ПРИКАЗ № 1079
МОСКВА

Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта хоккей с мячом

В соответствии с частью 1 статьи 34 Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (Собрание законодательства Российской Федерации, 2007, № 50, ст. 6242; 2011, № 50, ст. 7354; 2012, № 53 (ч. 1), ст. 7582) и подпунктом 4.2.27 Положения о Министерстве спорта Российской Федерации, утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации от 19.06.2012 № 607 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, № 26, ст. 3525; 2013, № 30 (ч. 2), ст. 4112; № 45, ст. 5822), приказываю:

1. Утвердить прилагаемый Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта хоккей с мячом.

2. Контроль за исполнением настоящего приказа оставляю за собой.

В.Л. Мутко
Федеральный стандарт
спортивной подготовки по виду спорта хоккей с мячом

Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта хоккей с мячом (далее — ФССП) разработан на основании части 1 статьи 34 Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (далее — Федеральный закон) (Собрание законодательства Российской Федерации, 2007, № 50, ст. 6242; 2011, № 50, ст. 7354; 2012, № 53 (ч. 1), ст. 7582) и подпункта 4.2.27 Положения о Министерстве спорта Российской Федерации, утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации от 19.06.2012 № 607 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, № 26, ст. 3525; 2013, № 30 (ч. 2), ст. 4112; № 45, ст. 5822), и определяет условия и требования к спортивной подготовке в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с Федеральным законом.

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 хоккей с мячом (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, минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки и минимальное количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта хоккея с мячом (Приложение № 1 к настоящему ФССП);
- соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта хоккея с мячом (Приложение № 2 к настоящему ФССП);
- планируемые показатели соревновательной деятельности по виду спорта хоккея с мячом (Приложение № 3 к настоящему ФССП);
- режимы тренировочной работы;
- медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим спортивную подготовку;
- предельные тренировочные нагрузки;
- минимальный и предельный объем соревновательной деятельности;
- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию;
- требования к количественному и качественному составу групп 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 должны включать:
- конкретизацию критериев подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку на каждом этапе спортивной подготовки, с учетом возраста и влияния физических качеств и телосложения на результативность по виду спорта хоккея с мячом (Приложение № 4 к настоящему ФССП);
- требования к результатам реализации Программы на каждом этапе спортивной подготовки, выполнение которых дает основание для перевода лица, проходящего спортивную подготовку на следующий этап спортивной подготовки;
- виды контроля общей и специальной физической, спортивно-технической и тактической подготовки, комплекс контрольных испытаний и контрольно-переводные нормативы по годам и этапам спортивной подготовки, сроки проведения контроля;
- комплексы контрольных упражнений для оценки общей, специальной физической, технико-тактической подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку, методические указания по организации тестирования, методам и организации медико-биологического обследования.

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

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

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

2. Нормативы по видам спортивной подготовки и их соотношение на этапах спортивной подготовки в группах, занимающихся видом спорта хоккей с мячом, включают в себя:

2.1. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки (Приложение № 5 к настоящему ФССП).

2.2. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) (Приложение № 6 к настоящему ФССП).

2.3. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства (Приложение № 7 к настоящему ФССП).

2.4. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе высшего спортивного мастерства (Приложение № 8 к настоящему ФССП).

2.5. Нормативы максимального объема тренировочной нагрузки (Приложение № 9 к настоящему ФССП).
III. Требования к участию лиц, проходящих спортивную подготовку, и лиц, ее осуществляющих, в спортивных соревнованиях, предусмотренных в соответствии с реализуемой программой спортивной подготовки

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

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

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

5. Результатом реализации Программы является:
5.1. На этапе начальной подготовки:
- формирование устойчивого интереса к занятиям спортом;
- формирование широкого круга двигательных умений и навыков;
- освоение основ техники по виду спорта хоккей с мячом;
- всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- укрепление здоровья спортсменов;
- отбор перспективных юных спортсменов для дальнейших занятий по виду спорта хоккей с мячом.

