Документ предоставлен [КонсультантПлюс](http://www.consultant.ru)

Зарегистрировано в Минюсте России 9 февраля 2018 г. N 49986

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ПРИКАЗ

от 19 января 2018 г. N 34

ОБ УТВЕРЖДЕНИИ ФЕДЕРАЛЬНОГО СТАНДАРТА

СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА "ФУТБОЛ"

В соответствии с [частью 1 статьи 34](consultantplus://offline/ref=AA3AEBE4DCE42D41D3BC74AB4D35EFBB2098DF90399C6F3F08CE43981319DA44DA573B13BBrEy0K) Федерального закона от 04.12.2007 N 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" (Собрание законодательства Российской Федерации, 2007, N 50, ст. 6242; 2011, N 50, ст. 7354; 2012, N 53 (ч. 1), ст. 7582) и [подпунктом 4.2.27](consultantplus://offline/ref=AA3AEBE4DCE42D41D3BC74AB4D35EFBB2098D99E399E6F3F08CE43981319DA44DA573B13BCE67E23r1yAK) Положения о Министерстве спорта Российской Федерации, утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации от 19.06.2012 N 607 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, N 26, ст. 3525; 2013, N 30 (ч. 2), ст. 4112, N 45, ст. 5822; 2015, N 2, ст. 491, N 18, ст. 2711; 2016, N 28, ст. 4741), приказываю:

1. Утвердить прилагаемый федеральный [стандарт](#P28) спортивной подготовки по виду спорта "футбол".

2. Признать утратившим силу [приказ](consultantplus://offline/ref=AA3AEBE4DCE42D41D3BC74AB4D35EFBB229CDB96339F6F3F08CE439813r1y9K) Министерства спорта Российской Федерации от 27.03.2013 N 147 "Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта футбол" (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 28.05.2013, регистрационный N 28557).

3. Контроль за исполнением настоящего приказа возложить на заместителя Министра спорта Российской Федерации С.В. Косилова.

Министр

П.А.КОЛОБКОВ

Утвержден

приказом Минспорта России

от 19 января 2018 г. N 34

ФЕДЕРАЛЬНЫЙ СТАНДАРТ

СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА "ФУТБОЛ"

Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта "футбол" (далее - ФССП) разработан на основании [части 1 статьи 34](consultantplus://offline/ref=AA3AEBE4DCE42D41D3BC74AB4D35EFBB2098DF90399C6F3F08CE43981319DA44DA573B13BBrEy0K) Федерального закона от 04.12.2007 N 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" (далее - Федеральный закон) (Собрание законодательства Российской Федерации, 2007, N 50, ст. 6242; 2011, N 50, ст. 7354; 2012, N 53 (ч. 1), ст. 7582) и [подпункта 4.2.27](consultantplus://offline/ref=AA3AEBE4DCE42D41D3BC74AB4D35EFBB2098D99E399E6F3F08CE43981319DA44DA573B13BCE67E23r1yAK) Положения о Министерстве спорта Российской Федерации, утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации от 19.06.2012 N 607 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, N 26, ст. 3525; 2013, N 30 (ч. 2), ст. 4112, N 45, ст. 5822; 2015, N 2, ст. 491, N 18, ст. 2711; 2016, N 28, ст. 4741), и определяет условия и минимальные требования к спортивной подготовке в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с Федеральным [законом](consultantplus://offline/ref=AA3AEBE4DCE42D41D3BC74AB4D35EFBB2098DF90399C6F3F08CE439813r1y9K).

I. Требования к структуре и содержанию

программ спортивной подготовки, в том числе к освоению

их теоретических и практических разделов применительно

к каждому этапу спортивной подготовки

1. Программа спортивной подготовки по виду спорта "футбол" (далее - Программа) должна иметь следующую структуру и содержание:

- титульный лист;

- пояснительную записку;

- нормативную часть;

- методическую часть;

- систему контроля и зачетные требования;

- перечень информационного обеспечения;

- план физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий.

