

Нормативы общей физической и технической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «футбол» для девочек

№	Контрольные тесты (упражнение)	Оценка в баллах	ЭНП-1	ЭНП-2	ЭНП-3
	Челночный бег 3x10 м с высокого старта (сек)	5		9.6-9.7	9.6-9.7
		4		9.8-9.9	9.8-9.9
		3		10.0-10.1	10.0-10.1
		2		10.2-10.3	10.2-10.3
	Бег на 10м с высокого старта (сек)	3	2.1-2.2	2.0-2.2	2.0-2.2
		2	2.3-2.5	2.3-2.4	2.3-2.4
	Бег на 30 м со старта (сек)	5		5.3-5.8	5.3-5.8
		4		5,9-6,0	5,9-6,0
		3		6,1-6,2	6,1-6,2
		2		6,3-6.5	6,3-6.5
	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	5	120-130	140-149	150 и выше
		4	110-119	130-139	130-139
		3	100-109	120-129	120-129
		2	90-99	110-119	110-119
	Ведение мяча 10м (сек)	3	2.9-3.1	2.9-3.0	2.8-3.0
		2	3.2-3.4	3.1-3.2	3.1-3.2
	Ведение мяча с изменением направления 10м	5		8.0-8.1	7.8-8.0
		4		8.2-8.4	8.1-8.4
		3		8.5-8.6	8.5-8.6
		2		8.7-8.8	8.7-8.8
	Ведение мяча 3x10 м (сек)	3		10.5-11.2	10.3-11.0
		2		11.3-11.8	11.1-11.8
	Удар на точность по воротам (10 ударов)	5		10	10
		4		8	8
		3		5	6
		2		4	4

1. Проходной балл для девочек:
ЭНП-1 - 6 баллов
ЭНП-2 - 16 баллов
ЭНП-3 - 16 баллов
2. Оценка проводится на основании выполнения нормативов упражнений.

Нормативы общей физической и технической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «футбол» для мальчиков

№	Контрольные тесты (упражнение)	Оценка в баллах	ЭНП-1	ЭНП-2	ЭНП-3
	Челночный бег 3x10 м с высокого старта (сек)	5		8.6-8.7	8.6-8.7
		4		8.8-8.9	8.8-8.9
		3		9.0-9.1	9.0-9.1
		2		9.2-9.3	9.2-9.3
	Бег на 10м с высокого старта (сек)	3	2.15-2.24	2.0-2.1	2.0-2.1
		2	2.25-2.35	2.2-2.3	2.2-2.3
	Бег на 30 м со старта (сек)	5		5.3-5.4	5.3-5.4
		4		5.5-5.6	5.5-5.6
		3		5.7-5.8	5.7-5.8
		2		5.9-6.0	5.9-6.0
	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	5	130-140	150 и выше	150 и выше
		4	120-129	140-149	140-149
		3	110-119	130-139	130-139
		2	100-109	120-129	120-129
	Ведение мяча 10м (сек)	3	2.9-3.0	2.7-2.8	2.7-2.8
		2	3.1-3.2	2.9-3.0	2.9-3.0
	Ведение мяча с изменением направления 10м	5		7.8-7.9	7.8-7.9
		4		8.0-8.1	8.0-8.1
		3		8.2-8.4	8.2-8.4
		2		8.5-8.6	8.5-8.6
	Ведение мяча 3x10 м (сек)	3		10.0-10.9	10.0-10.9
		2		11.0-11.6	11.0-11.6
	Удар на точность по воротам (10 ударов)	5		10	10
		4		8	9
		3		6	7
		2		5	5

1. Проходной балл для мальчиков:
 ЭНП-1 - 6 баллов
 ЭНП-2 - 16 баллов
 ЭНП-3 - 16 баллов
2. Оценка проводится на основании выполнения нормативов упражнений