5.2. На тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):
- повышение уровня общей и специальной физической, технической, тактической и психологической подготовки;
- приобретение опыта и достижение стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта хоккей с мячом;
- формирование спортивной мотивации;
- укрепление здоровья спортсменов.

5.3. На этапе совершенствования спортивного мастерства:
- повышение функциональных возможностей организма спортсменов;
- совершенствование общих и специальных физических качеств, технической, тактической и психологической подготовки;
- стабильность демонстрации высоких спортивных результатов на региональных и всероссийских официальных спортивных соревнованиях;
- поддержание высокого уровня спортивной мотивации;
- сохранение здоровья спортсменов.
5.4. На этапе высшего спортивного мастерства:
- достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации;
- повышение стабильности демонстрации высоких спортивных результатов во всероссийских и международных официальных спортивных соревнованиях.
6. Для обеспечения этапов спортивной подготовки организации, осуществляющие спортивную подготовку, используют систему спортивного отбора, представляющую собой целевой поиск и определение состава перспективных спортсменов для достижения высоких спортивных результатов.
Система спортивного отбора включает:
a) массовый просмотр и тестирование юношей и девушек с целью ориентирования их на занятия спортом;
b) отбор перспективных юных спортсменов для комплектования групп спортивной подготовки по виду спорта хоккей с мячом;
в) просмотр и отбор перспективных юных спортсменов на тренировочных сборах и спортивных соревнованиях.
7. Максимальный возраст лиц, проходящих спортивную подготовку по Программе на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, не ограничивается.
8. Образовательные организации, реализующие образовательные программы в области физической культуры и спорта для наиболее перспективных выпускников, могут предоставить возможность прохождения спортивной подготовки на своей базе сроком до четырех лет (до 10% от количества лиц, проходящих спортивную подготовку).

V. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам по виду спорта хоккей с мячом

9. Особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта хоккей с мячом определяются в Программе и учитываются при:
- составлении планов спортивной подготовки, начиная с этапа начальной подготовки;
- составлении плана физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий.
10. Тренировочный процесс в организации, осуществляющей спортивную подготовку, ведется в соответствии с годовым тренировочным планом, рассчитанным на 52 недели.
11. 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.

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

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

14. Для обеспечения круглогодичности спортивной подготовки, подготовки к спортивным соревнованиям и активного отдыха (восстановления) лиц, проходящих спортивную подготовку, организуются тренировочные сборы, являющиеся составной частью (продолжением) тренировочного процесса в соответствии с перечнем тренировочных сборов (Приложение № 10 к настоящему ФССП).

15. Порядок формирования групп спортивной подготовки по виду спорта хоккей с мячом определяется организацией, осуществляющей спортивную подготовку, самостоятельно.

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

17. С учетом специфики вида спорта хоккей с мячом определяются следующие особенности спортивной подготовки:
- комплектование групп спортивной подготовки, а также планирование тренировочных занятий (по объему и интенсивности тренировочных нагрузок разной направленности) осуществляются в соответствии с гендерными и возрастными особенностями развития;
- в зависимости от условий и организации занятий, а также условий проведения спортивных соревнований, подготовка по виду спорта хоккей с мячом 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

18. 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.

19. Требования к кадрам организаций, осуществляющих спортивную подготовку:

19.1. Уровень квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку, должен соответствовать требованиям, определенным Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минздравсоцразвития России от 15.08.2011 № 916н (зарегистрирован Минюстом России 14.10.2011, регистрационный № 22054) (далее – ЕКСД), в том числе следующим требованиям:
- на этапе начальной подготовки – наличие среднего профессионального образования или высшего профессионального образования без предъявления требований к стажу работы по специальности;
- на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – наличие среднего профессионального образования или высшего профессионального образования и стажа работы по специальности не менее одного года;
- на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства – наличие высшего профессионального образования и стажа работы по специальности не менее трех лет.

19.2. Лица, не имеющие специальной подготовки или стажа работы, установленных в разделе «Требования к квалификации» ЕКСД, 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.

