | | 2 | |
| 2. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 160 | 150 |
| 3. | Бросок ядра (2 кг) вперед двумя руками от груди | м, см | не менее | |
| | | | 7,50 | 5,80 |
| 4. | Бросок ядра (2 кг) вперед двумя руками снизу | м, см | не менее | |
| | | | 9,50 | 7 |
| Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - метания» (класс «В2», «В3») | | | | |
| 1. | Подтягивание из виса на высокой перекладине | количество раз | не менее | |
| | | | 3 | 2 |
| 2. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 180 | 150 |
| 3. | Бег на 60 м | с | без учета времени | |
| 4. | Бросок ядра (2 кг) вперед двумя руками от груди | м, см | не менее | |
| | | | 7,80 | 6,00 |
| 5. | Бросок ядра (2 кг) вперед двумя руками снизу | м, см | не менее | |
| | | | 10,00 | 7,50 |
| Для спортивной дисциплины «лыжные гонки» (класс «В1») | | | | |
| 1. | Бег на 30 м | с | не более | |
| | | | 8,0 | |
| 2. | Бег на 60 м | с | не более | |
| | | | 17,0 | |
| 3. | Челночный бег 3x10 м | с | не более | |
| | | | 15,0 | |
| 4. | Бег на 400 м | мин, с | не более | |
| | | | 3.0 | |
| 5. | Подтягивание из виса на высокой перекладине | количество раз | не менее | |
| | | | 2 | - |
| 6. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее | |
| | | | - | 2 |
| 7. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | |

| | | | | |
|--|---|----------------|----------|----|
| 8. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | 7 | |
| 9. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 120 | |
| 10. | Прыжок вверх с места | см | не менее | |
| | | | 25 | |
| Для спортивной дисциплины «лыжные гонки» (класс «В2», «В3») | | | | |
| 1. | Бег на 30 м | с | не более | |
| | | | 6,0 | |
| 2. | Бег на 60 м | с | не более | |
| | | | 12,0 | |
| 3. | Челночный бег 3x10 м | с | не более | |
| | | | 15,0 | |
| 4. | Бег на 400 м | мин, с | не более | |
| | | | 2,0 | |
| 5. | Подтягивание из виса на высокой перекладине | количество раз | не менее | |
| | | | 3 | |
| 6. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее | |
| | | | 3 | |
| 7. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 12 | |
| 8. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | 12 | |
| 9. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 130 | |
| 10. | Прыжок вверх с места | см | не менее | |
| | | | 35 | |
| Для спортивной дисциплины «настольный теннис» (класс «В1») | | | | |
| 1. | Бег на 30 м | с | не более | |
| | | | 8,0 | |
| 2. | В положении стоя сгибание и разгибание рук с гантелей 1 кг от плеча (в координации) | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| 3. | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | 7 |
| 4. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 5 | |
| 5. | Приседания | количество раз | не менее | |
| | | | 20 | |
| Для спортивной дисциплины «настольный теннис» (класс «В2», «В3») | | | | |
| 1. | Бег на 30 м | с | не более | |
| | | | 6,0 | |
| 2. | В положении стоя сгибание и разгибание рук с гантелей 1 кг от плеча (в координации) | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| 3. | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | количество раз | не менее | |
| | | | 14 | 10 |
| 4. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 7 | |

| | | | | |
|---|--|----------------|-------------------|------|
| 5. | Приседания | количество раз | не менее | |
| | | | 30 | 20 |
| Для спортивной дисциплины «пауэрлифтинг» | | | | |
| 1. | Бег на 30 м | с | не более | |
| | | | 8,0 | |
| 2. | Подтягивание из виса на высокой перекладине | количество раз | не менее | |
| | | | 5 | - |
| 3. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее | |
| | | | 12 | 7 |
| 4. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 12 | 7 |
| 5. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 120 | |
| Для спортивной дисциплины «плавание» (класс «В1») | | | | |
| 1. | Плавание 100 м | мин, с | без учета времени | |
| 2. | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 10 кг | количество раз | не менее | |
| | | | - | 10 |
| 3. | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 12 кг | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | - |
| 4. | Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | количество раз | не менее | |
| | | | 20 | 15 |
| 5. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 50 | 45 |
| Для спортивной дисциплины «плавание» (класс «В2», «В3») | | | | |
| 1. | Плавание 100 м | мин, с | без учета времени | |
| 2. | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 15 кг | количество раз | не менее | |
| | | | 14 | 10 |
| 3. | Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | количество раз | не менее | |
| | | | 15 | |
| 4. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 60 | 50 |
| Для спортивной дисциплины «пулевая стрельба» | | | | |
| 1. | Челночный бег 4x10 м | с | без учета времени | |
| 2. | Удержание пистолета в позе изготовки | мин, с | не менее | |
| | | | 2.0 | 1.30 |
| 3. | Удержание винтовки в позе изготовки для стрельбы лежа | мин, с | не менее | |
| | | | 18.0 | 15.0 |
| 4. | Бег на 1000 м | мин, с | не более | |
| | | | 6.0 | 7.0 |
| 5. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | 20 | 15 |
| 6. | Кистевая динамометрия | кг | не менее | |
| | | | 17 | 15 |
| 7. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 15 | 12 |
| 8. | Прыжок в длину с места (в координации) | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| 9. | Прыжок вверх с места (в координации) | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |

| Для спортивной дисциплины «спортивный туризм» (класс «В1») | | | |
|--|--|----------------|-------------------|
| 1. | Бег на 60 м | с | не более |
| | | | 12,0 13,0 |
| 2. | Бег на 300 м | мин, с | не более |
| | | | 1.02 1.23 |
| 3. | Бег на 600 м | мин, с | не более |
| | | | 2.50 3.50 |
| 4. | Бег на 1000 м | мин, с | не более |
| | | | 5.30 6.0 |
| 5. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее |
| | | | 190 160 |
| Для спортивной дисциплины «спортивный туризм» (класс «В2», «В3») | | | |
| 1. | Бег на 60 м | с | не более |
| | | | 12,0 13,0 |
| 2. | Бег на 300 м | мин, с | не более |
| | | | 1.08 1.20 |
| 3. | Бег на 600 м | мин, с | не более |
| | | | 2.35 3.25 |
| 4. | Бег на 1000 м | мин, с | не более |
| | | | 4.45 5.40 |
| 5. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее |
| | | | 200 170 |
| Для спортивной дисциплины «триатлон» (класс «В1») | | | |
| 1. | Бег на 60 м | с | не более |
| | | | 15,0 18,0 |
| 2. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее |
| | | | 80 60 |
| 3. | Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | количество раз | не менее |
| | | | 7 5 |
| 4. | Плавание 200 м | мин, с | без учета времени |
| Для спортивной дисциплины «триатлон» (класс «В2», «В3») | | | |
| 1. | Бег на 60 м | с | не более |
| | | | 12,0 15,0 |
| 2. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее |
| | | | 100 80 |
| 3. | Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | количество раз | не менее |
| | | | 10 7 |
| 4. | Плавание 200 м | мин, с | без учета времени |
| Для спортивной дисциплины «футбол» | | | |
| 1. | Бег на 30 м | с | не более |
| | | | 10,0 |
| 2. | Челночный бег 4х9 м | с | без учета времени |
| 3. | Прыжок вверх на месте с хлопком и разведением ног | количество раз | не менее |
| | | | 8 |
| 4. | Бег на 800 м | мин, с | без учета времени |
| 5. | Бросок набивного мяча 1 кг назад | м | не менее |
| | | | 5 |
| 6. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее |
| | | | 100 |

| Для спортивных дисциплин «шахматы», «шашки» | | | |
|--|---|---|------------------|
| 1. | Челночный бег 3x10 м | с | не более 15,0 |
| 2. | Бег на 400 м | мин, с | не более 8.0 |
| 3. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее 6 |
| 4. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее 6 |
| 5. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее 120 |
| 6. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (за 1 мин) | количество раз | не менее 4 |
| Уровень спортивной квалификации | | | |
| Для спортивных дисциплин «гольбол», «настольный теннис», «торбол», «футбол», «дзюдо», «самбо» | | | |
| 1. | Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет) | Не устанавливается | |
| 2. | Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет) | Спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд», «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд» | |
| Для спортивных дисциплин «армрестлинг», «биатлон», «борьба», «боулинг», «велоспорт-тандем», «горнолыжный спорт», «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции», «легкая атлетика - метание», «легкая атлетика - прыжки», «лыжные гонки», «пауэрлифтинг», «плавание», «пулевая стрельба», «спортивный туризм», «триатлон», «шахматы», «шашки» | | | |
| 1. | Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет) | Не устанавливается | |
| 2. | Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет) | Спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд», «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд» | |

Приложение № 9
к федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта «спорт
слепых», утвержденному приказом
Минспорта России
от «30» ноября 2022 г. № 1100

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

| № п/п | Упражнение | Единица измерения | Норматив | |
|---|--|----------------------|---|--|
| | | | юноши | девушки |
| Для спортивной дисциплины «армрестлинг» | | | | |
| 1. | Бег на 60 м | с | не более | |
| | | | 11,0 | 12,0 |
| 2. | Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | - |
| 3. | Лазанье по канату 4 м без помощи ног | количество раз | не менее | |
| | | | 2 | - |
| 4. | Кистевая динамометрия | кг, г | не менее | |
| | | | 50% от массы тела обучающегося | 30% от массы тела обучающегося |
| 5. | Жим штанги лежа на горизонтальной скамье | кг, г | не менее | |
| | | | вес штанги 80% от массы тела обучающегося | вес штанги 40% от массы тела обучающегося |
| 6. | Поднимание туловища, лежа на спине, ноги согнуты | количество раз | не менее | |
| | | | 25 | 20 |
| 7. | Сгибание и разгибание рук из упора лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 25 | 10 |
| 8. | Вис на двух руках на перекладине (угол 90° между плечом и предплечьем) | с | не менее | |
| | | | - | 15,0 |
| Для спортивной дисциплины «биатлон» (класс «В1») | | | | |
| 1. | Бег на 100 м | с | не более | |
| | | | 20,0 | |
| 2. | Бег на 1500 м | мин, с | не более | |
| | | | 7,0 | |
| 3. | Подтягивание из вися на высокой перекладине | количество раз | не менее | |
| | | | 2 | |
| 4. | Подтягивание из вися лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | |
| 5. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (за 1 мин) | количество раз | не менее | |
| | | | 7 | |

| | | | | |
|--|---|----------------|-------------------|---|
| 6. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | 15 | |
| 7. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 135 | |
| 8. | Прыжок вверх с места | см | не менее | |
| | | | 35 | |
| Для спортивной дисциплины «биатлон» (класс «В2», «В3») | | | | |
| 1. | Бег на 100 м | с | не более | |
| | | | 18,0 | |
| 2. | Бег на 1500 м | мин, с | не более | |
| | | | 6.0 | |
| 3. | Подтягивание из виса на высокой перекладине | количество раз | не менее | |
| | | | 7 | |
| 4. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | |
| 5. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 20 | |
| 6. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | 20 | |
| 7. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 150 | |
| 8. | Прыжок вверх с места | см | не менее | |
| | | | 40 | |
| Для спортивной дисциплины «борьба» | | | | |
| 1. | Бег на 60 м | с | не более | |
| | | | 8,5 | - |
| 2. | Бег на 1500 м | мин, с | без учета времени | |
| | | | - | |
| 3. | Поднимание ног в висе на перекладине | количество раз | не менее | |
| | | | 8 | - |
| 4. | Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | - |
| 5. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 180 | - |
| 6. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | 12 | - |
| 7. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 16 | - |
| Для спортивной дисциплины «боулинг» | | | | |
| 1. | Бег на 60 м | с | не более | |
| | | | 10,0 | |
| 2. | Челночный бег 10х9 м | с | не более | |
| | | | 35,0 | |
| 3. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | 20 | |
| 4. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 20 | |
| 5. | Выпады вперед на правую, левую ногу, с обязательным касанием колена пола (за 1 мин) | количество раз | не менее | |
| | | | 30 | |

| | | | | |
|---|--|----------------|-------------------|------|
| 6. | Прогиб вверх в поясничном отделе позвоночника в положении лежа на животе (за 90 с) | количество раз | не менее | |
| | | | 50 | |
| Для спортивной дисциплины «велоспорт-тандем» (класс «В1») | | | | |
| 1. | Бег на 60 м | с | не более | |
| | | | 10,0 | 10,5 |
| 2. | Бег на 1500 м | мин, с | без учета времени | |
| 3. | Подтягивание из виса на высокой перекладине | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | 4 |
| 4. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее | |
| | | | 15 | 7 |
| 5. | Приседание | количество раз | не менее | |
| | | | 50 | 40 |
| 6. | Подъем ног из виса на перекладине до прямого угла | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | 5 |
| 7. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 15 | 10 |
| 8. | Удержание ног в висе в положении прямого угла | с | не менее | |
| | | | 10,0 | 5,0 |
| 9. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 170 | 160 |
| 10. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | 8 | - |
| 11. | Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин) | количество раз | не менее | |
| | | | - | 6 |
| Для спортивной дисциплины «велоспорт-тандем» (класс «В2», «В3») | | | | |
| 1. | Бег на 60 м | с | не более | |
| | | | 9,0 | 9,5 |
| 2. | Бег на 1500 м | мин, с | не более | |
| | | | 6.15 | 6.45 |
| 3. | Подтягивание из виса на высокой перекладине | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | 3 |
| 4. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее | |
| | | | 15 | 10 |
| 5. | Приседание | количество раз | не менее | |
| | | | 60 | 50 |
| 6. | Поднимание ног из виса на перекладине до прямого угла | количество раз | не менее | |
| | | | 12 | 7 |
| 7. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 20 | 15 |
| 8. | Удержание ног в висе в положении прямого угла | с | не менее | |
| | | | 15,0 | 10,0 |
| 9. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 180 | 160 |
| 10. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | - |
| 11. | Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин) | количество раз | не менее | |
| | | | - | 6 |
| Для спортивных дисциплин «голбол», «торбол» | | | | |