1.1. На "Титульном листе" Программы указывается:

- наименование вида спорта;

- наименование организации, осуществляющей спортивную подготовку;

- название Программы;

- название федерального стандарта спортивной подготовки, на основе которого разработана Программа;

- срок реализации Программы;

- год составления Программы.

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

1.3. "Нормативная часть" Программы должна содержать:

- продолжительность этапов спортивной подготовки, возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки и количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта "футбол" ([Приложение N 1](#P204) к настоящему ФССП);

- соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта "футбол" ([Приложение N 2](#P240) к настоящему ФССП);

- планируемые показатели соревновательной деятельности по виду спорта "футбол" ([Приложение N 3](#P307) к настоящему ФССП);

- режимы тренировочной работы;

- медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим спортивную подготовку;

- предельные тренировочные нагрузки;

- объем соревновательной деятельности;

- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию;

- требования к количественному и качественному составу групп на этапах спортивной подготовки;

- объем индивидуальной спортивной подготовки;

- структуру годичного цикла (название и продолжительность периодов, этапов, мезоциклов).

1.4. "Методическая часть" Программы должна содержать:

- рекомендации по проведению тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и спортивных соревнований;

- рекомендуемые объемы тренировочных и соревновательных нагрузок;

- рекомендации по планированию спортивных результатов;

- требования к организации и проведению врачебно-педагогического, психологического и биохимического контроля;

- программный материал для практических занятий по каждому этапу спортивной подготовки с разбивкой на периоды подготовки;

- рекомендации по организации психологической подготовки;

- планы применения восстановительных средств;

- планы антидопинговых мероприятий;

- планы инструкторской и судейской практики.

1.5. "Система контроля и зачетные требования" Программы должна включать:

- конкретизацию критериев подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку на каждом этапе спортивной подготовки, с учетом возраста и влияния физических качеств и телосложения на результативность по виду спорта "футбол" ([Приложение N 4](#P358) к настоящему ФССП);

- требования к результатам реализации Программы на каждом этапе спортивной подготовки, выполнение которых дает основание для перевода лица, проходящего спортивную подготовку на следующий этап спортивной подготовки;

- виды контроля общей физической и специальной физической, технической и тактической подготовки, комплекс контрольных испытаний и контрольно-переводные нормативы по годам и этапам спортивной подготовки, сроки проведения контроля;

- комплексы контрольных упражнений для оценки общей физической, специальной физической, технической, тактической подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку, методические указания по организации тестирования, методам и организации медико-биологического обследования.

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

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

II. Нормативы физической подготовки и иные

спортивные нормативы с учетом возраста, пола лиц,

проходящих спортивную подготовку, особенностей

вида спорта "футбол" (спортивных дисциплин)

2. Нормативы по видам спортивной подготовки и их соотношение на этапах спортивной подготовки в группах, занимающихся видом спорта "футбол", с учетом спортивных дисциплин, включают в себя:

2.1. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки ([Приложение N 5](#P393) к настоящему ФССП).

2.2. Нормативы общей физической, специальной физической подготовки, иные спортивные нормативы для зачисления в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) ([Приложение N 6](#P442) к настоящему ФССП).

2.3. Нормативы общей физической, специальной физической подготовки, иные спортивные нормативы для зачисления в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства ([Приложение N 7](#P504) к настоящему ФССП).

2.4. Нормативы общей физической, специальной физической подготовки, иные спортивные нормативы для зачисления в группы на этапе высшего спортивного мастерства ([Приложение N 8](#P566) к настоящему ФССП).