19.3. 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.

20. Требования к материально-технической базе и инфраструктуре организаций, осуществляющих спортивную подготовку, и иным условиям:
- наличие игровой площадки с искусственным намораживанием льда;
- наличие тренировочного спортивного зала;
- наличие тренажерного зала;
- наличие раздевалок, душевых;

1пункт 6 ЕКСД.
- наличие медицинского пункта объекта спорта, оборудованного в соответствии с приказом Минздравсоцразвития России от 09.08.2010 № 613н «Об утверждении Порядка оказания медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий» (зарегистрирован Минюстом России 14.09.2010, регистрационный № 18428);
  - обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки (Приложение № 11 к настоящему ФССП);
  - обеспечение спортивной экипировкой (Приложение № 12 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.
Продолжительность этапов спортивной подготовки,
минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки
и минимальное количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах
на этапах спортивной подготовки по виду спорта хоккей с мячом

<table>
<thead>
<tr>
<th>Этапы спортивной подготовки</th>
<th>Продолжительность этапов (в годах)</th>
<th>Минимальный возраст для зачисления в группы (лет)</th>
<th>Наполняемость групп (человек)</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Этап начальной подготовки</td>
<td>2</td>
<td>9</td>
<td>12</td>
</tr>
<tr>
<td>Тренировочный этап (этап спортивной специализации)</td>
<td>4</td>
<td>10</td>
<td>12</td>
</tr>
<tr>
<td>Этап совершенствования спортивного мастерства</td>
<td>Без ограничений</td>
<td>14</td>
<td>8</td>
</tr>
<tr>
<td>Этап высшего спортивного мастерства</td>
<td>Без ограничений</td>
<td>15</td>
<td>8</td>
</tr>
</tbody>
</table>
Соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта хоккей с мячом

<table>
<thead>
<tr>
<th>Разделы спортивной подготовки</th>
<th>Этапы и годы спортивной подготовки</th>
<th>Этап начальной подготовки</th>
<th>Тренировочный этап (этап спортивной специализации)</th>
<th>Этап совершенствования спортивного мастерства</th>
<th>Этап высшего спортивного мастерства</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Общая физическая подготовка (%)</td>
<td>28-30  28-30</td>
<td>18-20  12-16</td>
<td>8-10</td>
<td>8-10</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Специальная физическая подготовка (%)</td>
<td>16-18 14-16</td>
<td>14-20 14-20</td>
<td>14-18</td>
<td>12-14</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Техническая подготовка (%)</td>
<td>22-24 22-24</td>
<td>22-26 24-26</td>
<td>18-22</td>
<td>18-20</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)</td>
<td>14-18 14-18</td>
<td>16-18 20-24</td>
<td>20-24</td>
<td>18-22</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Технико-тактическая (интегральная) подготовка (%)</td>
<td>10-12 10-14</td>
<td>8-10 10-12</td>
<td>24-26</td>
<td>24-26</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика (%)</td>
<td>1-2 4-6</td>
<td>8-10 10-12</td>
<td>12-14</td>
<td>14-16</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Виды спортивных соревнований</td>
<td>Этапы и годы спортивной подготовки</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>-------------------------------</td>
<td>-----------------------------------</td>
<td>---</td>
<td>---</td>
<td>---</td>
<td>---</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Этап начальной подготовки</td>
<td>Тренировочный этап (этап спортивной специализации)</td>
<td>Этап совершенствования спортивного мастерства</td>
<td>Этап высшего спортивного мастерства</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>До года</td>
<td>Свыше года</td>
<td>До двух лет</td>
<td>Свыше двух лет</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Контрольные</td>
<td>2-3</td>
<td>10-15</td>
<td>10-15</td>
<td>15-16</td>
<td>10-15</td>
</tr>
<tr>
<td>Отборочные</td>
<td>1-2</td>
<td>3-5</td>
<td>2-3</td>
<td>2-3</td>
<td>2-3</td>
</tr>
<tr>
<td>Основные</td>
<td>-</td>
<td>5-6</td>
<td>10-15</td>
<td>15-18</td>
<td>20-21</td>
</tr>
</tbody>
</table>
Влияние физических качеств и телосложения на результативность по виду спорта хоккей с мячом