| | | | |
|--|---|----------------|-----------------------|
| 1. | Бег на 60 м | с | не более 9,0 |
| 2. | Челночный бег 4х9 м | с | не более 30,0 |
| 3. | Бег на 1000 м | мин, с | не более 8.0 |
| 4. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее 30 |
| 5. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее 10 |
| 6. | Выпады вперед на правую, левую ногу, с обязательным касанием колена пола (за 1 мин) | количество раз | не менее 35 |
| 7. | Прогиб вверх в поясничном отделе позвоночника в положении лежа на животе (за 1 мин) | количество раз | не менее 60 |
| Для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт» (класс «В1») | | | |
| 1. | Бег на 60 м | с | не более 15,0 |
| 2. | Бег на 1500 м | мин, с | не более 9.0 |
| 3. | Подтягивание из виса на высокой перекладине | количество раз | не менее 5 |
| 4. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее 10 - |
| 5. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее - 15 |
| 6. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее 15 |
| 7. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее 120 |
| 8. | Прыжок вверх с места | см | не менее 35 |
| 9. | Прохождение участка трассы скоростного спуска 350 м | мин, с | без учета времени |
| 10. | Прохождение трассы слалом | мин, с | без учета времени |
| 11. | Прохождение трассы слалом-гиганта | мин, с | без учета времени |
| Для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт» (класс «В2», «В3») | | | |
| 1. | Бег на 60 м | с | не более 13,0 |
| 2. | Бег на 1500 м | мин, с | не более 7.30 |
| 3. | Подтягивание из виса на высокой перекладине | количество раз | не менее 5 - |
| 4. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее - 10 |
| 5. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее 20 |

| | | | | |
|---|---|----------------|-------------------|-------------------|
| 6. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | 20 | |
| 7. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 150 | |
| 8. | Прыжок вверх с места | см | не менее | |
| | | | 40 | |
| 9. | Прохождение участка трассы скоростного спуска 350 м | мин, с | без учета времени | |
| 10. | Прохождение трассы слалома | мин, с | без учета времени | |
| 11. | Прохождение трассы слалома-гиганта | мин, с | без учета времени | |
| <p>Для спортивных дисциплин «дзюдо» (класс «J1» мужчины «весовая категория 57 кг», «весовая категория 60 кг», «весовая категория 73 кг»; женщины «весовая категория 48 кг», «весовая категория 57 кг»),</p> <p>«самбо» (класс «B1», мужчины «весовая категория 57 кг», «весовая категория 62 кг», «весовая категория 68 кг», «весовая категория 74 кг»; женщины «весовая категория 48 кг», «весовая категория 52 кг», «весовая категория 56 кг», «весовая категория 64 кг»)</p> | | | | |
| 1. | Бег на 1000 м | мин, с | без учета времени | - |
| 2. | Бег на 800 м | мин, с | - | без учета времени |
| 3. | Челночный бег 3x10 м | с | не более | |
| | | | 20,0 | 22,0 |
| 4. | Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу. Пальцами рук коснуться пола | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| 5. | Подтягивание из виса на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее | |
| | | | 15 | 10 |
| 6. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 140 | 120 |
| 7. | Подъем выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | 6 |
| 8. | Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | 8 |
| <p>Для спортивных дисциплин «дзюдо» (класс «J1» мужчины «весовая категория 90 кг», «весовая категория 90+ кг»; женщины «весовая категория 70 кг», «весовая категория 70+ кг»),</p> <p>«самбо» (класс «B1», мужчины «весовая категория 90 кг», «весовая категория 100 кг», «весовая категория 100+ кг»; женщины «весовая категория 72 кг», «весовая категория 80 кг», «весовая категория 80+ кг»)</p> | | | | |
| 1. | Бег на 1000 м | мин, с | без учета времени | - |
| 2. | Бег на 800 м | мин, с | - | без учета времени |
| 3. | Челночный без 3x10 м | с | не более | |
| | | | 25,0 | 26,0 |
| 4. | Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу. Касание пола пальцами рук | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| 5. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее | |
| | | | 12 | 8 |

| | | | | |
|--|---|----------------|-------------------|-------------------|
| 6. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 150 | 130 |
| 7. | Подъем согнутых в коленях ног из виса на гимнастической стенке | количество раз | не менее | |
| | | | 8 | 5 |
| 8. | Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | количество раз | не менее | |
| | | | 8 | 6 |
| <p>Для спортивных дисциплин «дзюдо» (класс «J2» мужчины «весовая категория 57 кг», «весовая категория 60 кг», «весовая категория 73 кг»; женщины «весовая категория 48 кг», «весовая категория 57 кг»), «самбо» (класс «B2», «B3», мужчины «весовая категория 57 кг», «весовая категория 62 кг», «весовая категория 68 кг», «весовая категория 74 кг»; женщины «весовая категория 48 кг», «весовая категория 52 кг», «весовая категория 56 кг», «весовая категория 64 кг»)</p> | | | | |
| 1. | Бег на 1000 м | мин, с | без учета времени | - |
| 2. | Бег на 800 м | мин, с | - | без учета времени |
| 3. | Челночный бег 3x10 м | с | не более | |
| | | | 20,0 | 22,0 |
| 4. | Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу. Пальцами рук коснуться пола | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| 5. | Подтягивание из виса на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее | |
| | | | 14 | 10 |
| 6. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 160 | 130 |
| 7. | Поднимание согнутых в коленях ног из виса на гимнастической стенке | количество раз | не менее | |
| | | | 12 | 7 |
| 8. | Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | количество раз | не менее | |
| | | | 12 | 10 |
| <p>Для спортивных дисциплин «дзюдо» (класс «J2» мужчины «весовая категория 90 кг», «весовая категория 90+ кг»; женщины «весовая категория 70 кг», «весовая категория 70+ кг»), «самбо» (класс «B2», «B3», мужчины «весовая категория 90 кг», «весовая категория 100 кг», «весовая категория 100+ кг»; женщины «весовая категория 72 кг», «весовая категория 80 кг», «весовая категория 80+ кг»)</p> | | | | |
| 1. | Бег на 1000 м | мин, с | без учета времени | - |
| 2. | Бег на 800 м | мин, с | - | без учета времени |
| 3. | Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу. Пальцами рук коснуться пола | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| 4. | Челночный бег 3x10 м | с | не более | |
| | | | 24,0 | 26,0 |
| 5. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее | |
| | | | 15 | 10 |
| 6. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 170 | 135 |
| 7. | Поднимание согнутых в коленях ног из виса на гимнастической стенке | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | 7 |
| 8. | Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | количество раз | не менее | |
| | | | 14 | 10 |

| Для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - прыжки» (класс «В1») | | | |
|---|--|--------|----------------|
| 1. | Бег на 30 м | с | не более |
| | | | 4,8 5,4 |
| 2. | Бег на 60 м | с | не более |
| | | | 8,2 9,5 |
| 3. | Бег на 150 м | с | не более |
| | | | 20,0 23,5 |
| 4. | Бег на 300 м | с | не более |
| | | | 50,0 55,0 |
| 5. | Бег на 30 м с ходу | с | не более |
| | | | 4,3 4,7 |
| 6. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее |
| | | | 225 180 |
| Для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - прыжки» (класс «В2», «В3») | | | |
| 1. | Бег на 30 м | с | не более |
| | | | 4,5 5,2 |
| 2. | Бег на 60 м | с | не более |
| | | | 8,0 9,3 |
| 3. | Бег на 150 м | с | не более |
| | | | 19,0 23,0 |
| 4. | Бег на 300 м | с | не более |
| | | | 41,2 53,0 |
| 5. | Бег на 30 м с ходу | с | не более |
| | | | 3,7 4,3 |
| 6. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее |
| | | | 210 180 |
| Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции» (класс «В1») | | | |
| 1. | Бег на 1000 м | мин, с | не более |
| | | | 3.10 4.00 |
| 2. | Бег на 5000 м | мин, с | не более |
| | | | 18.30 - |
| 3. | Бег на 3000 м | мин, с | не более |
| | | | - 13.30 |
| 4. | Бег на 300 м | с | не более |
| | | | 50,0 55,0 |
| 5. | Бег на 600 м | мин, с | не более |
| | | | 1.55 2.15 |
| 6. | Бег на 60 м | с | не более |
| | | | 9,0 10,0 |
| Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции» (класс «В2», «В3») | | | |
| 1. | Бег на 5000 м | мин, с | не более |
| | | | 17.15 - |
| 2. | Бег на 3000 м | мин, с | не более |
| | | | - 13.10 |
| 3. | Бег на 1000 м | мин, с | не более |
| | | | 3.00 4.00 |

| | | | | |
|--|---|----------------|----------|-------|
| 4. | Бег на 600 м | мин, с | не более | |
| | | | 1.52 | 2.10 |
| 5. | Бег на 300 м | с | не более | |
| | | | 49,0 | 53,0 |
| 6. | Бег на 60 м | с | не более | |
| | | | 9,0 | 9,8 |
| Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - метания» (класс «В1») | | | | |
| 1. | Жим штанги двумя руками из положения лежа | кг | не менее | |
| | | | 65 | 40 |
| 2. | Подъем штанги на грудь | кг | не менее | |
| | | | 60 | 25 |
| 3. | Приседание со штангой на плечах, весом не менее 80% от веса обучающегося | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| 4. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 200 | 190 |
| 5. | Бросок ядра (5 кг) вперед двумя руками от груди | м, см | не менее | |
| | | | 8,00 | - |
| 6. | Бросок ядра (5 кг) вперед двумя руками снизу | м, см | не менее | |
| | | | 12,00 | - |
| 7. | Бросок ядра (3 кг) вперед двумя руками от груди | м, см | не менее | |
| | | | - | 6,50 |
| 8. | Бросок ядра (3 кг) вперед двумя руками снизу | м, см | не менее | |
| | | | - | 10,00 |
| Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - метания» (класс «В2», «В3») | | | | |
| 1. | Жим штанги двумя руками из положения лежа | кг | не менее | |
| | | | 65 | 40 |
| 2. | Подъем штанги на грудь | кг | не менее | |
| | | | 60 | 25 |
| 3. | Приседание со штангой на плечах, весом не менее 80% от веса тела обучающегося | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| 4. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 200 | 190 |
| 5. | Бросок ядра (5 кг) вперед двумя руками от груди | м, см | не менее | |
| | | | 8,0 | - |
| 6. | Бросок ядра (5 кг) вперед двумя руками снизу | м, см | не менее | |
| | | | 12,0 | - |
| 7. | Бросок ядра (3 кг) вперед двумя руками от груди | м, см | не менее | |
| | | | - | 7,00 |
| 8. | Бросок ядра (3 кг) вперед двумя руками снизу | м, см | не менее | |
| | | | - | 11,00 |
| Для спортивной дисциплины «лыжные гонки» (класс «В1») | | | | |
| 1. | Бег на 100 м | с | не более | |
| | | | 19,0 | |
| 2. | Бег на 1500 м | мин, с | не более | |
| | | | 8.30 | |
| 3. | Подтягивание из виса на высокой перекладине | количество раз | не менее | |
| | | | 7 | - |

| | | | | |
|---|---|----------------|-------------------|-----|
| 4. | Подтягивание из вися лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее | |
| | | | - | 25 |
| 5. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 15 | |
| 6. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | 15 | |
| 7. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 130 | |
| 8. | Прыжок вверх с места | см | не менее | |
| | | | 35 | |
| Для спортивной дисциплины «лыжные гонки» (класс «В2», «В3») | | | | |
| 1. | Бег на 100 м | с | не более | |
| | | | 18,0 | |
| 2. | Бег на 1500 м | мин, с | не более | |
| | | | 7.30 | |
| 3. | Подтягивание из вися на высокой перекладине | количество раз | не менее | |
| | | | 9 | - |
| 4. | Подтягивание из вися лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее | |
| | | | - | 15 |
| 5. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 20 | |
| 6. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | 20 | |
| 7. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 140 | |
| 8. | Прыжок вверх с места | см | не менее | |
| | | | 40 | |
| Для спортивной дисциплины «настольный теннис» (класс «В1») | | | | |
| 1. | Бег на 30 м | с | не более | |
| | | | 6,5 | 6,0 |
| 2. | В положении стоя сгибание и разгибание рук с гантелей 1 кг от плеча | с | без учета времени | |
| 3. | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | |
| 4. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | 7 |
| 5. | Приседания | количество раз | не менее | |
| | | | 20 | |
| Для спортивной дисциплины «настольный теннис» (класс «В2», «В3») | | | | |
| 1. | Бег на 30 м | с | не более | |
| | | | 6,0 | 5,0 |
| 2. | В положении стоя сгибание и разгибание рук с гантелей 1 кг от плеча | мин, с | без учета времени | |
| 3. | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | |
| 4. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 15 | 7 |

| | | | | |
|---|--|----------------|--|--|
| 5. | Приседания | количество раз | не менее | |
| | | | 20 | |
| Для спортивной дисциплины «пауэрлифтинг» | | | | |
| 1. | Бег на 60 м | с | не более | |
| | | | 12,0 | |
| 2. | Поднимание ног в висе на перекладине | количество раз | не менее | |
| | | | 8 | 6 |
| 3. | Подтягивание из виса на высокой перекладине | количество раз | не менее | |
| | | | 7 | - |
| 4. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее | |
| | | | 14 | 12 |
| 5. | Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях | количество раз | не менее | |
| | | | 7 | - |
| 6. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 140 | |
| 7. | Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | количество раз | не менее | |
| | | | 20 | 15 |
| Для спортивной дисциплины «плавание» (класс «В1») | | | | |
| 1. | Плавание избранным способом с учетом техники выполнения | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| 2. | Плавание вольным стилем 400 м | мин, с | без учета времени | |
| 3. | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 20 кг | количество раз | не менее | |
| | | | 14 | - |
| 4. | Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | количество раз | не менее | |
| | | | 20 | 18 |
| 5. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 70 | 50 |
| 6. | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 15 кг | количество раз | не менее | |
| | | | - | 10 |
| Для спортивной дисциплины «плавание» (класс «В2», «В3») | | | | |
| 1. | Плавание избранным способом с учетом техники выполнения | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| 2. | Плавание избранным способом | мин, с | норма, соответствующая присвоению спортивного разряда «первый спортивный разряд» | норма, соответствующая присвоению спортивного разряда «второй спортивный разряд» |
| 3. | Плавание вольным стилем 800 м | мин, с | без учета времени | |
| 4. | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 20 кг | количество раз | не менее | |
| | | | 18 | - |
| 5. | Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | количество раз | не менее | |
| | | | 20 | |
| 6. | Прыжок в длину с места | см | не менее | |
| | | | 90 | |
| 7. | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 25 кг | количество раз | не менее | |
| | | | - | 15 |