III. Требования к участию лиц, проходящих

спортивную подготовку, и лиц, ее осуществляющих,

в спортивных соревнованиях, предусмотренных

в соответствии с реализуемой программой

спортивной подготовки

3. Требования к участию в спортивных соревнованиях лиц, проходящих спортивную подготовку:

- соответствие возраста и пола положению (регламенту) об официальных спортивных соревнованиях и [правилам](consultantplus://offline/ref=AA3AEBE4DCE42D41D3BC74AB4D35EFBB2191D491399A6F3F08CE439813r1y9K) вида спорта "футбол";

- соответствие уровня спортивной квалификации положению (регламенту) об официальных спортивных соревнованиях согласно Единой всероссийской спортивной классификации и [правилам](consultantplus://offline/ref=AA3AEBE4DCE42D41D3BC74AB4D35EFBB2191D491399A6F3F08CE439813r1y9K) вида спорта "футбол";

- выполнение плана спортивной подготовки;

- прохождение предварительного соревновательного отбора;

- наличие соответствующего медицинского заключения о допуске к участию в спортивных соревнованиях;

- соблюдение общероссийских антидопинговых [правил](consultantplus://offline/ref=AA3AEBE4DCE42D41D3BC74AB4D35EFBB2198DA923F9E6F3F08CE43981319DA44DA573B13BCE67E26r1y2K) и антидопинговых правил, утвержденных международными антидопинговыми организациями.

4. Лица, проходящие спортивную подготовку, и лица, ее осуществляющие, направляются организацией, реализующей спортивную подготовку, на спортивные соревнования в соответствии с содержащимся в Программе планом физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий и положениями (регламентами) о спортивных соревнованиях и спортивных мероприятиях.

IV. Требования к результатам реализации программ спортивной

подготовки на каждом из этапов спортивной подготовки

5. Результатом реализации Программы является:

5.1. На этапе начальной подготовки:

- формирование устойчивого интереса к занятиям спортом;

- формирование широкого круга двигательных умений и навыков;

- освоение основ техники по виду спорта "футбол";

- всестороннее гармоничное развитие физических качеств;

- укрепление здоровья;

- отбор перспективных юных спортсменов для дальнейшей спортивной подготовки.

5.2. На тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):

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

- приобретение опыта и достижение стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта "футбол";

- формирование спортивной мотивации;

- укрепление здоровья.

5.3. На этапе совершенствования спортивного мастерства:

- повышение функциональных возможностей организма;

- совершенствование общих и специальных физических качеств, технической, тактической и психологической подготовки;

- стабильность демонстрации высоких спортивных результатов на официальных межрегиональных и всероссийских спортивных соревнованиях;

- поддержание высокого уровня спортивной мотивации;

- сохранение здоровья.

5.4. На этапе высшего спортивного мастерства:

- достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации;

- повышение стабильности демонстрации высоких спортивных результатов на официальных всероссийских и международных спортивных соревнованиях.

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

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

V. Особенности осуществления спортивной

подготовки по отдельным спортивным дисциплинам по виду

спорта "футбол"

8. Особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта "футбол" определяются в Программе и учитываются при:

- составлении планов спортивной подготовки начиная с тренировочного этапа (этапа спортивной специализации);

- составлении плана физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий.

9. Тренировочный процесс в организации, осуществляющей спортивную подготовку, ведется в соответствии с годовым тренировочным планом, рассчитанным на 52 недели и не должен превышать нормативы максимального объема тренировочной нагрузки ([Приложение N 9](#P628) к настоящему ФССП).

10. Основными формами осуществления спортивной подготовки являются:

- групповые и индивидуальные тренировочные и теоретические занятия;

- работа по индивидуальным планам;

- тренировочные сборы;

- участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях;

- инструкторская и судейская практика;

- медико-восстановительные мероприятия;

- тестирование и контроль.

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

12. Для проведения занятий на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, кроме основного тренера (тренера-преподавателя) допускается привлечение дополнительно второго тренера (тренера-преподавателя) по общей физической и специальной физической подготовке при условии их одновременной работы с лицами, проходящими спортивную подготовку.

Также к работе со спортсменами на всех этапах спортивной подготовки, кроме основного тренера (тренера-преподавателя) допускается привлечение дополнительно тренера (тренера-преподавателя) по подготовке вратарей, при условии их одновременной работы с лицами, проходящими спортивную подготовку.