<table>
<thead>
<tr>
<th>Физические качества и телосложение</th>
<th>Уровень влияния</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Скоростные способности</td>
<td>5</td>
</tr>
<tr>
<td>Мышечная сила</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td>Вестибулярная устойчивость</td>
<td>3</td>
</tr>
<tr>
<td>Выносливость</td>
<td>3</td>
</tr>
<tr>
<td>Гибкость</td>
<td>1</td>
</tr>
<tr>
<td>Координационные способности</td>
<td>3</td>
</tr>
<tr>
<td>Телосложение</td>
<td>1</td>
</tr>
</tbody>
</table>

Условные обозначения:
3 – значительное влияние;
2 – среднее влияние;
1 – незначительное влияние.
Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки

<table>
<thead>
<tr>
<th>Развиваемое физическое качество</th>
<th>Контрольные упражнения (тесты)</th>
<th>Юноши</th>
<th>Девушки</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td><strong>Скоростные качества</strong></td>
<td>Бег на 30 м (не более 5,2 с)</td>
<td>Бег на 30 м (не более 6 с)</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Бег на 60 м (не более 10,2 с)</td>
<td>Бег на 60 м (не более 11,2 с)</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Бег на 20 м на коньках (не более 4,4 с)</td>
<td>Бег на 20 м на коньках (не более 5,4 с)</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Кoordинация</strong></td>
<td>Челночный бег 5x6 м (не более 12,3 с)</td>
<td>Челночный бег 5x6 м (не более 12,6 с)</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Челночный бег 4x9 м на коньках (не более 11,2 с)</td>
<td>Челночный бег 4x9 м на коньках (не более 12,2 с)</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Бег на коньках на 40 м, включая 20 м спиной вперед (не более 11,5 с)</td>
<td>Бег на коньках на 40 м, включая 20 м спиной вперед (не менее 12,5 с)</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Сила</strong></td>
<td>Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 12 раз)</td>
<td>Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 7 раз)</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Скоростно-силовые качества</strong></td>
<td>Прыжок в длину с места (не менее 140 см)</td>
<td>Прыжок в длину с места (не менее 135 см)</td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>
Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)

<table>
<thead>
<tr>
<th>Развиваемое физическое качество</th>
<th>Контрольные упражнения (тесты)</th>
<th>Юноши</th>
<th>Девушки</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td><strong>Скоростные качества</strong></td>
<td>Бег 60 м (не более 9,8 с)</td>
<td>Бег 60 м (не более 10,8 с)</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Бег 200 м (не более 40 с)</td>
<td>Бег 200 м (не более 48 с)</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Бег на 30 м на коньках (не более 5,3 с)</td>
<td>Бег на 30 м на коньках (не более 6,1 с)</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Кoordинация</strong></td>
<td>Челночный бег 5х6 м (не более 11,0 с)</td>
<td>Челночный бег 5х6 м (не более 11,6 с)</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Челночный бег на коньках 6х9 м (не более 16,6 с)</td>
<td>Челночный бег на коньках 6х9 м (не более 17,7 с)</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Сила</strong></td>
<td>Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 18 раз)</td>
<td>Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 12 раз)</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Скоростно-силовые качества</strong></td>
<td>Прыжок в длину с места (не менее 160 см)</td>
<td>Прыжок в длину с места (не менее 150 см)</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Техническое мастерство</strong></td>
<td>Обязательная техническая программа</td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>
Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства

<table>
<thead>
<tr>
<th>Развиваемое физическое качество</th>
<th>Контрольные упражнения (тесты)</th>
<th>Юноши</th>
<th>Девушки</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td>Юноши</td>
<td>Девушки</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Скоростные качества</strong></td>
<td>Бег 100 м (не более 14 с)</td>
<td>Бег 100 м (не более 16,2 с)</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Бег на коньках на 50 м (не более 7,5 с)</td>
<td>Бег на коньках на 50 м (не более 8 с)</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Кoordинация</strong></td>
<td>Челночный бег 5х6 м (не более 10 с)</td>
<td>Челночный бег 5х6 м (не более 11 с)</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Челночный бег на коньках 6х9 м (не более 15 с)</td>
<td>Челночный бег на коньках 6х9 м (не более 16,5 с)</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Выносливость</strong></td>
<td>Бег на 3000 м (не более 11 мин 5 с)</td>
<td>Бег на 2000 м (не более 8 мин 48 с)</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Сила</strong></td>
<td>Подтягивание на перекладине (не менее 12 раз)</td>
<td>Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 12 раз)</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Скоростно-силовые качества</strong></td>
<td>Пятикратный прыжок в длину с места (не менее 12 м)</td>
<td>Пятикратный прыжок в длину с места (не менее 8,5 м)</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Техническое мастерство</strong></td>
<td>Обязательная техническая программа</td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Спортивный разряд</strong></td>
<td>Первый спортивный разряд</td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>
Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе высшего спортивного мастерства

<table>
<thead>
<tr>
<th>Развиваемое физическое качество</th>
<th>Контрольные упражнения (тесты)</th>
<th>Мужчины</th>
<th>Женщины</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td><strong>Скоростные качества</strong></td>
<td>Бег 100 м (не более 13,6 с)</td>
<td>Бег 100 м (не более 15,8 с)</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Бег на коньках на 60 м (не более 8 с)</td>
<td>Бег на коньках на 60 м (не более 8,5 с)</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Кoordинация</strong></td>
<td>Челночный бег 5х6 м (не более 9,6 с)</td>
<td>Челночный бег 5х6 м (не более 10,6 с)</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Челночный бег на коньках 6х18 м (не более 40 с)</td>
<td>Челночный бег на коньках 6х18 м (не более 50 с)</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Выносливость</strong></td>
<td>Бег на 3000 м (не более 10 мин 25 с)</td>
<td>Бег на 2000 м (не более 8 мин 08 с)</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Сила</strong></td>
<td>Подтягивание на перекладине (не менее 15 раз)</td>
<td>Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 15 раз)</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Скоростно-силовые качества</strong></td>
<td>Пятикратный прыжок в длину с места (не менее 13,5 м)</td>
<td>Пятикратный прыжок в длину с места (не менее 11 м)</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Техническое мастерство</strong></td>
<td>Обязательная техническая программа</td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Спортивный разряд</strong></td>
<td>Кандидат в мастера спорта</td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>
Нормативы максимального объема тренировочной нагрузки

<table>
<thead>
<tr>
<th>Этапный норматив</th>
<th>Этап начальной подготовки</th>
<th>Тренировочный этап (этап спортивной специализации)</th>
<th>Этап совершенствования спортивного мастерства</th>
<th>Этап высшего спортивного мастерства</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>До года</td>
<td>Свыше года</td>
<td>До двух лет</td>
<td>Свыше двух лет</td>
</tr>
<tr>
<td>Количество часов в неделю</td>
<td>10</td>
<td>12</td>
<td>14</td>
<td>18</td>
</tr>
<tr>
<td>Количество тренировок в неделю</td>
<td>5</td>
<td>5</td>
<td>8</td>
<td>12</td>
</tr>
<tr>
<td>Общее количество часов в год</td>
<td>520</td>
<td>624</td>
<td>728</td>
<td>936</td>
</tr>
<tr>
<td>Общее количество тренировок в год</td>
<td>260</td>
<td>260</td>
<td>416</td>
<td>624</td>
</tr>
</tbody>
</table>
Перечень тренировочных сборов