| Для спортивной дисциплины «пулевая стрельба» | | | |
|--|---|----------------|-----------------------------|
| 1. | Челночный бег 4x10 м | мин, с | без учета времени |
| 2. | Удержание пистолета в позе изготовки | мин, с | не менее 2.00 1.30 |
| 3. | Удержание винтовки в позе изготовки для стрельбы лежа | мин, с | не менее 25.00 20.0 |
| 4. | Бег на 1000 м | мин, с | без учета времени |
| 5. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее 25 20 |
| 6. | Кистевая динамометрия | кг | не менее 13 10 |
| 7. | Сгибание и разгибание рук из упора лежа на полу | количество раз | не менее 20 14 |
| 8. | Прыжок в длину с места (в координации) | количество раз | не менее 1 |
| 9. | Прыжок вверх с места (в координации) | количество раз | не менее 1 |
| Для спортивной дисциплины «спортивный туризм» (класс «В1») | | | |
| 1. | Бег на 5000 м | мин, с | не более 25.00 - |
| 2. | Бег на 3000 м | мин, с | не более - 13.50 |
| 3. | Бег на 1000 м | мин, с | без учета времени |
| 4. | Бег на 600 м | мин, с | не более 2.00 2.10 |
| 5. | Бег на 300 м | мин, с | не более 1.10 1.15 |
| 6. | Бег на 60 м | с | не более 14,0 16,0 |
| 7. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее 180 160 |
| Для спортивной дисциплины «спортивный туризм» (класс «В2», «В3») | | | |
| 1. | Бег на 5000 м | мин, с | не более 23.00 - |
| 2. | Бег на 3000 м | мин, с | не более - 12.40 |
| 3. | Бег на 1000 м | мин, с | без учета времени |
| 4. | Бег на 600 м | мин, с | не более 2.00 1.55 |
| 5. | Бег на 300 м | мин, с | не более 1.05 0.57 |
| 6. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее 200 180 |
| 7. | Бег на 60 м | с | не более 12,0 |

| Для спортивной дисциплины «триатлон» (класс «В1») | | | |
|---|--|----------------|-------------------|
| 1. | Бег на 60 м | с | не более |
| | | | 12,0 15,0 |
| 2. | Бег на 1500 м | мин, с | не более |
| | | | 8.00 8.30 |
| 3. | Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | количество раз | не менее |
| | | | 10 7 |
| 4. | Плавание вольным стилем 750 м | мин, с | без учета времени |
| 5. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее |
| | | | 100 80 |
| Для спортивной дисциплины «триатлон» (класс «В2», «В3») | | | |
| 1. | Бег на 60 м | с | не более |
| | | | 10,0 12,0 |
| 2. | Бег на 1500 м | мин, с | не более |
| | | | 7.30 8.00 |
| 3. | Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | количество раз | не менее |
| | | | 15 10 |
| 4. | Плавание 750 м | мин, с | без учета времени |
| 5. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее |
| | | | 120 100 |
| Для спортивной дисциплины «футбол» | | | |
| 1. | Бег на 30 м | с | не более |
| | | | 9,0 |
| 2. | Бег на 60 м | с | не более |
| | | | 10,0 |
| 3. | Бег на 1000 м | мин, с | не более |
| | | | 8.0 |
| 4. | Челночный бег 4x9 м | с | не более |
| | | | 30,0 |
| 5. | Прыжок вверх на месте с хлопком и разведением ног | количество раз | не менее |
| | | | 10 |
| 6. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее |
| | | | 100 |
| Для спортивных дисциплин «шахматы», «шашки» | | | |
| 1. | Бег на 60 м | с | не более |
| | | | 13,0 |
| 2. | Бег на 1500 м | мин, с | без учета времени |
| 3. | Челночный бег 10x9 м | с | не более |
| | | | 55,0 |
| 4. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее |
| | | | 12 |
| 5. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее |
| | | | 5 |
| 6. | Прогиб вверх в поясничном отделе позвоночника в положении лежа на животе (за 90 с) | количество раз | не менее |
| | | | 20 |
| Уровень спортивной квалификации | | | |

| Уровень спортивной квалификации | | |
|---------------------------------|--|---|
| 1. | Для спортивных дисциплин «голбол», «настольный теннис», «торбол», «футбол», «дзюдо», «самбо» | Спортивный разряд «первый спортивный разряд» |
| 2. | Для спортивных дисциплин «армрестлинг», «биатлон», «борьба», «боулинг», «велоспорт-тандем», «горнолыжный спорт», «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции», «легкая атлетика - метание», «легкая атлетика - прыжки», «лыжные гонки», «пауэрлифтинг», «плавание», «пулевая стрельба», «спортивный туризм», «триатлон», «шахматы», «шашки» | Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта» |

Приложение № 10
к федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта «спорт
слепых», утвержденному приказом
Минспорта России
от «30» ноября 2022 г. № 1100

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды и спортивные
звания) для зачисления и перевода на этап высшего спортивного
мастерства по виду спорта «спорт слепых»**

| № п/п | Упражнение | Единица измерения | Норматив | |
|---|--|----------------------|--|--|
| | | | юноши/ мужчины | девушки/ женщины |
| Для спортивной дисциплины «армрестлинг» | | | | |
| 1. | Бег на 60 м | с | не более | |
| | | | 11,0 | 12,0 |
| 2. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее | |
| | | | 25 | 15 |
| 3. | Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях | количество раз | не менее | |
| | | | 15 | - |
| 4. | Лазанье по канату 4 м без помощи ног | количество раз | не менее | |
| | | | 2 | - |
| 5. | Кистевая динамометрия | кг, г | не менее | |
| | | | 65% от массы тела обучающегося | 40% от массы тела обучающегося |
| 6. | Жим штанги лежа на горизонтальной скамье | кг, г | не менее | |
| | | | вес штанги 100% от веса тела обучающегося | вес штанги 60% от веса тела обучающегося |
| 7. | Поднимание туловища из положения лежа на спине, ноги согнуты | количество раз | не менее | |
| | | | 25 | 10 |
| 8. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (за 1 мин) | количество раз | не менее | |
| | | | 18 | 10 |
| 9. | Подтягивание из виса на высокой перекладине (за 1 мин) | количество раз | не менее | |
| | | | 15 | 8 |
| 10. | Вис на двух руках на перекладине (угол 90° между плечом и предплечьем) | с | не менее | |
| | | | - | 15,0 |
| Для спортивной дисциплины «биатлон» (класс «B1») | | | | |
| 1. | Бег на 60 м | с | не более | |
| | | | 9,6 | 10,8 |
| 2. | Бег на 100 м | с | не более | |
| | | | 15,8 | 17,6 |

| | | | | |
|---|---|----------------|-------------------|------|
| 3. | Бег на 1500 м | мин, с | не более | |
| | | | 7,0 | |
| 4. | Подтягивание из виса на высокой перекладине | количество раз | не менее | |
| | | | 9 | - |
| 5. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее | |
| | | | - | 25 |
| 6. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 20 | |
| 7. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | 20 | |
| 8. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 150 | |
| 9. | Прыжок вверх с места | см | не менее | |
| | | | 40 | |
| Для спортивной дисциплины «биатлон» (класс «В2», «В3») | | | | |
| 1. | Бег на 60 м | с | не более | |
| | | | 9,1 | 10,2 |
| 2. | Бег на 100 м | с | не более | |
| | | | 15,4 | 17,0 |
| 3. | Бег на 1500 м | мин, с | не более | |
| | | | 7,0 | |
| 4. | Подтягивание из виса на высокой перекладине | количество раз | не менее | |
| | | | 9 | - |
| 5. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее | |
| | | | - | 25 |
| 6. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 20 | |
| 7. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | 25 | |
| 8. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 200 | |
| 9. | Прыжок вверх с места | см | не менее | |
| | | | 45 | |
| Для спортивной дисциплины «борьба» | | | | |
| 1. | Бег на 60 м | с | не более | |
| | | | 8,5 | |
| 2. | Бег на 1500 м | мин, с | без учета времени | |
| 3. | Поднимание ног в висе на перекладине | количество раз | не менее | |
| | | | 8 | |
| 4. | Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях | количество раз | не менее | |
| | | | 15 | |
| 5. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 180 | |
| 6. | Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин) | количество раз | не менее | |
| | | | 12 | |
| 7. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (за 1 мин) | количество раз | не менее | |
| | | | 16 | |
| 8. | Лазанье по канату 4 м без помощи ног | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |

| Для спортивной дисциплины «боулинг» | | | |
|---|---|----------------|------------------------------|
| 1. | Бег на 60 м | с | не более 10,0 |
| 2. | Бег на 1500 | с | без учета времени |
| 3. | Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях | количество раз | не менее 5 |
| 4. | Поднимание ног из виса на гимнастической стенке до прямого угла | количество раз | не менее 8 |
| 5. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее 180 |
| Для спортивной дисциплины «велоспорт-тандем» (класс «В1») | | | |
| 1. | Бег на 3000 м | мин, с | без учета времени |
| 2. | Приседание | количество раз | не менее 80 60 |
| 3. | Поднимание ног из виса на перекладине до прямого угла | количество раз | не менее 15 10 |
| 4. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее 25 15 |
| 5. | Удержание ног в висе в положении прямого угла | с | не менее 10,0 5,0 |
| 6. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее 180 170 |
| 7. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее 8 - |
| 8. | Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин) | количество раз | не менее - 6 |
| Для спортивной дисциплины «велоспорт-тандем» (класс «В2», «В3») | | | |
| 1. | Бег на 3000 м | мин, с | не более 14.00 17.30 |
| 2. | Приседание | количество раз | не менее 80 60 |
| 3. | Поднимание ног из виса на перекладине до прямого угла | количество раз | не менее 15 10 |
| 4. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее 25 15 |
| 5. | Удержание ног в висе в положении прямого угла | с | не менее 15,0 10,0 |
| 6. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее 210 180 |
| Для спортивных дисциплин «голбол», «торбол» | | | |
| 1. | Бег на 60 м | с | не более 8,5 |
| 2. | Челночный бег 4x9 м | с | не более 25,0 |
| 3. | Бег на 1500 м | мин, с | без учета времени |
| 4. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее 40 |

| | | | |
|--|---|----------------|-----------------------|
| 5. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (за 1 мин) | количество раз | не менее 20 |
| 6. | Выпады вперед на правую, левую ногу, с обязательным касанием колена пола (за 1 мин) | количество раз | не менее 40 |
| 7. | Прогиб вверх в поясничном отделе позвоночника в положении лежа на животе (за 1 мин) | количество раз | не менее 70 |
| Для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт» (класс «B1») | | | |
| 1. | Бег на 60 м | с | не более 10,3 |
| 2. | Бег на 1500 м | мин, с | без учета времени |
| 3. | Бег на 100 м | с | не более 20,0 |
| 4. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее - 25 |
| 5. | Подтягивание из виса на высокой перекладине | количество раз | не менее 5 - |
| 6. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее 20 |
| 7. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее 20 |
| 8. | Прыжок в длину с места с толчком двумя ногами | см | не менее 150 |
| 9. | Прыжок вверх с места | см | не менее 40 |
| 10. | Прохождение участка трассы скоростного спуска 350 м | мин, с | без учета времени |
| 11. | Прохождение трассы слалома | мин, с | без учета времени |
| 12. | Прохождение трассы слалома-гиганта | мин, с | без учета времени |
| Для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт» (класс «B2», «B3») | | | |
| 1. | Бег на 60 м | с | не более 9,5 |
| 2. | Бег на 1500 м | мин, с | не более 7.30 |
| 3. | Подтягивание из виса на высокой перекладине | количество раз | не менее 6 - |
| 4. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее - 15 |
| 5. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее 25 |
| 6. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее 25 |
| 7. | Прыжок в длину с места с толчком двумя ногами | см | не менее 160 |
| 8. | Прыжок вверх с места | см | не менее 45 |
| 9. | Прохождение участка трассы скоростного спуска 350 м | мин, с | без учета времени |

| | | | | |
|--|--|----------------|-------------------|------|
| 10. | Прохождение трассы слалома | мин, с | без учета времени | |
| 11. | Прохождение трассы слалома-гиганта | мин, с | без учета времени | |
| <p>Для спортивных дисциплин «дзюдо» (класс «J1» мужчины «весовая категория 57 кг», «весовая категория 60 кг», «весовая категория 73 кг»; женщины «весовая категория 48 кг», «весовая категория 57 кг»), самбо (класс «B1», мужчины «весовая категория 57 кг», «весовая категория 62 кг», «весовая категория 68 кг», «весовая категория 74 кг»; женщины «весовая категория 48 кг», «весовая категория 52 кг», «весовая категория 56 кг», «весовая категория 64 кг»)</p> | | | | |
| 1. | Челночный бег 3x10 м | с | не более | |
| | | | 20,0 | 22,0 |
| 2. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее | |
| | | | 15 | 10 |
| 3. | Прыжок в длину с места с толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 140 | 120 |
| 4. | Поднимание выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке | количество раз | не менее | |
| | | | 12 | 7 |
| 5. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 16 | 14 |
| <p>Для спортивных дисциплин «дзюдо» (класс «J1» мужчины «весовая категория 90 кг», «весовая категория 90+ кг»; женщины «весовая категория 70 кг», «весовая категория 70+ кг»), самбо (класс «B1», мужчины «весовая категория 90 кг», «весовая категория 100 кг», «весовая категория 100+ кг»; женщины «весовая категория 72 кг», «весовая категория 80 кг», «весовая категория 80+ кг»)</p> | | | | |
| 1. | Челночный бег 3x10 м | с | не более | |
| | | | 25,0 | 26,0 |
| 2. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 160 | 130 |
| 3. | Подъем согнутых в коленях ног из виса на гимнастической стенке | количество раз | не менее | |
| | | | 11 | - |
| 4. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 14 | 10 |
| 5. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее | |
| | | | - | 12 |
| 6. | Подтягивание из виса на высокой перекладине | количество раз | не менее | |
| | | | 15 | - |
| 7. | Подъем выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке | количество раз | не менее | |
| | | | - | 5 |
| <p>Для спортивных дисциплин «дзюдо» (класс «J2» мужчины «весовая категория 57 кг», «весовая категория 60 кг», «весовая категория 73 кг»; женщины «весовая категория 48 кг», «весовая категория 57 кг»), самбо (класс «B1», мужчины «весовая категория 57 кг», «весовая категория 62 кг», «весовая категория 68 кг», «весовая категория 74 кг»; женщины «весовая категория 48 кг», «весовая категория 52 кг», «весовая категория 56 кг», «весовая категория 64 кг»)</p> | | | | |
| 1. | Челночный бег 3x10 м | с | не более | |
| | | | 20,0 | 22,0 |
| 2. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее | |
| | | | 15 | |
| 3. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 180 | 145 |

