

Приложение № 1
к Правилам приема на обучение по
дополнительным образовательным
программам спортивной подготовки,
утвержденным приказом АНО ДО СШ
«Академия футбола Крыма»
от «11» апреля 20 13 г. № 125

**Требования, предъявляемые к уровню физических, психологических
способностей и (или) двигательных умений поступающих**

Таблица 1

**Нормативы общей физической и технической подготовки для зачисления
и перевода в группы на учебно-тренировочном этапе
(этапе спортивной специализации) 1-го года спортивной подготовки**

N п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			Юноши	Девушки
1.	Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины «футбол»			
1.1.	Бег 10 м с высокого старта	с	не более	
			2,20	2,30
1.2.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			8,70	9,00
1.3.	Бег на 30 м	с	не более	
			5,40	5,60
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			160	140
2.	Нормативы технической подготовки для спортивной дисциплины «футбол»			
2.1.	Ведение мяча 10 м	с	не более	
			2,60	2,80
2.2.	Ведение мяча с изменением направления 10 м	с	не более	
			7,80	8,00
2.3.	Ведение мяча 3x10 м	с	не более	
			10,00	10,30
2.4.	Удар на точность по воротам (10 ударов)	количество попаданий	не менее	
			5	4
2.5.	Передача мяча в «коридор» (10 ударов)	количество попаданий	не менее	
			5	4

**Нормативы общей физической и технической подготовки для зачисления
и перевода в группы на учебно-тренировочном этапе
(этапе спортивной специализации) 2-го года спортивной подготовки**

N п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			Юноши	Девушки
1. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины «футбол»				
1.1.	Бег 10 м с высокого старта	с	не более	
			2,15	2,25
1.2.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			8,50	8,80
1.3.	Бег на 30 м	с	не более	
			5,30	5,50
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			170	155
2. Нормативы технической подготовки для спортивной дисциплины «футбол»				
2.1.	Ведение мяча 10 м	с	не более	
			2,55	2,75
2.2.	Ведение мяча с изменением направления 10 м	с	не более	
			7,70	7,90
2.3.	Ведение мяча 3x10 м	с	не более	
			9,70	10,00
2.4.	Удар на точность по воротам (10 ударов)	количество попаданий	не менее	
			5	4
2.5.	Передача мяча в «коридор» (10 ударов)	количество попаданий	не менее	
			5	4
2.6.	Вбрасывание мяча на дальность	м	не менее	
			8	6

**Нормативы общей физической и технической подготовки для зачисления
и перевода в группы на учебно-тренировочном этапе
(этапе спортивной специализации) 3-го года спортивной подготовки**

N п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			Юноши	Девушки
1. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины «футбол»				
1.1.	Бег 10 м с высокого старта	с	не более	
			2,10	2,20
1.2.	Челночный бег 3х10 м	с	не более	
			8,30	8,60
1.3.	Бег на 30 м	с	не более	
			5,20	5,40
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			185	170
2. Нормативы технической подготовки для спортивной дисциплины «футбол»				
2.1.	Ведение мяча 10 м	с	не более	
			2,50	2,70
2.2.	Ведение мяча с изменением направления 10 м	с	не более	
			7,55	7,75
2.3.	Ведение мяча 3х10 м	с	не более	
			9,40	9,70
2.4.	Удар на точность по воротам (10 ударов)	количество попаданий	не менее	
			5	4
2.5.	Передача мяча в «коридор» (10 ударов)	количество попаданий	не менее	
			5	4
2.6.	Вбрасывание мяча на дальность	м	не менее	
			9	7

Таблица 4

**Нормативы общей физической и технической подготовки для зачисления
и перевода в группы на учебно-тренировочном этапе
(этапе спортивной специализации) 4-го года спортивной подготовки**

N п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			Юноши	Девушки
1. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины «футбол»				
1.1.	Бег 10 м с высокого старта	с	не более	
			2,05	2,15
1.2.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			8,00	8,40
1.3.	Бег на 30 м	с	не более	
			5,10	5,30
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			200	185
2. Нормативы технической подготовки для спортивной дисциплины «футбол»				
2.1.	Ведение мяча 10 м	с	не более	
			2,45	2,60
2.2.	Ведение мяча с изменением направления 10 м	с	не более	
			7,40	7,60
2.3.	Ведение мяча 3x10 м	с	не более	
			9,10	9,40
2.4.	Удар на точность по воротам (10 ударов)	количество попаданий	не менее	
			5	4
2.5.	Передача мяча в «коридор» (10 ударов)	количество попаданий	не менее	
			5	4
2.6.	Вбрасывание мяча на дальность	м	не менее	
			11	8
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Период обучения на этап спортивной подготовки	Спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд», «третий спортивный разряд»		

**Нормативы общей физической и технической подготовки для зачисления
и перевода в группы на учебно-тренировочном этапе
(этапе спортивной специализации) 5-го года спортивной подготовки**

N п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			Юноши	Девушки
1. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины «футбол»				
1.1.	Бег 10 м с высокого старта	с	не более	
			2,00	2,15
1.2.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			7,70	8,10
1.3.	Бег на 30 м	с	не более	
			5,00	5,20
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			215	200
1.5.	Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами	см	не менее	
			30	27
2. Нормативы технической подготовки для спортивной дисциплины «футбол»				
2.1.	Ведение мяча 10 м	с	не более	
			2,35	2,50
2.2.	Ведение мяча с изменением направления 10 м	с	не более	
			7,25	7,45
2.3.	Ведение мяча 3x10 м	с	не более	
			8,80	9,10
2.4.	Удар на точность по воротам (10 ударов)	количество попаданий	не менее	
			5	4
2.5.	Передача мяча в «коридор» (10 ударов)	количество попаданий	не менее	
			5	4
2.6.	Вбрасывание мяча на дальность	м	не менее	
			13	10
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Период обучения на этап спортивной подготовки	Спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд», «третий спортивный разряд»		

Нормативы общей физической и технической подготовки, уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода обучающихся на этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «футбол»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины «футбол»				
1.1.	Бег на 10 м с высокого старта	с	не более	
			1,95	2,10
1.2.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			7,40	7,80
1.3.	Бег на 30 м	с	не более	
			4,80	5,00
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			230	215
1.5.	Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами	см	не менее	
			35	27
2. Нормативы технической подготовки для спортивной дисциплины «футбол»				
2.1.	Ведение мяча 10 м	с	не более	
			2,25	2,40
2.2.	Ведение мяча с изменением направления 10 м	с	не более	
			7,10	7,30
2.3.	Ведение мяча 3x10 м	с	не более	
			8,50	8,70
2.4.	Удар на точность по воротам (10 ударов)	количество попаданий	не менее	
			5	4
2.5.	Передача мяча в «коридор» (10 попыток)	количество попаданий	не менее	
			5	4
2.6.	Вбрасывание мяча на дальность	м	не менее	
			15	12
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1 Спортивный разряд «второй спортивный разряд»				