<table>
<thead>
<tr>
<th>№ п/п</th>
<th>Вид тренировочных сборов</th>
<th>Предельная продолжительность сборов по этапам спортивной подготовки (количество дней)</th>
<th>Оптимальное число участников сбора</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td>Этап высшего спортивного мастерства</td>
<td>Этап совершенствования спортивного мастерства</td>
</tr>
<tr>
<td>1.1.</td>
<td>Тренировочные сборы по подготовке к международным соревнованиям</td>
<td>21</td>
<td>21</td>
</tr>
<tr>
<td>1.2.</td>
<td>Тренировочные сборы по подготовке к чемпионатам, кубкам, первенствам России</td>
<td>21</td>
<td>18</td>
</tr>
<tr>
<td>1.3.</td>
<td>Тренировочные сборы по подготовке к другим всероссийским соревнованиям</td>
<td>18</td>
<td>18</td>
</tr>
<tr>
<td>1.4.</td>
<td>Тренировочные сборы по подготовке к официальным соревнованиям субъекта Российской Федерации</td>
<td>14</td>
<td>14</td>
</tr>
</tbody>
</table>

Определяется организацией, осуществляющей спортивную подготовку
<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>2. Специальные тренировочные сборы</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>2.1.</td>
<td>Тренировочные сборы по общей или специальной физической подготовке</td>
</tr>
<tr>
<td>2.2.</td>
<td>Восстановительные тренировочные сборы</td>
</tr>
<tr>
<td>2.3.</td>
<td>Тренировочные сборы для комплексного медицинского обследования</td>
</tr>
<tr>
<td>2.4.</td>
<td>Тренировочные сборы в каникулярный период</td>
</tr>
<tr>
<td>2.5.</td>
<td>Просмотровые тренировочные сборы для кандидатов на зачисление в профессиональные образовательные организации, осуществляющие деятельность в области физической культуры и спорта</td>
</tr>
</tbody>
</table>
### Оборудование и спортивный инвентарь, необходимые для прохождения спортивной подготовки

<table>
<thead>
<tr>
<th>№ п/п</th>
<th>Наименование</th>
<th>Единица измерения</th>
<th>Количество изделий</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>1</td>
<td>Борта для хоккея с мячом</td>
<td>метр</td>
<td>250</td>
</tr>
<tr>
<td>2</td>
<td>Ворота для хоккея с мячом</td>
<td>штук</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td>3</td>
<td>Клюшка для игры в хоккей с мячом</td>
<td>штук</td>
<td>30</td>
</tr>
<tr>
<td>4</td>
<td>Мяч хоккейный</td>
<td>штук</td>
<td>20</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td><strong>Оборудование, спортивный инвентарь</strong></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>5</td>
<td>Мат гимнастический</td>
<td>штук</td>
<td>4</td>
</tr>
<tr>
<td>6</td>
<td>Мячи набивные от 0,5 до 5 кг</td>
<td>штук</td>
<td>3</td>
</tr>
<tr>
<td>7</td>
<td>Пирамида для клюшек</td>
<td>штук</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td>8</td>
<td>Скамейка гимнастическая</td>
<td>штук</td>
<td>4</td>
</tr>
<tr>
<td>9</td>
<td>Станок для точки коньков</td>
<td>штук</td>
<td>1</td>
</tr>
<tr>
<td>10</td>
<td>Стенка гимнастическая</td>
<td>штук</td>
<td>8</td>
</tr>
<tr>
<td>11</td>
<td>Стойки для обводки</td>
<td>штук</td>
<td>30</td>
</tr>
<tr>
<td>12</td>
<td>Чехлы для клюшек</td>
<td>штук</td>
<td>5</td>
</tr>
<tr>
<td>13</td>
<td>Чехлы для коньков</td>
<td>пар</td>
<td>40</td>
</tr>
<tr>
<td>№ п/п</td>
<td>Наименование спортивного инвентаря, передаваемого в индивидуальное пользование</td>
<td>Единица измерения</td>
<td>Расчетная единица</td>
</tr>
<tr>
<td>-------</td>
<td>---------------------------------------------------------------------------------</td>
<td>-------------------</td>
<td>-------------------</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>1</td>
<td>Клюшки для игры в хоккей с мячом</td>
<td>штук</td>
<td>на занимающегося</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>2</td>
<td>Мяч хоккейный</td>
<td>штук</td>
<td>на занимающегося</td>
</tr>
</tbody>
</table>
## Обеспечение спортивной экипировкой