| | | | | |
|--|--|----------------|----------|------|
| 4. | Подъем выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке | количество раз | не менее | |
| | | | 12 | 7 |
| 5. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 18 | 14 |
| Для спортивных дисциплин «дзюдо» (класс «J2» мужчины «весовая категория 90 кг», «весовая категория 90+ кг»; женщины «весовая категория 70 кг», «весовая категория 70+ кг»), самбо (класс «B1», мужчины «весовая категория 90 кг», «весовая категория 100 кг», «весовая категория 100+ кг»; женщины «весовая категория 72 кг», «весовая категория 80 кг», «весовая категория 80+ кг») | | | | |
| 1. | Челночный бег 3x10 м | с | не более | |
| | | | 24,0 | 26,0 |
| 2. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее | |
| | | | 15 | 14 |
| 3. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 170 | 135 |
| 4. | Подъем выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке | количество раз | не менее | |
| | | | 15 | 7 |
| 5. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 14 | 12 |
| Для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - прыжки» (класс «B1») | | | | |
| 1. | Бег на 30 м | с | не более | |
| | | | 4,6 | 5,2 |
| 2. | Бег на 60 м | с | не более | |
| | | | 7,9 | 9,0 |
| 3. | Бег на 150 м | с | не более | |
| | | | 18,5 | 23,0 |
| 4. | Бег на 300 м | с | не более | |
| | | | 47,5 | 53,0 |
| 5. | Бег на 30 м с ходу | с | не более | |
| | | | 3,5 | 4,3 |
| 6. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 245 | 195 |
| Для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - прыжки» (класс «B2», «B3») | | | | |
| 1. | Бег на 30 м | с | не более | |
| | | | 4,2 | 5,2 |
| 2. | Бег на 60 м | с | не более | |
| | | | 7,7 | 8,9 |
| 3. | Бег на 150 м | с | не более | |
| | | | 18,0 | 23,0 |
| 4. | Бег на 300 м | с | не более | |
| | | | 41,2 | 51,5 |
| 5. | Бег на 30 м с ходу | с | не более | |
| | | | 3,6 | 4,0 |
| 6. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 255 | 210 |
| Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции» (класс «B1») | | | | |

| | | | | |
|--|--|----------------|----------|-------|
| 1. | Бег на 5000 м | мин, с | не более | |
| | | | 17,45 | - |
| 2. | Бег на 3000 м | мин, с | не более | |
| | | | - | 13,00 |
| 3. | Бег на 1000 м | мин, с | не более | |
| | | | 3,05 | 3,40 |
| 4. | Бег на 600 м | мин, с | не более | |
| | | | 1,50 | 2,00 |
| 5. | Бег на 300 м | с | не более | |
| | | | 50,0 | 52,0 |
| 6. | Бег на 60 м | с | не более | |
| | | | 9,0 | 10,0 |
| Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции» (класс «В2», «В3») | | | | |
| 1. | Бег на 5000 м | мин, с | не более | |
| | | | 17,15 | - |
| 2. | Бег на 3000 м | мин, с | не более | |
| | | | - | 12,40 |
| 3. | Бег на 1000 м | мин, с | не более | |
| | | | 2,55 | 3,30 |
| 4. | Бег на 600 м | мин, с | не более | |
| | | | 1,45 | 1,55 |
| 5. | Бег на 300 м | с | не более | |
| | | | 46,0 | 50,0 |
| 6. | Бег на 60 м | с | не более | |
| | | | 8,2 | 9,3 |
| Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - метания» (класс «В1») | | | | |
| 1. | Жим штанги двумя руками из положения лежа | кг | не менее | |
| | | | 90 | 60 |
| 2. | Подъем штанги на грудь | кг | не менее | |
| | | | 80 | 45 |
| 3. | Приседание со штангой на плечах | количество раз | не менее | |
| | | | 100 | 85 |
| 4. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 210 | 190 |
| 5. | Бросок ядра (5 кг) вперед двумя руками от груди | м, см | не менее | |
| | | | 9,00 | - |
| 6. | Бросок ядра (5 кг) вперед двумя руками снизу | м, см | не менее | |
| | | | 13,50 | - |
| 7. | Бросок ядра (3 кг) вперед двумя руками от груди | м, см | не менее | |
| | | | - | 8,00 |
| 8. | Бросок ядра (3 кг) вперед двумя руками снизу | м, см | не менее | |
| | | | - | 11,50 |
| Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - метания» (класс «В2», «В3») | | | | |
| 1. | Жим штанги двумя руками из положения лежа | кг | не менее | |
| | | | 105 | 70 |
| 2. | Подъем штанги на грудь | кг | не менее | |
| | | | 95 | 50 |
| 3. | Приседание со штангой на плечах | кг | не менее | |
| | | | 110 | 90 |

| | | | | |
|--|---|----------------|-------------------|-------|
| 4. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 230 | 200 |
| 5. | Бросок ядра (5 кг) вперед двумя руками от груди | м, см | не менее | |
| | | | 9,5 | - |
| 6. | Бросок ядра (5 кг) вперед двумя руками снизу | м, см | не менее | |
| | | | 14,50 | - |
| 7. | Бросок ядра (3 кг) вперед двумя руками от груди | м, см | не менее | |
| | | | - | 8,50 |
| 8. | Бросок ядра (3 кг) вперед двумя руками снизу | м, см | не менее | |
| | | | - | 12,50 |
| Для спортивной дисциплины «лыжные гонки» (класс «В1») | | | | |
| 1. | Бег на 100 м | с | не более | |
| | | | 19,0 | |
| 2. | Бег на 1500 м | мин, с | не более | |
| | | | 8.30 | |
| 3. | Подтягивание из виса на высокой перекладине | количество раз | не менее | |
| | | | 9 | - |
| 4. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее | |
| | | | - | 15 |
| 5. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 15 | |
| 6. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | 15 | |
| 7. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 130 | |
| 8. | Прыжок вверх с места | см | не менее | |
| | | | 35 | |
| Для спортивной дисциплины «лыжные гонки» (класс «В2», «В3») | | | | |
| 1. | Бег на 100 м | с | не более | |
| | | | 18,0 | |
| 2. | Бег на 1500 м | мин, с | не более | |
| | | | 7.30 | |
| 3. | Подтягивание из виса на высокой перекладине | количество раз | не менее | |
| | | | 9 | - |
| 4. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее | |
| | | | - | 15 |
| 5. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 20 | |
| 6. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | 20 | |
| 7. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 140 | |
| 8. | Прыжок вверх с места | см | не менее | |
| | | | 40 | |
| Для спортивной дисциплины «настольный теннис» (класс «В1») | | | | |
| 1. | Бег на 30 м | с | не более | |
| | | | 6,5 | 6,0 |
| 2. | В положении стоя сгибание и разгибание рук с гантелей 1 кг от плеча | с | без учета времени | |

| | | | | |
|--|---|----------------|-------------------|-----|
| 3. | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | |
| 4. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | 7 |
| 5. | Приседания | количество раз | не менее | |
| | | | 20 | |
| Для спортивной дисциплины «настольный теннис» (класс «В2», «В3») | | | | |
| 1. | Бег на 30 м | с | не более | |
| | | | 6,0 | 5,0 |
| 2. | В положении стоя сгибание и разгибание рук с гантелей 1 кг от плеча | мин, с | без учета времени | |
| 3. | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | |
| 4. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 15 | 7 |
| 5. | Приседания | количество раз | не менее | |
| | | | 20 | |
| Для спортивной дисциплины «пауэрлифтинг» | | | | |
| 1. | Бег на 60 м | с | не более | |
| | | | 10,0 | |
| 2. | Поднимание ног в висе на перекладине | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | 8 |
| 3. | Подтягивание из виса на высокой перекладине | количество раз | не менее | |
| | | | 8 | - |
| 4. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см | количество раз | не менее | |
| | | | 14 | 12 |
| 5. | Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях | количество раз | не менее | |
| | | | 7 | - |
| 6. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 140 | |
| Для спортивной дисциплины «плавание» (класс «В1») | | | | |
| 1. | Плавание избранным способом с учетом техники выполнения | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| 2. | Плавание вольным стилем 400 м | мин, с | без учета времени | |
| 3. | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 20 кг | количество раз | не менее | |
| | | | 14 | - |
| 4. | Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | количество раз | не менее | |
| | | | 20 | 18 |
| 5. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 70 | 50 |
| 6. | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 15 кг | количество раз | не менее | |
| | | | - | 10 |
| Для спортивной дисциплины «плавание» (класс «В2», «В3») | | | | |
| 1. | Плавание избранным способом с учетом техники выполнения | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| 2. | Плавание вольным стилем 800 м | мин, с | без учета времени | |
| 3. | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 20 кг | количество раз | не менее | |
| | | | 18 | - |

| | | | | |
|--|--|----------------|-------------------|-------|
| 4. | Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | количество раз | не менее | |
| | | | 20 | |
| 5. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 90 | |
| 6. | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 25 кг | количество раз | не менее | |
| | | | - | 15 |
| Для спортивной дисциплины «пулевая стрельба» | | | | |
| 1. | Челночный бег 4x10 м | мин, с | без учета времени | |
| 2. | Удержание пистолета в позе изготовки | мин, с | не менее | |
| | | | 2.00 | 1.30 |
| 3. | Удержание винтовки в позе изготовки для стрельбы лежа | мин, с | не менее | |
| | | | 25.00 | 20.00 |
| 4. | Бег на 1000 м | мин, с | без учета времени | |
| 5. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | 25 | 20 |
| 6. | Кистевая динамометрия | кг | не менее | |
| | | | 13 | 10 |
| 7. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 20 | 14 |
| 8. | Прыжок в длину с места (в координации) | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| 9. | Прыжок вверх с места (в координации) | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| Для спортивной дисциплины «спортивный туризм» (класс «В1») | | | | |
| 1. | Бег на 5000 м | мин, с | не более | |
| | | | 25.00 | - |
| 2. | Бег на 3000 м | мин, с | не более | |
| | | | - | 13.50 |
| 3. | Бег на 1000 м | мин, с | без учета времени | |
| 4. | Бег на 300 м | мин, с | не более | |
| | | | 1.10 | 1.15 |
| 5. | Бег на 600 м | мин, с | не более | |
| | | | 2.00 | 2.10 |
| 6. | Бег на 60 м | с | не более | |
| | | | 14,0 | 16,0 |
| 7. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 180 | 160 |
| Для спортивной дисциплины «спортивный туризм» (класс «В2», «В3») | | | | |
| 1. | Бег на 5000 м | мин, с | не более | |
| | | | 23.00 | - |
| 2. | Бег на 3000 м | мин, с | не более | |
| | | | - | 12.40 |
| 3. | Бег на 1000 м | мин, с | без учета времени | |
| 4. | Бег на 600 м | мин, с | не более | |
| | | | 2.00 | 1.55 |
| 5. | Бег на 300 м | мин, с | не более | |
| | | | 1.10 | 1.15 |
| 6. | Бег на 60 м | с | не более | |
| | | | 12,0 | |

| | | | | |
|---|--|----------------|-------------------|------|
| 7. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 200 | 180 |
| Для спортивной дисциплины «триатлон» (класс «В1») | | | | |
| 1. | Бег на 60 м | с | не более | |
| | | | 12,0 | 15,0 |
| 2. | Бег на 1500 м | мин, с | не более | |
| | | | 8.00 | 8.30 |
| 3. | Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | 7 |
| 4. | Плавание вольным стилем 750 м | мин, с | без учета времени | |
| 5. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 100 | 80 |
| Для спортивной дисциплины «триатлон» (класс «В2», «В3») | | | | |
| 1. | Бег на 60 м | с | не более | |
| | | | 10,0 | 12,0 |
| 2. | Бег на 1500 м | мин, с | не более | |
| | | | 7.30 | 8.00 |
| 3. | Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | количество раз | не менее | |
| | | | 15 | 10 |
| 4. | Плавание 750 м | см, м | без учета времени | |
| 5. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 120 | 100 |
| Для спортивной дисциплины «футбол» | | | | |
| 1. | Бег на 1000 м | мин | не более | |
| | | | 8 | |
| 2. | Бег на 60 м | с | не более | |
| | | | 10,0 | |
| 3. | Бег на 30 м | с | не более | |
| | | | 9,0 | |
| 4. | Челночный бег 4x9 м | с | не более | |
| | | | 30,0 | |
| 5. | Прыжок вверх на месте с хлопком и разведением ног | количество раз | не менее | |
| | | | 10 | |
| 6. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | |
| | | | 100 | |
| Для спортивных дисциплин «шахматы», «шашки» | | | | |
| 1. | Бег на 60 м | с | не более | |
| | | | 13,0 | |
| 2. | Челночный бег 10x9 м | с | не более | |
| | | | 55,0 | |
| 3. | Бег на 1500 м | мин, с | без учета времени | |
| 4. | Поднимание туловища из положения лежа на спине | количество раз | не менее | |
| | | | 12 | |
| 5. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | |
| | | | 5 | |
| 6. | Прогиб вверх в поясничном отделе позвоночника в положении лежа на животе (за 90 с) | количество раз | не менее | |
| | | | 20 | |

| Уровень спортивной квалификации | | |
|---------------------------------|--|---|
| 1. | Для спортивных дисциплин «гольбол», «настольный теннис», «торбол», «футбол», «дзюдо», «самбо» | Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта» |
| 2. | Для спортивных дисциплин «армрестлинг», «биатлон», «борьба», «боулинг», «велоспорт-тандем», «горнолыжный спорт», «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции», «легкая атлетика - метание», «легкая атлетика - прыжки», «лыжные гонки», «пауэрлифтинг», «плавание», «пулевая стрельба», «спортивный туризм», «триатлон», «шахматы», «шашки» | Спортивное звание «мастер спорта России» |

