

**Нормативы общей физической и технической подготовки для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап по виду спорта «футбол» для девушек**

№	Контрольные тесты (упражнение)	Оценка в баллах	ТЭ-1	ТЭ-2	ТЭ-3	ТЭ-4	ТЭ-5
	Бег на 10 м с высокого старта (сек)	3	1.9-2.0	1.9-2.0	1.8-2.0	1.8-2.0	1.7-1.9
		2	2.1-2.2	2.1-2.2	2.1-2.2	2.1-2.2	2.0-2.2
	Челночный бег 3x10 м (сек)	5	8.2-8.3	8.2-8.3	7.9-8.1	7.8-8.0	7.4-7.9
		4	8.4-8.5	8.4-8.5	8.2-8.5	8.1-8.4	8.1-8.4
		3	8.6-8.7	8.6-8.7	8.6-8.7	8.5-8.7	8.5-8.7
		2	8.8-9.0	8.8-9.0	8.8-9.0	8.8-9.0	8.8-9.0
	Бег на 30 м (сек)	3	5.3-5.4	5.3-5.4	5.3-5.3	5.3-5.3	5.0-5.2
		2	5.5-5.6	5.5-5.6	5.4-5.6	5.4-5.6	5.3-5.6
	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	5	170 и выше	180 и выше	180 и выше	190 и выше	190 и выше
		4	160-169	165-179	165-179	175-189	175-189
		3	150-159	155-164	155-164	155-174	155-174
		2	140-149	140-154	140-154	140-154	140-154
	Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами (см)	5					36 и выше
		4					33-35
		3					30-32
		2					27-29
	Ведение мяча 10 м (сек)	3	2.5-2.6	2.4-2.5	2.4-2.5	2.2-2.4	2.2-2.4
		2	2.7-2.8	2.6-2.8	2.6-2.8	2.5-2.8	2.5-2.8
	Ведение мяча с изменением направления 10 м (сек)	3	7.6-7.7	7.6-7.7	7.4-7.6	7.4-7.6	7.1-7.5
		2	7.8-8.0	7.8-8.0	7.7-8.0	7.7-8.0	7.6-8.0
	Ведение мяча 3x10 м (сек)	5	9.2-9.4	9.0-9.2	9.0-9.2	9.0-9.3	8.7-8.9
		4	9.5-9.7	9.3-9.6	9.3-9.6	9.2-9.5	9.0-9.4
		3	9.8-10.0	9.7-10.0	9.7-10.0	9.6-9.9	9.5-9.9
		2	10.1-10.3	10.1-10.3	10.1-10.3	10.0-10.3	9.9-10.3
	Удар на точность по воротам 10 ударов (количество попаданий)	5	8	8	9	9	10
		4	7	7	8	8	8
		3	5	5	6	6	6
		2	4	4	4	4	4
	Передача мяча в «коридор» 10 попыток (количество попаданий)	5	8	8	9	9	10
		4	7	7	8	8	8
		3	5	5	6	6	6
		2	4	4	4	4	4
	Вбрасывание мяча на дальность (м)	4		10	10	11	11
		3		8	8	9	9
		2		6	6	6	6

1. Проходной балл для девушек: ТЭ-1 – 18 баллов; ТЭ-2 – 20 баллов; ТЭ-3 – 20 баллов;  
ТЭ-4 – 20 баллов; ТЭ-5 – 22 балла.
2. Оценка проводится на основании выполнения нормативов упражнений

**Нормативы общей физической и технической подготовки для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап по виду спорта «футбол» для юношей**

№	Контрольные тесты (упражнение)	Оценка в баллах	ТЭ-1	ТЭ-2	ТЭ-3	ТЭ-4	ТЭ-5
	Бег на 10 м с высокого старта (сек)	3	1.9-2.0	1.9-2.0	1.8-2.0	1.8-2.0	1.7-1.9
		2	2.1-2.2	2.1-2.2	2.1-2.2	2.1-2.2	2.0-2.2
	Челночный бег 3x10 м (сек)	5	7.9-8.1	7.9-8.1	7.6-7.8	7.3-7.6	7.0-7.3
		4	8.2-8.3	8.2-8.3	7.9-8.1	7.8-8.0	7.4-7.9
		3	8.4-8.5	8.4-8.5	8.2-8.5	8.1-8.4	8.1-8.4
		2	8.6-8.7	8.6-8.7	8.6-8.7	8.5-8.7	8.5-8.7
	Бег на 30 м (сек)	3	5.1-5.2	5.1-5.2	5.0-5.2	4.9-5.1	4.7-4.9
		2	5.3-5.4	5.3-5.4	5.3-5.4	5.2-5.4	5.0-5.4
	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	5	180 и выше	190 и выше	200 и выше	210 и выше	220 и выше
		4	170-179	180-189	190-199	196-209	200-219
		3	166-169	170-179	176-189	176-195	180-199
		2	160-165	160-169	160-175	160-175	160-179
	Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами (см)	5					36 и выше
		4					34-35
		3					32-33
		2					30-31
	Ведение мяча 10 м (сек)	3	2.3-2.4	2.2-2.4	2.1-2.2	2.0-2.1	2.0-2.1
		2	2.5-2.6	2.5-2.6	2.3-2.6	2.2-2.6	2.2-2.6
	Ведение мяча с изменением направления 10 м (сек)	3	7.5-7.6	7.4-7.5	7.2-7.4	7.0-7.2	6.8-7.0
		2	7.7-7.8	7.6-7.8	7.5-7.8	7.3-7.8	7.1-7.8
	Ведение мяча 3x10м (сек)	5	9.0-9.2	8.8-9.0	8.6-8.8	8.4-8.7	8.2-8.4
		4	9.3-9.4	9.1-9.3	8.9-9.3	8.8-9.2	8.5-9.0
		3	9.5-9.7	9.4-9.7	9.4-9.7	9.3-9.5	9.1-9.5
		2	9.8-10.0	9.8-10.0	9.8-10.0	9.6-10.0	9.6-10.0
	Удар на точность по воротам 10 ударов (количество попаданий)	5	8	9	9	10	10
		4	7	8	8	9	9
		3	6	7	7	7	7
		2	5	5	5	5	5
	Передача мяча в «коридор» 10 попыток (количество попаданий)	5	8	9	9	10	10
		4	7	8	8	9	9
		3	6	7	7	7	7
		2	5	5	5	5	5
	Вбрасывание мяча на дальность (м)	4		10	10	11	12
		3		9	9	10	10
		2		8	8	8	8

1. Проходной балл для девушек: ТЭ-1 – 18 баллов; ТЭ-2 – 20 баллов; ТЭ-3 – 20 баллов;  
ТЭ-4 – 20 баллов; ТЭ-5 – 22 балла.
2. Оценка проводится на основании выполнения нормативов упражнений