<table>
<thead>
<tr>
<th>№ п/п</th>
<th>Наименование спортивной экипировки, индивидуального пользования</th>
<th>Единица измерения</th>
<th>Расчетная единица</th>
<th>Этапы спортивной подготовки</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>Этап началочной подготовки</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>количество</td>
</tr>
<tr>
<td>1</td>
<td>Брюки хоккейные</td>
<td>штук</td>
<td>на занимающегося</td>
<td>-</td>
</tr>
<tr>
<td>2</td>
<td>Гетры</td>
<td>пар</td>
<td>на занимающегося</td>
<td>-</td>
</tr>
<tr>
<td>3</td>
<td>Жилетка для тренировок</td>
<td>штук</td>
<td>на занимающегося</td>
<td>-</td>
</tr>
<tr>
<td>4</td>
<td>Защита (маска, щитки, налобники, налокотники,</td>
<td>комплект</td>
<td>на занимающегося</td>
<td>-</td>
</tr>
<tr>
<td>№</td>
<td>Наименование</td>
<td>Количество</td>
<td>Размер</td>
<td>Материал</td>
</tr>
<tr>
<td>----</td>
<td>--------------</td>
<td>-------------</td>
<td>--------</td>
<td>----------</td>
</tr>
<tr>
<td>5</td>
<td>Защита вратаря (маска, штиты, налокотники, нагрудник, протектор-раковина) комплект</td>
<td>на занимающегося</td>
<td>-</td>
<td>-</td>
</tr>
<tr>
<td>6</td>
<td>Защитный шлем штук</td>
<td>на занимающегося</td>
<td>-</td>
<td>-</td>
</tr>
<tr>
<td>7</td>
<td>Кепка солнцезащитная штук</td>
<td>на занимающегося</td>
<td>-</td>
<td>-</td>
</tr>
<tr>
<td>8</td>
<td>Коньки хоккейные (ботинки с лезвиями) пар</td>
<td>на занимающегося</td>
<td>-</td>
<td>-</td>
</tr>
<tr>
<td>9</td>
<td>Костюм ветрозащитный штук</td>
<td>на занимающегося</td>
<td>-</td>
<td>-</td>
</tr>
<tr>
<td>10</td>
<td>Костюм спортивный штук</td>
<td>на занимающегося</td>
<td>-</td>
<td>-</td>
</tr>
<tr>
<td>11</td>
<td>Костюм спортивный парадный штук</td>
<td>на занимающегося</td>
<td>-</td>
<td>-</td>
</tr>
<tr>
<td>12</td>
<td>Костюм спортивный утепленный штук</td>
<td>на занимающегося</td>
<td>-</td>
<td>-</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Инвентарь</td>
<td>Единица</td>
<td>на занимающегося</td>
<td>1</td>
</tr>
<tr>
<td>-----</td>
<td>-------------</td>
<td>---------</td>
<td>------------------</td>
<td>---</td>
</tr>
<tr>
<td>13</td>
<td>Кроссовки</td>
<td>пар</td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>легкоатлетические</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>14</td>
<td>Перчатки для вратаря</td>
<td>пар</td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>на занимающегося</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>15</td>
<td>Свитер хоккейный</td>
<td>штук</td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>на занимающегося</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>16</td>
<td>Сумка спортивная</td>
<td>штук</td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>на занимающегося</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>17</td>
<td>Термобелье</td>
<td>штук</td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>на занимающегося</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>18</td>
<td>Трусы хоккейные</td>
<td>штук</td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>на занимающегося</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>19</td>
<td>Футболка</td>
<td>штук</td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>на занимающегося</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>20</td>
<td>Шапка спортивная</td>
<td>штук</td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>на занимающегося</td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>