Приложение № 11
к федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта «спорт
слепых», утвержденному приказом
Минспорта России
от «30» ноября 2022 г. № 1100

**Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми
для прохождения спортивной подготовки**

Таблица № 1

| № п/п | Наименование | Единица измерения | Количество изделий |
|---|--|-------------------|--------------------|
| Для спортивной дисциплины «армрестлинг» | | | |
| 1. | Брусья | штук | 1 |
| 2. | Вертикальный гриф | штук | 1 |
| 3. | Весы до 150 кг | штук | 1 |
| 4. | Гантели разборные | штук | 2 |
| 5. | Гантельный ряд (от 1 до 30 кг) | комплект | 2 |
| 6. | Гири спортивные (8, 12, 16, 24 и 32 кг) | комплект | 2 |
| 7. | Горизонтальная скамья | штук | 1 |
| 8. | Канат | штук | 1 |
| 9. | Кистевой динамометр | штук | 1 |
| 10. | Кистевой эспандер (разной жесткости) | штук | 3 |
| 11. | Магнетница | штук | 1 |
| 12. | Мат гимнастический | штук | 2 |
| 13. | Наклонная скамья для тренировки мышц брюшного пресса | штук | 1 |
| 14. | Наклонная скамья со стойками | штук | 1 |
| 15. | Парные диски для штанги (от 1,25 до 20 кг) | комплект | 1 |
| 16. | Перекладина | штук | 1 |
| 17. | Подставка под ноги | штук | 6 |
| 18. | Регулируемая скамья | штук | 1 |
| 19. | Регулируемый блочный тренажер | штук | 1 |
| 20. | Резиновый амортизатор | штук | 2 |
| 21. | Ремень для связывания захвата рук | штук | 2 |
| 22. | Ремень для силовых упражнений | штук | 3 |
| 23. | Ремень поясной | штук | 2 |
| 24. | Рукоятки разного диаметра | комплект | 2 |
| 25. | Секундомер | штук | 1 |
| 26. | Скамья гимнастическая | штук | 2 |
| 27. | Скамья для жима лежа со стойками | штук | 1 |
| 28. | Стенка гимнастическая | штук | 2 |
| 29. | Стойка для гантелей | штук | 2 |
| 30. | Стойка для дисков | штук | 2 |
| 31. | Стойка для штанг | штук | 1 |
| 32. | Стол для армрестлинга | штук | 6 |

| | | | |
|-------------------------------------|--|----------|----|
| 33. | Тренажер для проработки двуглавой мышцы плеча | штук | 1 |
| 34. | Тренажер для тренировки мышц – сгибателей пальцев | штук | 1 |
| 35. | Штанга тренировочная | штук | 1 |
| 36. | Штанга тренировочная с Z-образным грифом | штук | 1 |
| Для спортивной дисциплины «биатлон» | | | |
| 37. | Биатлонная установка | комплект | 2 |
| 38. | Жилет с отягощением | штук | 15 |
| 39. | Крепления для гоночных лыж | пар | 8 |
| 40. | Кушетка массажная | штук | 2 |
| 41. | Лыжероллеры | пар | 8 |
| 42. | Льжи гоночные | пар | 8 |
| 43. | Мат гимнастический | штук | 6 |
| 44. | Палки для лыжных гонок | пар | 8 |
| 45. | Перекладина гимнастическая | штук | 1 |
| 46. | Пояс утяжелительный | штук | 8 |
| 47. | Скамья гимнастическая | штук | 3 |
| 48. | Снегоход, укомплектованный приспособлением для прокладки лыжных трасс, либо снегоуплотнительная машина для прокладки лыжных трасс (ратрак) | штук | 1 |
| 49. | Стенка гимнастическая | штук | 3 |
| 50. | Флажки для разметки лыжных трасс | комплект | 1 |
| Для спортивной дисциплины «борьба» | | | |
| 51. | Весы до 200 кг | штук | 1 |
| 52. | Гантели массивные (от 0,5 до 5 кг) | комплект | 3 |
| 53. | Гири спортивные (16, 24 и 32 кг) | комплект | 1 |
| 54. | Гонг боксерский | штук | 1 |
| 55. | Доска информационная | штук | 1 |
| 56. | Зеркало (2х3 м) | штук | 1 |
| 57. | Ковер борцовский (12х12 м) | комплект | 1 |
| 58. | Кушетка массажная | штук | 1 |
| 59. | Лонжа ручная | штук | 2 |
| 60. | Манекены тренировочные для борьбы | комплект | 1 |
| 61. | Мат гимнастический | штук | 8 |
| 62. | Мяч набивной (медицинбол) (от 3 до 12 кг) | комплект | 2 |
| 63. | Мяч футбольный | штук | 1 |
| 64. | Насос универсальный (для накачивания мячей) | штук | 1 |
| 65. | Скакалка гимнастическая | штук | 8 |
| 66. | Скамья гимнастическая | штук | 2 |
| 67. | Стеллаж для хранения гантелей | штук | 1 |
| 68. | Стенка гимнастическая | штук | 4 |
| 69. | Табло информационное световое электронное | комплект | 1 |
| 70. | Урна-плевательница | штук | 1 |
| 71. | Штанга тяжелоатлетическая тренировочная | комплект | 1 |
| 72. | Эспандер плечевой резиновый | штук | 8 |
| Для спортивной дисциплины «боулинг» | | | |
| 73. | Гантели переменной массы (от 1,5 до 8 кг) | комплект | 2 |
| 74. | Кушетка массажная | штук | 1 |
| 75. | Мат гимнастический | штук | 5 |
| 76. | Мяч баскетбольный | штук | 1 |
| 77. | Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 5 кг) | штук | 6 |

| | | | |
|--|---|----------|----|
| 78. | Мяч футбольный | штук | 1 |
| 79. | Насос универсальный (для накачивания мячей) | штук | 1 |
| 80. | Скамья гимнастическая | штук | 4 |
| 81. | Тренажер кистевой фрикционный | штук | 8 |
| 82. | Шар для боулинга | штук | 8 |
| Для спортивной дисциплины «велоспорт-тандем» | | | |
| 83. | Автомобиль сопровождения (легковой, универсал) | штук | 1 |
| 84. | Велостанок универсальный | штук | 1 |
| 85. | Верстак железный с тисками | штук | 1 |
| 86. | Гантели переменной массы (от 0,5 до 5,0 кг) | комплект | 3 |
| 87. | Доска информационная | штук | 1 |
| 88. | Дрель электрическая | штук | 1 |
| 89. | Инструменты для ремонта велосипедов | комплект | 2 |
| 90. | Камера для велосипеда | штук | 10 |
| 91. | Капсула каретки | штук | 20 |
| 92. | Мат гимнастический | штук | 10 |
| 93. | Микроавтобус для перевозки велосипедов и снаряжения | штук | 1 |
| 94. | Мяч баскетбольный | штук | 2 |
| 95. | Мяч набивной (медицинбол) | штук | 3 |
| 96. | Мяч футбольный | штук | 2 |
| 97. | Насос для подкачки велопокрышек | штук | 2 |
| 98. | Переключатель задний | штук | 6 |
| 99. | Переключатель передний | штук | 6 |
| 100. | Переносная стойка для ремонта велосипедов | штук | 2 |
| 101. | Покрышка для велосипеда | штук | 10 |
| 102. | Рубашка и трос переключения | комплект | 20 |
| 103. | Рубашка и трос тормозной | комплект | 20 |
| 104. | Рулетка | штук | 1 |
| 105. | Ручка переключения («шифтер») | комплект | 6 |
| 106. | Скамья гимнастическая | штук | 4 |
| 107. | Слесарные инструменты | комплект | 1 |
| 108. | Спица | штук | 50 |
| 109. | Средства обслуживания велосипеда (смазка, спрей, щетка) | комплект | 4 |
| 110. | Станок для правки колес и спицной ключ | комплект | 2 |
| 111. | Станок сверлильный | штук | 1 |
| 112. | Стенка гимнастическая | штук | 8 |
| 113. | Тормозные колодки | комплект | 20 |
| 114. | Удлинитель электрический 20 м | штук | 1 |
| 115. | Цепь | штук | 20 |
| 116. | Чашки рулевые | комплект | 10 |
| 117. | Шестеренка передняя | штук | 6 |
| 118. | Штанга тяжелоатлетическая | штук | 2 |
| 119. | Эксцентрики | комплект | 10 |
| 120. | Эспандер ручной двойного действия | штук | 15 |
| Для спортивной дисциплины «голбол» | | | |
| 121. | Ворота голбольные | комплект | 1 |
| 122. | Гантели переменной массы (от 1,5 до 6 кг) | комплект | 3 |
| 123. | Коврик гимнастический | штук | 10 |
| 124. | Кушетка массажная | штук | 1 |
| 125. | Мат гимнастический (поролоновый) | комплект | 5 |

| | | | |
|---|---|----------|------|
| 126. | Мяч баскетбольный | штук | 1 |
| 127. | Мяч голбольный | штук | 10 |
| 128. | Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 5 кг) | штук | 10 |
| 129. | Мяч футбольный | штук | 1 |
| 130. | Насос универсальный (для накачивания мячей) | штук | 1 |
| 131. | Помост тяжелоатлетический разборный малый | штук | 1 |
| 132. | Рулетка | штук | 1 |
| 133. | Секундомер | штук | 3 |
| 134. | Скамья гимнастическая | штук | 5 |
| 135. | Скотч разметочный | штук | 20 |
| 136. | Тренажер кистевой фрикционный | штук | 10 |
| 137. | Тренажер универсальный малогабаритный | штук | 1 |
| 138. | Штанга тяжелоатлетическая с набором дисков разного веса | комплект | 1 |
| 139. | Эспандер | штук | 10 |
| Для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт» | | | |
| 140. | Барьеры пластиковые (разной высоты) | комплект | 5 |
| 141. | Батут малый и профессиональный | штук | 4 |
| 142. | Измеритель скорости ветра | штук | 1 |
| 143. | Камера для велосипеда | штук | 1 |
| 144. | Канат с флажками для ограждения трасс | метр | 1000 |
| 145. | Координационная лестница | штук | 4 |
| 146. | Координационная платформа («Босу») | штук | 5 |
| 147. | Крепления горнолыжные | пар | 9 |
| 148. | Лазерный дальномер | штук | 1 |
| 149. | Льжи горные | пар | 9 |
| 150. | Мат гимнастический | штук | 9 |
| 151. | Палки горнолыжные | пар | 9 |
| 152. | Пояс утяжелительный | штук | 9 |
| 153. | Ратрак (снегоуплотнительная машина для прокладки горнолыжных трасс) | штук | 1 |
| 154. | Рулетка (30 м) | штук | 5 |
| 155. | Сани спасательные | штук | 5 |
| 156. | Секундомер | штук | 5 |
| 157. | Силовой тренажер | штук | 3 |
| 158. | Скакалка гимнастическая | штук | 9 |
| 159. | Скамейка гимнастическая | штук | 6 |
| 160. | Снегоход | штук | 1 |
| 161. | Станок для заточки кантов горных лыж | штук | 2 |
| 162. | Стенка гимнастическая | штук | 8 |
| 163. | Стол для подготовки лыж | штук | 2 |
| 164. | Утяжелитель для ног | комплект | 9 |
| 165. | Утяжелитель для рук | комплект | 9 |
| 166. | Флаг на древках для разметки горнолыжных трасс | штук | 100 |
| 167. | Штанга тяжелоатлетическая с набором дисков | комплект | 1 |
| 168. | Эластичные ленты для фитнеса | комплект | 3 |
| 169. | Электробур | комплект | 5 |
| 170. | Эллиптический тренажер | штук | 3 |
| Для спортивной дисциплины «дзюдо» | | | |
| 171. | Весы до 150 кг | штук | 1 |
| 172. | Гантели массивные (от 1 до 8 кг) | комплект | 3 |

| | | | |
|---|--|----------|----|
| 173. | Гантели переменной массы (от 1,5 до 32 кг) | комплект | 3 |
| 174. | Гимнастическая палка «бодибар» (от 2 до 10 кг) | штук | 6 |
| 175. | Гири спортивные (16, 24 и 32 кг) | комплект | 2 |
| 176. | Гонг боксерский | штук | 1 |
| 177. | Дорожка беговая электрическая | штук | 1 |
| 178. | Доска информационная | штук | 1 |
| 179. | Зеркало | штук | 2 |
| 180. | Канат для лазания | штук | 3 |
| 181. | Канат для перетягивания | штук | 1 |
| 182. | Ковер «татами» | комплект | 1 |
| 183. | Координационная платформа («Босу») | штук | 2 |
| 184. | Кушетка массажная | штук | 2 |
| 185. | Лента эспандер (резиновая) | штук | 6 |
| 186. | Манекены тренировочные для борьбы | штук | 12 |
| 187. | Мат гимнастический | комплект | 2 |
| 188. | Модуль для бросков | штук | 4 |
| 189. | Мяч баскетбольный | штук | 2 |
| 190. | Мяч для фитнеса (разного диаметра) | штук | 4 |
| 191. | Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 5 кг) | штук | 7 |
| 192. | Мяч футбольный | штук | 2 |
| 193. | Насос универсальный (для накачивания мячей) | штук | 1 |
| 194. | Перекладина гимнастическая | штук | 1 |
| 195. | Пояс ручной для страховки | штук | 2 |
| 196. | Секундомер электронный | штук | 4 |
| 197. | Скамья атлетическая (регулируемая) | штук | 1 |
| 198. | Скамья гимнастическая | штук | 3 |
| 199. | Стенка гимнастическая | штук | 6 |
| 200. | Стойки силовые под штангу | комплект | 1 |
| 201. | Табло информационное электронное | комплект | 2 |
| 202. | Таймер спортивный (электронный) для спортивного зала | комплект | 2 |
| 203. | Тренажер кистевой фрикционный | штук | 4 |
| 204. | Турник навесной | штук | 4 |
| 205. | Флажки судейские для дзюдо (синий, белый) | комплект | 3 |
| 206. | Штанга тяжелоатлетическая с набором дисков | комплект | 2 |
| 207. | Эспандеры резиновые ленточные | комплект | 2 |
| Для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции», «легкая атлетика - метания», «легкая атлетика - прыжки» | | | |
| 208. | Барьер легкоатлетический универсальный | штук | 40 |
| 209. | Брус для отталкивания | штук | 1 |
| 210. | Буфер для остановки ядра | штук | 1 |
| 211. | Гантели массивные (от 0,5 кг до 6 кг) | комплект | 4 |
| 212. | Грабли | штук | 1 |
| 213. | Гриф штанги олимпийский 15 кг | штук | 2 |
| 214. | Гриф штанги олимпийский 20 кг | штук | 10 |
| 215. | Диск массой 0,5 кг | штук | 5 |
| 216. | Диск массой 0,75 кг | штук | 8 |
| 217. | Диск массой 1,0 кг | штук | 10 |
| 218. | Диск массой 1,5 кг | штук | 8 |
| 219. | Диск массой 1,75 кг | штук | 12 |
| 220. | Диск массой 2,0 кг | штук | 10 |