13. Для обеспечения круглогодичности спортивной подготовки, подготовки к спортивным соревнованиям лиц, проходящих спортивную подготовку, организуются тренировочные сборы, являющиеся составной частью (продолжением) тренировочного процесса в соответствии с перечнем тренировочных сборов ([Приложение N 10](#P678) к настоящему ФССП).

14. Порядок формирования групп спортивной подготовки определяется организациями, осуществляющими спортивную подготовку, самостоятельно.

15. Для зачисления в группы спортивной подготовки необходим:

- на этапе совершенствования спортивного мастерства - спортивный разряд "первый спортивный разряд";

- на этапе высшего спортивного мастерства - спортивный разряд "кандидат в мастера спорта".

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

17. Комплектование групп спортивной подготовки, а также планирование тренировочных занятий (по объему и интенсивности тренировочных нагрузок разной направленности) осуществляются в соответствии с гендерными и возрастными особенностями развития.

18. В зависимости от условий и организации занятий, а также условий проведения спортивных соревнований, спортивная подготовка осуществляется на основе обязательного соблюдения необходимых мер безопасности в целях сохранения здоровья лиц, проходящих спортивную подготовку.

VI. Требования к условиям реализации программ спортивной

подготовки, в том числе кадрам, материально-технической

базе и инфраструктуре организаций, осуществляющих

спортивную подготовку, и иным условиям

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

20. Требования к кадрам организаций, осуществляющих спортивную подготовку:

20.1. Уровень квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку, должен соответствовать требованиям, определенным Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих, [раздел](consultantplus://offline/ref=AA3AEBE4DCE42D41D3BC74AB4D35EFBB229ADC933D9F6F3F08CE43981319DA44DA573B13BCE67E26r1y3K) "Квалификационные характеристики должностей работников в области физической культуры и спорта", утвержденным приказом Минздравсоцразвития России от 15.08.2011 N 916н (зарегистрирован Минюстом России 14.10.2011, регистрационный N 22054) (далее - ЕКСД), в том числе:

- на этапе начальной подготовки - наличие среднего профессионального образования или высшего профессионального образования без предъявления требований к стажу работы по специальности;

- на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) - наличие среднего профессионального образования или высшего профессионального образования и стажа работы по специальности не менее одного года;

- на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства - наличие высшего профессионального образования и стажа работы по специальности не менее трех лет.

20.2. Лица, не имеющие специальной подготовки или стажа работы, установленных в разделе "Требования к квалификации" [ЕКСД](consultantplus://offline/ref=AA3AEBE4DCE42D41D3BC74AB4D35EFBB229ADC933D9F6F3F08CE43981319DA44DA573B13BCE67E26r1y2K), но обладающие достаточным практическим опытом и выполняющие качественно и в полном объеме возложенные на них должностные обязанности, по рекомендации аттестационной комиссии назначаются на соответствующие должности так же, как и лица, имеющие специальную подготовку и стаж работы <1>.

--------------------------------

<1> [Пункт 6](consultantplus://offline/ref=AA3AEBE4DCE42D41D3BC74AB4D35EFBB229ADC933D9F6F3F08CE43981319DA44DA573B13BCE67E25r1y1K) ЕКСД.

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

21. Требования к материально-технической базе и инфраструктуре организаций, осуществляющих спортивную подготовку, и иным условиям:

- наличие футбольного поля;

- наличие игрового зала;

- наличие тренировочного спортивного зала;

- наличие тренажерного зала;

- наличие раздевалок, душевых;

- наличие медицинского пункта объекта спорта, оборудованного в соответствии с [приказом](consultantplus://offline/ref=AA3AEBE4DCE42D41D3BC74AB4D35EFBB2198DC9638986F3F08CE439813r1y9K) Минздрава России от 01.03.2016 N 134н "О Порядке 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" (зарегистрирован Минюстом России 21.06.2016, регистрационный N 42578);

- обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки ([Приложение N 11](#P754) к настоящему ФССП);

- обеспечение спортивной экипировкой ([Приложение N 12](#P807) к настоящему ФССП);

- обеспечение проезда к месту проведения спортивных мероприятий и обратно;

- обеспечение питанием и проживанием в период проведения спортивных мероприятий;

- осуществление медицинского обеспечения лиц, проходящих спортивную подготовку, в том числе организацию систематического медицинского контроля.