| | | | |
|---|---|----------|------|
| 221. | Диски обрезиненные (от 0,5 до 2 кг) | комплект | 2 |
| 222. | Доска информационная | штук | 2 |
| 223. | Колокол сигнальный | штук | 1 |
| 224. | Конус высотой 15 см | штук | 10 |
| 225. | Конус высотой 30 см | штук | 20 |
| 226. | Конь гимнастический | штук | 1 |
| 227. | Копье массой 400 г | штук | 15 |
| 228. | Копье массой 500 г | штук | 15 |
| 229. | Копье массой 600 г | штук | 20 |
| 230. | Копье массой 700 г | штук | 20 |
| 231. | Копье массой 800 г | штук | 20 |
| 232. | Круг для места метания диска | штук | 1 |
| 233. | Круг для места толкания ядра | штук | 1 |
| 234. | Мат гимнастический | штук | 10 |
| 235. | Мяч для метания 140 г | штук | 10 |
| 236. | Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 6 кг) | комплект | 8 |
| 237. | Ограждение для метания диска | штук | 1 |
| 238. | Палочка эстафетная | штук | 10 |
| 239. | Патрон для стартового пистолета | штук | 1000 |
| 240. | Пистолет стартовый | штук | 2 |
| 241. | Помост тяжелоатлетический (2,8х2,8 м) | штук | 1 |
| 242. | Рулетка (10 м) | штук | 3 |
| 243. | Рулетка (100 м) | штук | 2 |
| 244. | Рулетка (20 м) | штук | 3 |
| 245. | Рулетка (50 м) | штук | 2 |
| 246. | Секундомер | штук | 10 |
| 247. | Сетка для ограждения места тренировки метаний в помещении | штук | 1 |
| 248. | Скамья гимнастическая | штук | 20 |
| 249. | Скамья для жима штанги лежа | штук | 4 |
| 250. | Стартовые колодки | пар | 10 |
| 251. | Стенка гимнастическая | штук | 2 |
| 252. | Стойка для приседания со штангой | штук | 1 |
| 253. | Указатель направления ветра | штук | 4 |
| 254. | Штанга тяжелоатлетическая с набором дисков | комплект | 5 |
| 255. | Электромегафон | штук | 1 |
| 256. | Ядро массой 1,0 кг | штук | 5 |
| 257. | Ядро массой 2,0 кг | штук | 8 |
| 258. | Ядро массой 3,0 кг | штук | 10 |
| 259. | Ядро массой 4,0 кг | штук | 10 |
| 260. | Ядро массой 5,0 кг | штук | 6 |
| 261. | Ядро массой 6,0 кг | штук | 6 |
| 262. | Ядро массой 7,26 кг | штук | 12 |
| Для спортивной дисциплины «лыжные гонки» | | | |
| 263. | Амортизатор резиновый | штук | 11 |
| 264. | Биатлонная установка | комплект | 2 |
| 265. | Бревно гимнастическое | штук | 1 |
| 266. | Брусья гимнастические | штук | 1 |
| 267. | Весы медицинские | штук | 2 |
| 268. | Гантели массивные (от 0,5 до 5 кг) | комплект | 2 |

| | | | |
|--|---|----------|-----|
| 269. | Гантели переменной массы (от 3 до 12 кг) | комплект | 5 |
| 270. | Доска информационная | штук | 2 |
| 271. | Жилет с отягощением | штук | 11 |
| 272. | Зеркало настенное (0,6x2 м) | штук | 4 |
| 273. | Измеритель скорости ветра | штук | 2 |
| 274. | Конь гимнастический | штук | 1 |
| 275. | Крепления лыжные для классического хода | пар | 11 |
| 276. | Крепления лыжные для конькового хода | пар | 11 |
| 277. | Кухетка массажная | штук | 2 |
| 278. | Лыжероллеры для классического хода | пар | 11 |
| 279. | Лыжероллеры для конькового хода | пар | 11 |
| 280. | Лыжи гоночные | пар | 11 |
| 281. | Лыжные палки для классического хода и конькового хода | пар | 22 |
| 282. | Мат гимнастический | штук | 6 |
| 283. | Мостик гимнастический | штук | 1 |
| 284. | Мяч баскетбольный | штук | 1 |
| 285. | Мяч волейбольный | штук | 1 |
| 286. | Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 5 кг) | комплект | 3 |
| 287. | Мяч теннисный | штук | 16 |
| 288. | Мяч футбольный | штук | 1 |
| 289. | Палка гимнастическая | штук | 11 |
| 290. | Перекладина гимнастическая | штук | 1 |
| 291. | Пояс утяжелительный | штук | 11 |
| 292. | Рулетка металлическая | штук | 1 |
| 293. | Секундомер | штук | 4 |
| 294. | Скамейка гимнастическая | штук | 6 |
| 295. | Снегоход | штук | 1 |
| 296. | Стенка гимнастическая | штук | 6 |
| 297. | Стол для подготовки лыж | комплект | 2 |
| 298. | Термометр наружный | штук | 4 |
| 299. | Флажки для разметки лыжных трасс | комплект | 1 |
| 300. | Электромегафон | штук | 2 |
| 301. | Эспандер лыжника | штук | 11 |
| Для спортивной дисциплины «настольный теннис» | | | |
| 302. | Гантели переменной массы (от 1,5 до 10 кг) | комплект | 3 |
| 303. | Мяч для настольного тенниса | штук | 300 |
| 304. | Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 5 кг) | комплект | 7 |
| 305. | Перекладина гимнастическая | штук | 1 |
| 306. | Ракетка для настольного тенниса | штук | 12 |
| 307. | Свисток судейский | штук | 4 |
| 308. | Секундомер | штук | 1 |
| 309. | Скамья гимнастическая | штук | 3 |
| 310. | Стенка гимнастическая | штук | 3 |
| 311. | Теннисный стол | комплект | 4 |
| 312. | Штанга тяжелоатлетическая тренировочная | штук | 2 |
| 313. | Эспандер резиновые удлиненные | штук | 12 |
| 314. | Эспандер ручной двойного действия | штук | 12 |
| Для спортивной дисциплины «пауэрлифтинг» | | | |
| 315. | Брусья навесные на гимнастическую стенку | штук | 1 |
| 316. | Весы (до 200 кг) | штук | 1 |

| | | | |
|--------------------------------------|---|----------|----|
| 317. | Гантели переменной массы (от 3 до 60 кг) | комплект | 30 |
| 318. | Гири спортивные (8, 16, 24, 32 кг) | комплект | 2 |
| 319. | Зеркало (0,6x2 м) | штук | 2 |
| 320. | Магнетица | штук | 1 |
| 321. | Плиты (подставки 5, 10, 15 см) | пар | 3 |
| 322. | Помост для пауэрлифтинга | комплект | 2 |
| 323. | Секундомер | штук | 2 |
| 324. | Скамья гимнастическая | штук | 1 |
| 325. | Скамья для жима лежа | штук | 2 |
| 326. | Стенка гимнастическая | штук | 1 |
| 327. | Стойка под гантели | штук | 2 |
| 328. | Стойка под диски и грифы | штук | 4 |
| 329. | Стойка для приседания со штангой | штук | 2 |
| 330. | Турник навесной на гимнастическую стенку | штук | 1 |
| 331. | Штанга для пауэрлифтинга с набором дисков (350 кг) | комплект | 3 |
| Для спортивной дисциплины «плавание» | | | |
| 332. | Весы медицинские | штук | 2 |
| 333. | Гантели массивные (от 1 до 8 кг) | комплект | 3 |
| 334. | Доска для плавания | штук | 4 |
| 335. | Доска информационная | штук | 2 |
| 336. | Кушетка массажная | штук | 1 |
| 337. | Ласты тренировочные для плавания | комплект | 8 |
| 338. | Лопатки для плавания (большие, средние, кистевые) | пар | 20 |
| 339. | Мат гимнастический | штук | 6 |
| 340. | Мяч ватерпольный | штук | 5 |
| 341. | Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 5 кг) | штук | 2 |
| 342. | Перекладина гимнастическая | штук | 1 |
| 343. | Плавательный тренажер для тренировки в зале | штук | 4 |
| 344. | Поплавки-вставки для ног «колобашка» | штук | 9 |
| 345. | Пояс пластиковый для плавания с сопротивлением | штук | 9 |
| 346. | Секундомер | штук | 4 |
| 347. | Секундомер настенный четырехстрелочный для бассейна | штук | 1 |
| 348. | Скамья гимнастическая | штук | 6 |
| 349. | Средства спасения (круг, шест, фал, поплавки) | комплект | 1 |
| 350. | Стенка гимнастическая | штук | 4 |
| 351. | Термометр для воды | штук | 2 |
| 352. | Штанга тяжелоатлетическая с набором дисков | комплект | 1 |
| 353. | Эспандер для занятий в воде | штук | 18 |
| 354. | Эспандер для занятий на суше | комплект | 9 |
| Для спортивной дисциплины «самбо» | | | |
| 355. | Весы до 150 кг | штук | 1 |
| 356. | Видеокамера | штук | 1 |
| 357. | Гантели переменной массы (от 1,5 до 10 кг) | комплект | 3 |
| 358. | Гири спортивные (16, 24 и 32 кг) | комплект | 2 |
| 359. | Гонг боксерский | штук | 1 |
| 360. | Доска информационная | штук | 1 |
| 361. | Зеркало (2x3 м) | штук | 2 |
| 362. | Канат для лазания | штук | 1 |
| 363. | Канат для перетягивания | штук | 1 |
| 364. | Ковер для самбо | штук | 1 |

| | | | |
|---|---|----------|----|
| 365. | Кушетка массажная | штук | 1 |
| 366. | Манекен тренировочный для борьбы (разного веса) | штук | 10 |
| 367. | Мат гимнастический | комплект | 2 |
| 368. | Мяч баскетбольный | штук | 2 |
| 369. | Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 5 кг) | штук | 7 |
| 370. | Мяч футбольный | штук | 2 |
| 371. | Насос универсальный (для накачивания мячей) | штук | 1 |
| 372. | Перекладина гимнастическая | штук | 1 |
| 373. | Пояс ручной для страховки | штук | 2 |
| 374. | Секундомер | штук | 4 |
| 375. | Скамья гимнастическая | штук | 3 |
| 376. | Стенка гимнастическая | штук | 6 |
| 377. | Табло информационное электронное | комплект | 1 |
| 378. | Штанга тяжелоатлетическая | штук | 1 |
| 379. | Эспандер резиновый | штук | 10 |
| Для спортивной дисциплины «спортивный туризм» | | | |
| 380. | Веревка вспомогательная («репшнур») (50 м) | штук | 5 |
| 381. | Веревка для блокирования системы (60 м) | штук | 1 |
| 382. | Веревка основная (1000 м) | штук | 1 |
| 383. | Веревка с флажками для разметки трасс (50 м) | штук | 4 |
| 384. | Зажимы для подъема по веревке типа «Жумар» | штук | 12 |
| 385. | Закладные элементы для альпинизма | комплект | 2 |
| 386. | Карабин альпинистский | штук | 60 |
| 387. | Карабин без муфты | штук | 24 |
| 388. | Карта топографическая (герметизированная) ближайшей местности (масштаб от 1:10000 до 1:50000) | штук | 12 |
| 389. | Коврик туристический (180x60x12 мм) | штук | 12 |
| 390. | Компас жидкостный | штук | 12 |
| 391. | Котел туристский с чехлом (объем от 5 до 8 л) | штук | 4 |
| 392. | Мат гимнастический | штук | 5 |
| 393. | Мешок спальный | штук | 12 |
| 394. | Мультитопливная горелка | штук | 4 |
| 395. | Палатка трехместная | штук | 4 |
| 396. | Приемник спутниковой системы навигации | штук | 2 |
| 397. | Рулетка (50 м) | штук | 1 |
| 398. | Секундомер электронный | штук | 2 |
| 399. | Средство радиосвязи (с дальностью работы до 5 км) | штук | 4 |
| 400. | Стенка – скалодром | штук | 1 |
| 401. | Страховочная система | штук | 12 |
| 402. | Тент (4x4 м) | штук | 2 |
| 403. | Топор | штук | 4 |
| 404. | Трек для навесной переправы | штук | 12 |
| 405. | Устройство для спуска по веревке («восьмерка») | штук | 12 |
| 406. | Электромегафон | штук | 1 |
| Для спортивной дисциплины «триатлон» | | | |
| 407. | Автомобиль сопровождения (легковой, универсал) | штук | 1 |
| 408. | Велостанок универсальный | штук | 7 |
| 409. | Вело-тандем шоссейный | штук | 7 |
| 410. | Втулки (переднего и заднего колеса) | комплект | 10 |
| 411. | Гантели переменной массы (от 0,5 до 5,0 кг) | комплект | 2 |

| | | | |
|------------------------------------|---|----------|----|
| 412. | Дрель электрическая | штук | 1 |
| 413. | Инструменты для ремонта велосипеда | комплект | 1 |
| 414. | Камера для велосипеда | штук | 30 |
| 415. | Капсула каретки | штук | 14 |
| 416. | Кассета | штук | 7 |
| 417. | Колеса (переднее и заднее) | комплект | 7 |
| 418. | Ласты | комплект | 14 |
| 419. | Лопатки для плавания | пар | 14 |
| 420. | Мат гимнастический | штук | 2 |
| 421. | Микроавтобус для перевозки велосипедов и снаряжения | штук | 1 |
| 422. | Мяч набивной (медицинбол) | штук | 3 |
| 423. | Насос для подкачки велопокрышек | штук | 1 |
| 424. | Педали | пар | 14 |
| 425. | Переключатель задний | штук | 7 |
| 426. | Переключатель передний | штук | 7 |
| 427. | Переносная стойка для ремонта велосипедов | штук | 1 |
| 428. | Плавательная доска | штук | 14 |
| 429. | Плавательный тренажер для тренировки в зале | штук | 2 |
| 430. | Покрышка для велосипеда | штук | 14 |
| 431. | Рубашка и трос переключения | комплект | 30 |
| 432. | Рубашка и трос тормозной | комплект | 30 |
| 433. | Руль и вынос | штук | 10 |
| 434. | Ручка переключения («шифтер») | комплект | 7 |
| 435. | Седло и подседельный штырь | штук | 10 |
| 436. | Секундомер | штук | 1 |
| 437. | Скамья гимнастическая | штук | 2 |
| 438. | Спица | штук | 30 |
| 439. | Средства обслуживания велосипеда (смазка, спрей, щетка) | комплект | 4 |
| 440. | Станок для правки колес и спицной ключ | комплект | 1 |
| 441. | Стенка гимнастическая | штук | 2 |
| 442. | Тормозные колодки | комплект | 30 |
| 443. | Цепь | штук | 20 |
| 444. | Чашки рулевые | комплект | 7 |
| 445. | Шатуны | комплект | 10 |
| 446. | Шестеренка передняя | штук | 14 |
| 447. | Штанга спортивная | комплект | 1 |
| 448. | Штанга тяжелоатлетическая | штук | 2 |
| 449. | Эксцентрики | комплект | 30 |
| 450. | Эспандер для плавания | штук | 7 |
| 451. | Эспандер ручной двойного действия | штук | 7 |
| Для спортивной дисциплины «торбол» | | | |
| 452. | Ворота торбольные | комплект | 1 |
| 453. | Гантели переменной массы (от 1,5 до 6 кг) | комплект | 3 |
| 454. | Кушетка массажная | штук | 1 |
| 455. | Мат гимнастический | штук | 5 |
| 456. | Мяч баскетбольный | штук | 1 |
| 457. | Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 5 кг) | штук | 8 |
| 458. | Мяч торбольный | штук | 8 |
| 459. | Мяч футбольный | штук | 1 |
| 460. | Насос универсальный (для накачивания мячей) | штук | 1 |

| | | | |
|---|--|----------|----|
| 461. | Помост тяжелоатлетический разборный малый (2,8x2,8 м) | штук | 1 |
| 462. | Скамейка гимнастическая | штук | 5 |
| 463. | Скотч разметочный | штук | 20 |
| 464. | Тренажер кистевой фрикционный | штук | 8 |
| 465. | Штанга тяжелоатлетическая с набором дисков | комплект | 1 |
| Для спортивной дисциплины «футбол» (класс «В1») | | | |
| 466. | Борта мини-футбольные (40 м) | комплект | 1 |
| 467. | Ворота (2,14x3,66 м) | комплект | 2 |
| 468. | Гантели переменной массы (от 1,5 до 6 кг) | комплект | 3 |
| 469. | Мягкая защита на вертикальные штанги футбольных ворот (2,14 м) | пар | 2 |
| 470. | Игла для накачивания мячей | штук | 10 |
| 471. | Манишка футбольная (двух цветов) | штук | 20 |
| 472. | Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 5 кг) | штук | 10 |
| 473. | Мяч мини-футбольный озвученный | штук | 10 |
| 474. | Насос универсальный (для накачивания мячей) | штук | 3 |
| 475. | Свисток судейский | штук | 4 |
| 476. | Секундомер | штук | 4 |
| 477. | Сетка для ворот | комплект | 2 |
| 478. | Сетка для переноски мячей | штук | 2 |
| 479. | Скамья гимнастическая | штук | 5 |
| 480. | Скотч разметочный | штук | 20 |
| 481. | Штанга тяжелоатлетическая с набором дисков разного веса | комплект | 1 |
| 482. | Эспандер резиновый удлиненный | штук | 10 |
| Для спортивной дисциплины «футбол» (класс «В2», «В3») | | | |
| 483. | Ворота (2x3 м) | комплект | 2 |
| 484. | Гантели переменной массы (от 1,5 до 6 кг) | комплект | 3 |
| 485. | Игла для накачивания мячей | штук | 20 |
| 486. | Мягкая защита на вертикальные штанги футбольных ворот (2,14 м) | пар | 2 |
| 487. | Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 5 кг) | штук | 10 |
| 488. | Мяч мини-футбольный | штук | 30 |
| 489. | Насос универсальный (для накачивания мячей) | штук | 3 |
| 490. | Свисток судейский | штук | 4 |
| 491. | Секундомер | штук | 4 |
| 492. | Сетка для ворот | комплект | 2 |
| 493. | Сетка для переноски мячей | штук | 2 |
| 494. | Скамья гимнастическая | штук | 5 |
| 495. | Скотч разметочный | штук | 20 |
| 496. | Эспандер резиновый удлиненный | штук | 10 |
| Для спортивной дисциплины «шахматы» | | | |
| 497. | Демонстрационная доска с комплектом демонстрационных фигур | комплект | 2 |
| 498. | Доска шахматная с шахматными фигурами | комплект | 14 |
| 499. | Интерактивный комплект (мультимедийный проектор, экран, специальное программное обеспечение для вида спорта «шахматы») | комплект | 1 |
| 500. | Мат гимнастический | штук | 2 |
| 501. | Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 5 кг) | комплект | 3 |
| 502. | Секундомер | штук | 2 |

| | | | |
|-----------------------------------|---|----------|----|
| 503. | Стол шахматный | штук | 7 |
| 504. | Стул | штук | 14 |
| 505. | Турник навесной для стенки гимнастической | штук | 1 |
| 506. | Часы шахматные | штук | 7 |
| Для спортивной дисциплины «шашки» | | | |
| 507. | Демонстрационная доска с комплектом демонстрационных фигур | комплект | 1 |
| 508. | Интерактивный комплект (мультимедийный проектор, экран, специальное программное обеспечение, ноутбук) | комплект | 1 |
| 509. | Мат гимнастический | штук | 1 |
| 510. | Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 5 кг) | комплект | 2 |
| 511. | Секундомер | штук | 1 |
| 512. | Стол | штук | 7 |
| 513. | Стул | штук | 14 |
| 514. | Турник навесной для гимнастической стенки | штук | 1 |
| 515. | Часы шахматные | штук | 7 |
| 516. | Шашечная доска складная с набором шашек | комплект | 7 |

| Спортивный инвентарь, передаваемый в индивидуальное пользование | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|-------------------|-------------------|-----------------------------|-------------------------|---|-------------------------|---|-------------------------|-------------------------------------|-------------------------|---|---|
| № п/п | Наименование | Единица измерения | Расчетная единица | Этапы спортивной подготовки | | | | | | | | | |
| | | | | Этап начальной подготовки | | Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) | | Этап совершенствования спортивного мастерства | | Этап высшего спортивного мастерства | | | |
| | | | | количество | срок эксплуатации (лет) | количество | срок эксплуатации (лет) | количество | срок эксплуатации (лет) | количество | срок эксплуатации (лет) | | |
| Для спортивных дисциплин «биатлон», «лыжные гонки» | | | | | | | | | | | | | |
| 1. | Биатлонная установка | комплект | на обучающегося | - | - | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 |
| 2. | Крепления лыжные для классического хода | пар | на обучающегося | - | - | 3 | 1 | 4 | 1 | 4 | 1 | 5 | 1 |
| 3. | Крепления лыжные для конькового хода | пар | на обучающегося | - | - | 3 | 1 | 4 | 1 | 4 | 1 | 5 | 1 |
| 4. | Лыжи гоночные | пар | на обучающегося | - | - | 3 | 1 | 4 | 1 | 4 | 1 | 5 | 1 |
| 5. | Лыжные палки для классического хода и конькового хода | пар | на обучающегося | - | - | 4 | 1 | 6 | 1 | 6 | 1 | 6 | 1 |
| Для спортивной дисциплины «велоспорт-тандем» | | | | | | | | | | | | | |
| 6. | Велотандем шоссейный | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 7. | Велотандем горный | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 8. | Велосипед шоссейный | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |

| | | | | | | | | | | | |
|---|--|----------|-----------------|---|---|---|----------------|-----|----------------|---|----------------|
| 9. | Запасные колеса для шоссейного велосипеда | комплект | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 |
| 10. | Запасные колеса для горного велосипеда | комплект | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 |
| 11. | Велостанок роллерный | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 3 | 1 | 2 | 1 | 2 |
| 12. | Велостанок под заднее колесо | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 3 | 1 | 2 | 1 | 2 |
| 13. | Покрышка для велосипеда | штук | на обучающегося | - | - | 3 | 1 | 4 | 1 | 8 | 1 |
| 14. | Камера для велосипеда | штук | на обучающегося | - | - | 3 | 1 | 4 | 1 | 8 | 1 |
| 15. | Грязевые щитки | комплект | на обучающегося | - | - | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 |
| 16. | Чехол для велосипеда | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| 17. | Чехол для запасных колес | комплект | на обучающегося | - | - | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 2 |
| 18. | Контактные педали для шоссейного велосипеда | пар | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| 19. | Контактные педали для горного велосипеда | пар | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 |
| 20. | Велокомпьютер | комплект | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 2 | 2 | 4 | 2 |
| 21. | Велобачек | штук | на обучающегося | - | - | 2 | 1 | 4 | 1 | 8 | 1 |
| 22. | Держатель велобачка | комплект | на обучающегося | - | - | 2 | 1 | 4 | 1 | 6 | 1 |
| Для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт» | | | | | | | | | | | |
| 23. | Крепления горнолыжные | комплект | на обучающегося | - | - | 2 | 3 | 4 | 3 | 6 | 3 |
| 24. | Лыжи горные | пар | на обучающегося | - | - | 2 | 2 | 4 | 1 | 6 | 1 |
| 25. | Палки горнолыжные | пар | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 |
| Для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции», «легкая атлетика - метания», «легкая атлетика - прыжки» | | | | | | | | | | | |
| 26. | Диск | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 3 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 27. | Копье | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 28. | Ядро | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 3 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| Для спортивной дисциплины «пулевая стрельба» | | | | | | | | | | | |
| 29. | Спортивная пневматическая винтовка (калибр 4,5 мм) | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 10000 | 1,5 | 80000 | 2 | 60000 |
| | | | | | | | выстре- ЛОВ | | выстре- ЛОВ | | выстре- ЛОВ |

| 30. | Спортивный пневматический пистолет (калибр 4,5 мм) | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 10000 выстре- ЛОВ | 1,5 | 80000 выстре- ЛОВ | 2 | 60000 выстре- ЛОВ |
|--------------------------------------|--|----------|-----------------|---|---|-------|-------------------------|-------|-------------------------|-----------|-------------------------|
| 31. | Пневматическая пулька (калибр 4,5 мм) | штук | на обучающегося | - | - | 12000 | - | 16000 | - | 200 00 | - |
| 32. | Мишень | штук | на обучающегося | - | - | 2400 | - | 3200 | - | 400 0 | - |
| 33. | Футляр для перевозки оружия | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 6 | 1 | 4 | 1 | 2 |
| 34. | Футляр для перевозки патронов | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 6 | 1 | 4 | 1 | 2 |
| Для спортивной дисциплины «триатлон» | | | | | | | | | | | |
| 35. | Велотандем шосейный | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 2 |
| 36. | Запасные колеса шосейные | комплект | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 37. | Велостанок универсальный | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 3 | 1 | 2 | 1 | 2 |
| 38. | Покрышка для велосипеда | штук | на обучающегося | - | - | 4 | 1 | 6 | 1 | 8 | 1 |
| 39. | Камера для велосипеда | штук | на обучающегося | - | - | 6 | 1 | 8 | 1 | 10 | 1 |
| 40. | Контактные педали шосейные | пар | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Для спортивной дисциплины «шахматы» | | | | | | | | | | | |
| 41. | Шахматная доска складная с шахматными фигурами | комплект | на обучающегося | - | - | - | - | 1 | 3 | 1 | 3 |
| Для спортивной дисциплины «шашки» | | | | | | | | | | | |
| 42. | Шашечная доска складная с набором шашек | комплект | на обучающегося | - | - | - | - | 1 | 3 | 1 | 3 |

Приложение № 12
к федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта «спорт
слепых», утвержденному приказом
Минспорта России
от «30» января 2022 г. № 1100