Приложение N 1

к федеральному стандарту

спортивной подготовки

по виду спорта "футбол"

ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ

ЭТАПОВ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ, ВОЗРАСТ ЛИЦ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ

НА ЭТАПЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ И КОЛИЧЕСТВО ЛИЦ, ПРОХОДЯЩИХ

СПОРТИВНУЮ ПОДГОТОВКУ В ГРУППАХ НА ЭТАПАХ СПОРТИВНОЙ

ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА "ФУТБОЛ"

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Этапы спортивной подготовки | Продолжительность этапов (в годах) | Возраст для зачисления (лет) | Количество лиц (человек) |
| Этап начальной подготовки | 3 | 9 | 12 - 14 |
| Тренировочный этап (этап спортивной специализации) | 5 | 12 | 12 - 14 |
| Этап совершенствования спортивного мастерства | Без ограничений | 16 | 2 - 6 |
| Этап высшего спортивного мастерства | Без ограничений | 18 | 1 - 4 |

Приложение N 2

к федеральному стандарту

спортивной подготовки

по виду спорта "футбол"

СООТНОШЕНИЕ

ОБЪЕМОВ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ПО ВИДАМ СПОРТИВНОЙ

ПОДГОТОВКИ НА ЭТАПАХ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ

ПО ВИДУ СПОРТА "ФУТБОЛ"

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Виды спортивной подготовки | Этапы и периоды спортивной подготовки | | | | | |
| Этап начальной подготовки | | Тренировочный этап (этап спортивной специализации) | | Этап совершенствования спортивного мастерства | Этап высшего спортивного мастерства |
| До года | Свыше года | До двух лет | Свыше двух лет |
| Общая физическая подготовка (%) | 13 - 17 | 13 - 17 | 13 - 17 | 13 - 17 | 4 - 6 | 9 - 11 |
| Специальная физическая подготовка (%) | 4 - 6 | 4 - 6 | 9 - 11 | 9 - 11 | 9 - 11 | 4 - 6 |
| Техническая подготовка (%) | 35 - 45 | 35 - 45 | 26 - 34 | 18 - 23 | 13 - 17 | 13 - 17 |
| Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%) | 9 - 11 | 9 - 11 | 9 - 11 | 9 - 11 | 13 - 17 | 9 - 11 |
| Технико-тактическая (интегральная) подготовка (%) | 22 - 28 | 22 - 28 | 26 - 34 | 31 - 39 | 35 - 45 | 39 - 51 |
| Участие в спортивных соревнованиях, инструкторская и судейская практика (%) | 4 - 6 | 4 - 6 | 5 - 8 | 5 - 8 | 8 - 10 | 8 - 10 |

Приложение N 3

к федеральному стандарту

спортивной подготовки

по виду спорта "футбол"

ПЛАНИРУЕМЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ

СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ВИДУ СПОРТА "ФУТБОЛ"

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Виды спортивных соревнований, игр | Этапы и периоды спортивной подготовки, количество соревнований, игр | | | | | |
| Этап начальной подготовки | | Тренировочный этап (этап спортивной специализации) | | Этап совершенствования спортивного мастерства | Этап высшего спортивного мастерства |
| до года | свыше года | До двух лет | Свыше двух лет |
| Контрольные | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 |
| Отборочные | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 |
| Основные | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Игры | 22 | 22 | 28 | 28 | 32 | 32 |

Приложение N 4

к федеральному стандарту

спортивной подготовки

по виду спорта "футбол"

ВЛИЯНИЕ

ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ И ТЕЛОСЛОЖЕНИЯ НА РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ

ПО ВИДУ СПОРТА "ФУТБОЛ"

|  |  |
| --- | --- |
| Физические качества и телосложение | Уровень влияния |
| Скоростные способности | [3](#P380) |
| Мышечная сила | [2](#P381) |
| Вестибулярная устойчивость | [2](#P381) |
| Выносливость | [3](#P380) |
| Гибкость | [2](#P381) |
| Координационные способности | [2](#P381) |
| Телосложение | [1](#P382) |

Условные обозначения:

3 - значительное влияние;

2 - среднее влияние;

1 - незначительное влияние.

Приложение N 5

к федеральному стандарту

спортивной подготовки

по виду спорта "футбол"

НОРМАТИВЫ

ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ В ГРУППЫ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Развиваемые физические качества | Контрольные упражнения (тесты) | |
| Юноши | Девушки |
| Скорость | Бег на 30 м со старта  (не более 6,6 с) | Бег на 30 м со старта  (не более 6,9 с) |
| Бег на 60 м со старта  (не более 11,8 с) | Бег на 60 м со старта  (не более 12 с) |
| Челночный бег 3 x 10 м  (не более 9,3 с) | Челночный бег 3 x 10 м  (не более 9,5 с) |
| Скоростно-силовые | Прыжок в длину с места  (не менее 135 см) | Прыжок в длину с места  (не менее 125 см) |
| Тройной прыжок  (не менее 360 см) | Тройной прыжок  (не менее 300 см) |
| Прыжок вверх с места со взмахом руками  (не менее 12 см) | Прыжок вверх с места со взмахом руками  (не менее 10 см) |
| Выносливость | Бег на 1000 м  (без учета времени) | Бег на 1000 м  (без учета времени) |

Приложение N 6

к федеральному стандарту

спортивной подготовки

по виду спорта "футбол"

НОРМАТИВЫ

ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ, СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ,

ИНЫЕ СПОРТИВНЫЕ НОРМАТИВЫ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ В ГРУППЫ

НА ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ (ЭТАПЕ СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ)

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

Приложение N 7

к федеральному стандарту

спортивной подготовки

по виду спорта "футбол"

НОРМАТИВЫ

ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ, СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ,

ИНЫЕ СПОРТИВНЫЕ НОРМАТИВЫ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ В ГРУППЫ

НА ЭТАПЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Развиваемые физические качества | Контрольные упражнения (тесты) | |
| Юноши | Девушки |
| Нормативы общей физической, специальной физической подготовки | | |
| Скорость | Бег на 15 м с высокого старта  (не более 2,53 с) | Бег на 15 м с высокого старта  (не более 2,80 с) |
| Бег на 15 м с хода  (не более 2,14 с) | Бег на 15 м с хода  (не более 2,40 с) |
| Бег на 30 м с высокого старта  (не более 4,60 с) | Бег на 30 м с высокого старта  (не более 4,90 с) |
| Бег на 30 м с хода  (не более 4,30 с) | Бег на 30 м с хода  (не более 4,55 с) |
| Скоростно-силовые | Прыжок в длину с места  (не менее 2 м 10 см) | Прыжок в длину с места  (не менее 1 м 90 см) |
| Тройной прыжок  (не менее 6 м 60 см) | Тройной прыжок  (не менее 6 м 20 см) |
| Прыжок в высоту без взмаха рук  (не менее 18 см) | Прыжок в высоту без взмаха рук  (не менее 12 см) |
| Прыжок в высоту со взмахом рук  (не менее 27 см) | Прыжок в высоту со взмахом рук  (не менее 20 см) |
| Сила | Бросок набивного мяча весом 1 кг из-за головы  (не менее 9 м) | Бросок набивного мяча весом 1 кг из-за головы  (не менее 6 м) |
| Иные спортивные нормативы | | |
| Техническое мастерство | Обязательная техническая программа | |

Приложение N 8

к федеральному стандарту

спортивной подготовки

по виду спорта "футбол"

НОРМАТИВЫ

ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ В ГРУППЫ НА ЭТАПЕ ВЫСШЕГО

СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Развиваемые физические качества | Контрольные упражнения (тесты) | |
| Мужчины | Женщины |
| Нормативы общей физической, специальной физической подготовки | | |
| Скорость | Бег на 15 м с высокого старта  (не более 2,35 с) | Бег на 15 м с высокого старта  (не более 2,53 с) |
| Бег на 15 м с хода  (не более 1,93 с) | Бег на 15 м с хода  (не более 2,14 с) |
| Бег на 30 м с высокого старта  (не более 4,24 с) | Бег на 30 м с высокого старта  (не более 4,60 с) |
| Бег на 30 м с хода  (не более 3,88 с) | Бег на 30 м с хода  (не более 4,30 с) |
| Скоростно-силовые | Прыжок в длину с места  (не менее 2 м 50 см) | Прыжок в длину с места  (не менее 2 м 10 см) |
| Тройной прыжок  (не менее 7 м 50 см) | Тройной прыжок  (не менее 6 м 60 см) |
| Прыжок в высоту без взмаха рук  (не менее 29 см) | Прыжок в высоту без взмаха рук  (не менее 18 см) |
| Прыжок в высоту со взмахом рук  (не менее 40 см) | Прыжок в высоту со взмахом рук  (не менее 27 см) |
| Сила | Бросок набивного мяча весом 1 кг из-за головы  (не менее 12 м) | Бросок набивного мяча весом 1 кг из-за головы  (не менее 9 м) |
| Иные спортивные нормативы | | |
| Техническое мастерство | Обязательная техническая программа | |

Приложение N 9

к федеральному стандарту

спортивной подготовки

по виду спорта "футбол"

НОРМАТИВЫ МАКСИМАЛЬНОГО ОБЪЕМА ТРЕНИРОВОЧНОЙ НАГРУЗКИ

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Объем тренировочной нагрузки | Этапы и периоды спортивной подготовки | | | | | |
| Этап начальной подготовки | | Тренировочный этап (этап спортивной специализации) | | Этап совершенствования спортивного мастерства | Этап высшего спортивного мастерства |
| До года | Свыше года | До двух лет | Свыше двух лет |
| Количество часов в неделю | 6 | 7 | 9 | 12 | 14 | 16 |
| Количество тренировок в неделю | 4 | 5 | 6 | 7 | 12 | 12 |
| Общее количество часов в год | 312 | 364 | 468 | 624 | 728 | 832 |
| Общее количество тренировок в год | 208 | 260 | 312 | 364 | 624 | 624 |

Приложение N 10

к федеральному стандарту

спортивной подготовки

по виду спорта "футбол"

ПЕРЕЧЕНЬ ТРЕНИРОВОЧНЫХ СБОРОВ

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| N п/п | Виды тренировочных сборов | Предельная продолжительность тренировочных сборов по этапам спортивной подготовки (количество дней) | | | | Оптимальное число участников тренировочных сборов |
| Этап начальной подготовки | Тренировочный этап (этап спортивной специализации) | Этап совершенствования спортивного мастерства | Этап высшего спортивного мастерства |
| 1. Тренировочные сборы | | | | | | |
| 1.1. | По подготовке к международным спортивным соревнованиям | - | 18 | 21 | 21 | Определяется организацией, осуществляющей спортивную подготовку |
| 1.2. | По подготовке к чемпионатам, кубкам, первенствам России | - | 14 | 18 | 21 |
| 1.3. | По подготовке к другим всероссийским спортивным соревнованиям | - | 14 | 18 | 18 |
| 1.4. | По подготовке к официальным спортивным соревнованиям субъекта Российской Федерации | - | 14 | 14 | 14 |
| 2. Специальные тренировочные сборы | | | | | | |
| 2.1. | По общей физической или специальной физической подготовке | - | 14 | 18 | 18 | Не менее 70% от состава группы лиц, проходящих спортивную подготовку |
| 2.2. | Восстановительные | - | До 14 дней | | | Определяется организацией, осуществляющей спортивную подготовку |
| 2.3. | Для комплексного медицинского обследования | - | До 5 дней но не более 2 раз в год | | | В соответствии с планом комплексного медицинского обследования |
| 2.4. | В каникулярный период | До 21 дня подряд и не более 2 раз в год | | - | - | Не менее 60% от состава группы лиц, проходящих спортивную подготовку |
| 2.5. | Просмотровые (для зачисления в профессиональные образовательные организации, осуществляющие деятельность в области физической культуры и спорта) | - | До 60 дней | | - | В соответствии с правилами приема в образовательную организацию, осуществляющую деятельность в области физической культуры и спорта |

Приложение N 11

к федеральному стандарту

спортивной подготовки

по виду спорта "футбол"

ОБОРУДОВАНИЕ И СПОРТИВНЫЙ ИНВЕНТАРЬ,

НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ПРОХОЖДЕНИЯ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| N п/п | Наименование оборудования, спортивного инвентаря | Единица измерения | Количество изделий |
| 1 | Ворота футбольные | комплект | 2 |
| 2 | Ворота футбольные, переносные, уменьшенных размеров | комплект | 4 |
| 3 | Гантели массивные (от 1 до 5 кг) | комплект | 3 |
| 4 | Мяч набивной (медицинбол) весом от 1 до 5 кг | комплект | 3 |
| 5 | Мяч футбольный | штук | 22 |
| 6 | Насос универсальный для накачивания мячей | комплект | 4 |
| 7 | Сетка для переноски мячей | штук | 2 |
| 8 | Стойки для обводки | штук | 20 |
| 9 | Флаги для разметки футбольного поля | штук | 6 |

Приложение N 12

к федеральному стандарту

спортивной подготовки

по виду спорта "футбол"

ОБЕСПЕЧЕНИЕ СПОРТИВНОЙ ЭКИПИРОВКОЙ

Таблица 1

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование спортивной экипировки | Единица измерения | Количество изделий |
| Манишка футбольная | штук | 14 |

Таблица 2

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Спортивная экипировка, передаваемая в индивидуальное пользование | | | | | | | | | | | |
| N п/п | Наименование | Единица измерения | Расчетная единица | Этапы спортивной подготовки | | | | | | | |
| Этап начальной подготовки | | Тренировочный этап (этап спортивной специализации) | | Этап совершенствования спортивного мастерства | | Этап высшего спортивного мастерства | |
| количество | срок эксплуатации (месяцев) | количество | срок эксплуатации (месяцев) | количество | срок эксплуатации (месяцев) | количество | срок эксплуатации (месяцев) |
| 1 | Бутсы футбольные | пар | на занимающегося | - | - | 1 | 12 | 1 | 6 | 1 | 6 |
| 2 | Гетры футбольные | пар | на занимающегося | - | - | 2 | 6 | 2 | 6 | 2 | 6 |
| 3 | Перчатки вратарские | пар | на занимающегося вратаря | - | - | 1 | 12 | 1 | 6 | 1 | 6 |
| 4 | Рейтузы для вратаря | штук | на занимающегося вратаря | - | - | 1 | 12 | 1 | 12 | 1 | 12 |
| 5 | Свитер для вратаря | штук | на занимающегося вратаря | - | - | 1 | 12 | 1 | 6 | 1 | 6 |
| 6 | Трусы футбольные | штук | на занимающегося | - | - | 2 | 6 | 2 | 6 | 2 | 6 |
| 7 | Футболка | штук | на занимающегося | - | - | 2 | 12 | 2 | 12 | 2 | 12 |
| 8 | Щитки футбольные | пар | на занимающегося | - | - | 1 | 12 | 1 | 6 | 1 | 6 |