Обеспечение спортивной экипировкой

Таблица № 1

| № п/п | Наименование спортивной экипировки | Единица измерения | Количество изделий |
|---|---|-------------------|--------------------|
| Для спортивных дисциплин «биатлон», «лыжные гонки» | | | |
| 1. | Ботинки лыжные для классического хода | пар | 8 |
| 2. | Ботинки лыжные для конькового хода | пар | 8 |
| 3. | Чехол для лыж | штук | 8 |
| 4. | Нагрудный номер | штук | 100 |
| 5. | Очки солнцезащитные | штук | 8 |
| 6. | Очки горнолыжные | штук | 4 |
| 7. | Шлем защитный | штук | 14 |
| Для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт» | | | |
| 8. | Ботинки горнолыжные | пар | 9 |
| 9. | Защита горнолыжная | комплект | 9 |
| 10. | Очки защитные | штук | 9 |
| 11. | Чехол для лыж | штук | 9 |
| 12. | Шлем | штук | 9 |
| 13. | Фильтры для очков горнолыжных | комплект | 9 |
| Для спортивной дисциплины «настольный теннис» | | | |
| 14. | Очки защитные | штук | 12 |
| 15. | Перчатки защитные | пар | 12 |
| Для спортивной дисциплины «пауэрлифтинг» | | | |
| 16. | Футболка | штук | 10 |
| 17. | Пояс для пауэрлифтинга с карабином | штук | 10 |
| 18. | Гетры для тяги | пар | 10 |
| 19. | Кистевые бинты | пар | 10 |
| 20. | Наколенник (фиксатор коленных суставов) | пар | 10 |
| 21. | Налокотник (фиксатор локтевых суставов) | пар | 10 |
| 22. | Туфли тяжелоатлетические («штангетки») | пар | 10 |
| 23. | Обувь для тяги | пар | 10 |
| Для спортивной дисциплины «пулевая стрельба» | | | |
| 24. | Наушники-антифоны | пар | 16 |
| 25. | Футляр для перевозки оружия | штук | 16 |
| 26. | Оправа стрелковая (монокль) | штук | 16 |
| Для спортивной дисциплины «самбо» | | | |
| 27. | Пояса для самбо (красного и синего цвета) | комплект | 20 |

| Для спортивной дисциплины «спортивный туризм» | | | |
|---|----------------------------------|----------|----|
| 28. | Баул для транспортировки веревок | штук | 2 |
| 29. | Рюкзак (объем от 80 до 120 л) | штук | 12 |
| Для спортивной дисциплины «триатлон» | | | |
| 30. | Велосипедные туфли шоссейные | пар | 12 |
| 31. | Велосипедный шлем | штук | 12 |
| 32. | Гидрокостюм | штук | 12 |
| 33. | Кепка | штук | 12 |
| 34. | Кроссовки | пар | 12 |
| 35. | Купальник (для женщин) | штук | 12 |
| 36. | Очки для плавания | штук | 12 |
| 37. | Плавки (для мужчин) | штук | 12 |
| 38. | Стартовый костюм | штук | 12 |
| 39. | Тренировочный костюм | штук | 12 |
| 40. | Футболка | штук | 12 |
| 41. | Чехол для велосипеда | штук | 7 |
| 42. | Чехол для запасных колес | комплект | 7 |
| 43. | Шапочка для плавания | штук | 12 |
| 44. | Шорты | штук | 12 |
| Для спортивной дисциплины «футбол» | | | |
| 45. | Манишка футбольная | штук | 20 |

| | | | | | | | | | | | | |
|-----------------------------------|----------------------------------|----------|---|---|---|---|---|---|----|---|---|---|
| 33. | Велосипедные туфли шоссейные | пар | - | - | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| 34. | Велосипедная шапка летняя | штук | - | - | 2 | 1 | 3 | 1 | 6 | 1 | 1 | 1 |
| 35. | Велосипедная шапка телстая | штук | - | - | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 |
| 36. | Ветровка-дождевик | штук | - | - | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 |
| 37. | Жилет велосипедный | штук | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 38. | Костюм ветрозащитный | штук | - | - | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 39. | Костюм спортивный парадный | штук | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 40. | Кроссовки легкоатлетические | пар | - | - | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 41. | Носки велосипедные | пар | - | - | - | - | 6 | 1 | 12 | 1 | 1 | 1 |
| 42. | Разминочные рукава | пар | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 |
| 43. | Разминочные чулки | пар | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 44. | Термобелье | комплект | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 45. | Велошлем | штук | - | - | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| 46. | Очки защитные | штук | - | - | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Для спортивной дисциплины «гольф» | | | | | | | | | | | | |
| 47. | Велоперчатки летние | пар | - | - | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 48. | Гоночные брюки (для женщин) | штук | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 49. | Игровая форма (футболка и шорты) | комплект | - | - | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 50. | Костюм ветрозащитный | штук | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 51. | Костюм парадный | штук | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 52. | Костюм тренировочный утепленный | штук | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 53. | Кроссовки | пар | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 54. | Кроссовки утепленные | пар | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 55. | Наколенники для единоборств | пар | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 56. | Очки гольбольные | штук | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |

| | | | | | | | | | | | |
|---|--|----------|-----------------|---|---|---|---|---|---|----|---|
| 57. | Протектор на грудь (для женщин) | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 58. | Протектор-бандаж для паха | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 59. | Спортивная сумка | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 60. | Спортивный рюкзак | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 61. | Футболка парадная | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 62. | Щитки на голень | пар | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 63. | Щитки на предплечье и локоть | пар | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| Для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт» | | | | | | | | | | | |
| 64. | Ботинки горнолыжные | пар | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 3 |
| 65. | Защита горнолыжная | комплект | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 66. | Защита для спины | комплект | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 67. | Комбинезон горнолыжный | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 68. | Костюм спортивный ветрозащитный | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 69. | Костюм тренировочный | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 70. | Кроссовки легкоатлетические | пар | на обучающегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 71. | Куртка горнолыжная | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 72. | Лыжи горные | пар | на обучающегося | - | - | 3 | 2 | 6 | 1 | 6 | 1 |
| 73. | Носки горнолыжные | пар | на обучающегося | - | - | 1 | 1 | 2 | 1 | 12 | 1 |
| 74. | Очки защитные | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 75. | Палки горнолыжные | пар | на обучающегося | - | - | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 76. | Перчатки горнолыжные | пар | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 77. | Плац горнолыжный | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 78. | Термобелье спортивное | комплект | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 79. | Чехол для лыж | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 |
| 80. | Шлем | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 3 |
| 81. | Шорты горнолыжные | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| Для спортивной дисциплины «дзюдо» | | | | | | | | | | | |
| 82. | Кимоно для дзюдо белое («дзюдога», куртка и брюки) | комплект | на обучающегося | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 |

| | | | | | | | | | | | | |
|---|--|----------|-----------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 83. | Кимоно для дзюдо синее («дзюдога», куртка и брюки) | комплект | на обучающегося | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 84. | Компрессионное спортивное белье | комплект | на обучающегося | - | - | - | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 85. | Костюм ветрозащитный | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 86. | Костюм тренировочный спортивный | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 87. | Костюм тренировочный спортивный утепленный | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 88. | Костюм-сауна | штук | на обучающегося | - | - | - | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 89. | Кроссовки для зала | пар | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 90. | Кроссовки легкоатлетические | пар | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 91. | Наколенник (фиксатор коленных суставов) | пар | на обучающегося | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 92. | Налкотник (фиксатор локтевых суставов) | пар | на обучающегося | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 |
| 93. | Пояс для дзюдо | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 4 | 1 | 4 | 1 | 1 |
| 94. | Фиксатор для голеностопа | пар | на обучающегося | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 95. | Футболка белого цвета (для женщин) | штук | на обучающегося | - | - | 2 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 1 |
| 96. | Футболка спортивная | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 97. | Шапка спортивная | штук | на обучающегося | - | - | - | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 |
| Для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции», «легкая атлетика - метания», «легкая атлетика - прыжки» | | | | | | | | | | | | |
| 98. | Костюм ветрозащитный | штук | на обучающегося | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 99. | Кроссовки легкоатлетические | пар | на обучающегося | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 | 1 |
| 100. | Летгинсы (лосины) короткие и длинные | штук | на обучающегося | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 101. | Майка легкоатлетическая | штук | на обучающегося | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 102. | Носки | пар | на обучающегося | - | - | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 103. | Обувь для метания диска | пар | на обучающегося | - | - | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 | 1 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--|---|----------|-----------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 104. | Трусы легкоатлетические | штук | на обучающегося | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 105. | Шиповки для бега на короткие дистанции | пар | на обучающегося | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 |
| 106. | Шиповки для бега на средние и длинные дистанции | пар | на обучающегося | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 |
| 107. | Шиповки для прыжков в длину | пар | на обучающегося | - | - | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 |
| Для спортивных дисциплин «биатлон», «лыжные гонки» | | | | | | | | | | | | | | |
| 108. | Ботинки лыжные для классического хода | пар | на обучающегося | - | - | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 109. | Ботинки лыжные для конькового хода | пар | на обучающегося | - | - | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 110. | Комбинезон для лыжных гонок | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| 111. | Костюм ветрозащитный | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 |
| 112. | Кроссовки для зала | пар | на обучающегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 113. | Кроссовки легкоатлетические | пар | на обучающегося | - | - | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 114. | Очки солнцезащитные | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 115. | Перчатки лыжные | пар | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 |
| 116. | Термобелье спортивное | комплект | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 117. | Чехол для лыж | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| 118. | Шапка гоночная | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 |
| Для спортивной дисциплины «настольный теннис» | | | | | | | | | | | | | | |
| 119. | Костюм спортивный тренировочный зимний | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 120. | Костюм спортивный тренировочный летний | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 121. | Кроссовки для спортивного зала | пар | на обучающегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 122. | Спортивные брюки | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 123. | Фиксатор для голеностопа | пар | на обучающегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |

| | | | | | | | | | | | | | |
|--|---|------|-----------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 124. | Фиксатор коленных суставов | пар | на обучающегося | - | - | - | - | - | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 125. | Фиксатор локтевых суставов | пар | на обучающегося | - | - | - | - | - | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 126. | Футболка | штук | на обучающегося | - | - | 1 | - | - | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 127. | Шорты | штук | на обучающегося | - | - | 1 | - | - | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| Для спортивной дисциплины «пауэрлифтинг» | | | | | | | | | | | | | |
| 128. | Бинты для пауэрлифтинга на кисти рук | пар | на обучающегося | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 129. | Гетры для тяги | пар | на обучающегося | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 |
| 130. | Костюм спортивный парадный | штук | на обучающегося | - | - | 1 | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 131. | Костюм тренировочный | штук | на обучающегося | - | - | 1 | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 132. | Кроссовки легкоатлетические | пар | на обучающегося | - | - | 1 | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 133. | Наколенник (фиксатор коленных суставов) | пар | на обучающегося | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 134. | Обувь для становой тяги | пар | на обучающегося | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 135. | Пояс для пауэрлифтинга | штук | на обучающегося | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 |
| 136. | Трико тяжелоатлетическое | штук | на обучающегося | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 137. | Туфли тяжелоатлетические («штангетки») | пар | на обучающегося | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| Для спортивной дисциплины «плавание» | | | | | | | | | | | | | |
| 138. | Беруши | пар | на обучающегося | - | - | 2 | - | - | 1 | 4 | 1 | 6 | 1 |
| 139. | Гидрошорты для плавания (мужчины) | штук | на обучающегося | - | - | 1 | - | - | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 140. | Костюм (комбинезон) для плавания | штук | на обучающегося | - | - | - | - | - | - | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 141. | Кроссовки | пар | на обучающегося | - | - | 1 | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 142. | Купальник (женский) | штук | на обучающегося | - | - | 2 | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 143. | Обувь для бассейна | пар | на обучающегося | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 144. | Очки для плавания | штук | на обучающегося | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 145. | Плавки (мужские) | штук | на обучающегося | - | - | 2 | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 146. | Полотенце | штук | на обучающегося | - | - | 1 | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 147. | Халат | штук | на обучающегося | - | - | - | - | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 |

| | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|----------|-----------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 191. | Шапочка для плавания | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 192. | Шорты | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| Для спортивной дисциплины «торбол» | | | | | | | | | | | | | |
| 193. | Гоночные брюки (для женщин) | штук | на обучающегося | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 194. | Протектор-бандаж для паха | штук | на обучающегося | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 195. | Игровая форма (футболка, шорты) | комплект | на обучающегося | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 196. | Кроссовки | пар | на обучающегося | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 197. | Наколенник для единоборств | пар | на обучающегося | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 198. | Очки торбольные | штук | на обучающегося | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 199. | Протектор на грудь (для женщин) | штук | на обучающегося | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 200. | Щитки на предплечье и локоть | пар | на обучающегося | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| Для спортивной дисциплины «футбол» (класс «В1») | | | | | | | | | | | | | |
| 201. | Игровая форма (футболка, шорты, гетры футбольные, перчатки) | комплект | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 202. | Игровая форма вратаря (футболка, шорты, гетры футбольные, перчатки) | комплект | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 203. | Капитанская повязка | штук | на группу | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 204. | Костюм ветрозащитный | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 205. | Костюм парадный | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 206. | Костюм тренировочный | штук | на обучающегося | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 207. | Кроссовки | пар | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 208. | Кроссовки парадные | пар | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 209. | Обувь для игры в мини-футбол | пар | на обучающегося | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---|--|----------|-----------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 210. | Специальные очки, блокирующие свет, для мини-футбола (5x5, класс «В1») | штук | на обучающегося | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 211. | Тренировочная форма (футболка, шорты, гетры футбольные, перчатки) | комплект | на обучающегося | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 212. | Футболка | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 |
| 213. | Щитки футбольные | пар | на обучающегося | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| Для спортивной дисциплины «футбол» (класс «В2», «В3») | | | | | | | | | | | | | | |
| 214. | Игровая форма (футболка, шорты, гетры футбольные) | комплект | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 215. | Игровая форма вратаря (футболка, шорты, гетры футбольные, перчатки) | комплект | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 216. | Капитанская повязка | штук | на группу | - | - | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 217. | Костюм ветрозащитный | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 218. | Костюм парадный | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 219. | Костюм тренировочный | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 220. | Кроссовки | пар | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 221. | Кроссовки парадные | пар | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 222. | Обувь для игры в мини-футбол | пар | на обучающегося | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 223. | Футболка | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 224. | Щитки футбольные | пар | на обучающегося | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| Для спортивных дисциплин «шахматы», «шашки» | | | | | | | | | | | | | | |
| 225. | Костюм спортивный зимний | штук | на обучающегося | - | - | - | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 226. | Костюм спортивный летний | штук | на обучающегося | - | - | - | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 227. | Кроссовки | пар | на обучающегося | - | - | - | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 228. | Кроссовки утепленные | пар | на обучающегося | - | - | - | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 229. | Футболка спортивная | штук | на обучающегося | - | - | - | - | - | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 230. | Шапка спортивная | штук | на обучающегося | - | - | - | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 231. | Шорты спортивные | штук | на обучающегося | - | - | - | - | - | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |