УТВЕРЖДЕНЫ
Приказом МБУ «КСШ»
Имени А. Бессмертных
№ 248 от 13.11.2026

ПРАВИЛА

приема обучающихся на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки в Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Комплексная спортивная школа» имени Александра Бессмертных

г. Березовский, 2026 г.

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Правила приема на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки в муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Комплексная спортивная школа» имени Александра Бессмертных (далее – Учреждение) разработаны в соответствии с действующим законодательством и иными нормативно правовыми актами, в том числе:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным законом от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- приказом Минспорта России от 27.01.2023 № 57 «Об утверждении порядка приема на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки»;
- приказом Минздрава России от 19.05.2026 № 484н «Об утверждении порядка 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» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию в физкультурных и спортивных мероприятиях»;
- Федеральными стандартами спортивной подготовки по культивируемым в Учреждении видам спорта, утвержденными Минспортом России;
- дополнительными образовательными программами спортивной подготовки по культивируемым в Учреждении видам спорта, утвержденными Минспортом России;
- Уставом Учреждения.

1.2. Настоящие Правила приема на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки (далее - Правила) регламентируют прием граждан на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки на основании результатов индивидуального отбора, проводимого в целях выявления лиц, имеющих необходимые для освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки способности в области физической культуры и спорта (далее – поступающие), по видам спорта:

- дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «лыжные гонки»;
- дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «спортивная борьба»;
- дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «тяжелая атлетика».

1.3. При приеме граждан на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки требования к уровню их образования не предъявляются.

1.4. Учреждение объявляет прием граждан на обучение по Программам при наличии лицензии на осуществление образовательной деятельности.

1.5. Индивидуальный отбор проводится в целях выявления лиц, имеющих необходимые для освоения дополнительных образовательных программ спортивной подготовки способности в области физической культуры и спорта.

1.6. Для проведения индивидуального отбора поступающих Учреждение проводит тестирование по общей физической и специальной подготовке.

2. УСЛОВИЯ ПРИЕМА В УЧРЕЖДЕНИЕ

2.1. Организация приема и зачисления поступающих в Учреждение осуществляется приемной комиссией Учреждения.

2.2. Состав, полномочия и порядок деятельности приемной и апелляционной комиссии регламентируется Положением о них, утверждаются директором Учреждения.

2.3. Прием на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки (далее – Программы) в Учреждение проводится на принципах равных условий приема для всех поступающих.

При приеме поступающих в Учреждение требования к уровню их образования не предъявляются.

2.4. При приеме поступающих Учреждение обеспечивает:

- соблюдение принципа равных условий приема поступающих;
- соблюдение прав поступающих, прав родителей (законных представителей) несовершеннолетних поступающих, установленных законодательством Российской Федерации;
- гласность и открытость работы приемной и апелляционной комиссий, созданных для организации приема и проведения индивидуального отбора поступающих;
- объективность оценки способностей поступающих на основании результатов индивидуального отбора.

2.5. Учреждение осуществляет прием поступающих, достигших минимального возраста для прохождения этапа спортивной подготовки, установленного дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта, разработанной с учетом примерной дополнительной образовательной программы спортивной подготовки и реализуемой Учреждением, на основании результатов индивидуального отбора и при наличии медицинского заключения с указанием группы здоровья о допуске поступающего к прохождению спортивной подготовки.

2.6. Количество поступающих, принимаемых в Учреждение на бюджетной основе, определяется в соответствии с муниципальным заданием на оказание муниципальных услуг по реализации дополнительных образовательных программ спортивной подготовки.

2.7. Прием в Учреждение осуществляется по письменному заявлению:

- поступающего, достигшего совершеннолетнего возраста;
- несовершеннолетнего поступающего в возрасте от 14 до 18 лет с письменного согласия родителей (законных представителей);
- родителя (законного представителя) несовершеннолетнего поступающего.

2.8. Заявление о приеме в Учреждение подается на русском языке.

В заявлении о приеме в Учреждение указываются следующие сведения:

- фамилия, имя и отчество (при наличии) поступающего, а в случае, если поступающий является несовершеннолетним, дополнительно указывается фамилия, имя и отчество (при наличии) родителя (законного представителя) несовершеннолетнего поступающего;
- дата рождения поступающего;
- наименование дополнительной образовательной программы, по которой планирует осуществлять обучение поступающий;
- номера телефонов поступающего (при наличии), а в случае, если поступающий является несовершеннолетним, родителя (законного представителя) несовершеннолетнего поступающего;
- сведения о гражданстве поступающего;
- адрес постоянного места жительства (регистрации) и места пребывания поступающего (в случае их несовпадения);
- страховой номер индивидуального лицевого счёта в системе обязательного пенсионного страхования России (СНИЛС).

2.9. Учреждение обязано ознакомить поступающего и (или) его родителей (законных представителей) со своим Уставом, со сведениями о дате предоставления и регистрационном номере лицензии на осуществление образовательной деятельности, с образовательными программами и другими

документами, регламентирующими организацию и осуществление образовательной деятельности, права и обязанности обучающихся.

Факт ознакомления поступающего и (или) родителя (законного представителя) несовершеннолетнего поступающего с указанными выше документами и информацией фиксируется в заявлении.

Поступающий или родитель (законный представитель) несовершеннолетнего поступающего оформляют согласие на участие в процедуре индивидуального отбора поступающего и на обработку его персональных данных.

2.10. При подаче заявления предоставляются следующие документы:

- копия паспорта поступающего, а в случае, если поступающий не достиг возраста 14 лет – копия свидетельства о рождении (с предъявлением оригинала соответствующего документа;
- медицинское заключение о допуске к прохождению спортивной подготовки;
- фотографии поступающего в количестве двух штук размером 3х4 см;
- заявление о согласии на обработку персональных данных.

В случае предоставления заявления родителем (законным представителем) несовершеннолетнего поступающего, дополнительно предоставляется (с предъявлением оригинала соответствующего документа):

- копия паспорта родителя (законного представителя) несовершеннолетнего поступающего;
- копия документа, удостоверяющего полномочия законного представителя несовершеннолетнего поступающего.

К документам, удостоверяющим полномочия законного представителя несовершеннолетнего поступающего, для целей настоящих Правил относятся:

- свидетельство об усыновлении, выданное органом записи актов гражданского состояния - для усыновителя поступающего;
- решение органа опеки и попечительства - для опекуна или попечителя поступающего.

2.11. Заявление и документы, указанные в пункте 2.10 настоящих Правил, подаются одним из следующих способов:

- лично в Учреждение;
- через операторов почтовой связи общего пользования заказным письмом с уведомлением о вручении;
- в электронной форме (документ на бумажном носителе, преобразованный в электронную форму путем сканирования или фотографирования с обеспечением машиночитаемого распознавания его реквизитов) посредством электронной почты Учреждения или электронной информационной системы Учреждения, в том числе с использованием

функционала сайта Учреждения, или иным способом с использованием информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

2.12. Учреждение осуществляет проверку достоверности сведений, указанных в заявлении, и соответствия действительности поданных электронных образцов документов.

2.13. Учреждение осуществляет обработку полученных в связи с приемом на обучение по Программам персональных данных поступающих, в соответствии с требованиями законодательства Российской Федерации в области персональных данных.

2.14. На каждого поступающего заводится личное дело, в котором хранятся все представленные документы и материалы результатов индивидуального отбора.

2.15. Материалы результатов индивидуального отбора хранятся в Учреждении в отдельно отведенной папке.

2.16. Прием документов на обучение осуществляется в соответствии с графиком работы Учреждения, начинается с 01 августа, заканчивается не позднее пяти рабочих дней до даты начала проведения Учреждением мероприятий индивидуального отбора.

2.17. В случае наличия мест, оставшихся вакантными после приема в Учреждение на обучение по результатам индивидуального отбора, и принятия директором Учреждения решения о проведении дополнительного отбора, период приема документов на зачисление в Учреждение продлевается и заканчивается не позднее трех рабочих дней до даты начала проведения мероприятий дополнительного индивидуального отбора.

2.18. Дополнительный индивидуальный отбор проводится в соответствии с положениями настоящих правил о приеме документов на обучение и проведении индивидуального отбора, осуществляется в сроки, установленные распорядительным актом Учреждения.

2.19. Результаты индивидуального отбора (дополнительного индивидуального отбора) поступающих объявляются не позднее чем через пять рабочих дней после его проведения.

Данные результаты размещаются на информационном стенде и на сайте Учреждения с учетом соблюдения законодательства Российской Федерации в области персональных данных.

2.20. Зачисление поступающих в Учреждение на обучение по соответствующей дополнительной образовательной программе осуществляется с 01 сентября и оформляется распорядительным актом Учреждения на основании решения приемной или апелляционной комиссии.

2.21. Основаниями для отказа в приеме в Учреждение на обучение являются:

- наличие медицинских противопоказаний к занятиям избранным видом спорта;
- отсутствие вакантных мест для приема поступающего;
- несоответствие возраста поступающего требованиям, предъявляемым дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта для зачисления в группу на определенный этап спортивной подготовки;
- отрицательные результаты индивидуального отбора;
- неявка поступающего для прохождения индивидуального отбора в установленные сроки (без уважительной причины);
- непредставление заявления о приеме в Учреждение или документов, предусмотренных пунктом 2.10 настоящих Правил.

2.22. В случае отчисления обучающихся по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки из Учреждения (выбытия из группы спортивной подготовки, в результате чего наполняемость группы спортивной подготовки не соответствует требованиям федерального стандарта спортивной подготовки, дополнительных образовательных программ спортивной подготовки), Учреждение в месячный срок принимает меры по доукомплектованию группы в соответствии с требованиями по наполняемости групп.

3. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРИЕМА В УЧРЕЖДЕНИЕ НА ОБУЧЕНИЕ

3.1. Не позднее чем за месяц до начала приема документов на обучение Учреждение, помимо информации и документов, обязательных для размещения во исполнение требований действующего законодательства к образовательным организациям по обеспечению открытости и доступности информации и локальных нормативных актов Учреждения, размещает на своем информационном стенде и официальном сайте Учреждения в информационно-телекоммуникационной сети Интернет следующую информацию и документы с целью ознакомления с ними поступающих, а также родителей (законных представителей) несовершеннолетних поступающих:
- количество бюджетных мест по каждой реализуемой в Учреждении дополнительной образовательной программе спортивной подготовки, а также количество вакантных мест для приема поступающих;
- сроки приема документов, необходимых для зачисления в Учреждение;
- график проведения Учреждением мероприятий индивидуального отбора, утвержденный распорядительным актом Учреждения;
- требования, предъявляемые к уровню общей физической подготовки;
- сроки зачисления в Учреждение.

4. ПРОВЕДЕНИЕ ИНДИВИДУАЛЬНОГО ОТБОРА ПОСТУПАЮЩИХ

4.1. Прием граждан в Учреждение на обучение по Программам осуществляется на основании результатов индивидуального отбора.

4.2. Индивидуальный отбор проводится в целях выявления у поступающих физических, психологических способностей и (или) двигательных умений, необходимых для освоения Программ:

- на этап начальной подготовки и учебно-тренировочный этап – на основании результатов индивидуального отбора;
- на этап спортивной специализации – на основании результатов индивидуального отбора;
- на этап совершенствования спортивного мастерства – на основании результатов индивидуального отбора.

Для проведения индивидуального отбора поступающих Учреждение проводит тестирование по нормативам физической подготовки и иным спортивными нормативам в соответствии с Программами.

4.3. Оценка всех тестов производится по системе, установленной в Программах по видам спорта.

4.4. На основании полученных результатов тестов формируется протокол сдачи нормативов с оценкой «зачтено» или «не зачтено» и указанием показанного результата.

4.5. Учреждение самостоятельно устанавливает сроки проведения индивидуального отбора поступающих в соответствующем году (по мере поступления заявлений).

4.6. Индивидуальный отбор поступающих проводится в формах, предусмотренных Учреждением, с целью зачисления лиц, обладающих физическими, психологическими способностями и (или) двигательными умениями, необходимыми для освоения соответствующей Программы.

4.7. Поступающие, а также родители (законные представители) поступающих вправе подать апелляцию по процедуре и (или) результатам проведения индивидуального отбора в апелляционную комиссию не позднее следующего рабочего дня после объявления результатов индивидуального отбора.

4.8. Индивидуальный отбор поступающего проводится повторно в случае невозможности определения достоверности результатов индивидуального отбора поступающего без его повторного проведения, а также в случае выявления технических неисправностей оборудования или спортивного инвентаря, использовавшегося при проведении индивидуального отбора поступающего.

4.9. Повторное проведение индивидуального отбора поступающих проводится в течение трех рабочих дней со дня принятия решения о целесообразности такого отбора в присутствии не менее двух членов апелляционной комиссии.

4.10. Подача апелляции по процедуре и (или) результатам проведения повторного индивидуального отбора поступающих не допускается.

5. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

5.1. Настоящие Правила являются локальным нормативным актом Учреждения, приняты в порядке, предусмотренном Уставом Учреждения, вступают в силу с даты их утверждения приказом директора Учреждения и действуют бессрочно.

5.2. После принятия Правил в новой редакции (или изменений и дополнений в Правила) предыдущая редакция автоматически утрачивает силу.

5.3. Правила подлежат актуализации при изменении законодательства, регулирующего установленные им правила.

5.4. Настоящие Правила подлежат размещению на официальном сайте Учреждения.

Приложение № 1

МБУ «КСШ» имени А. Бессмертных
Директору _____
от
Фамилия
_____
Имя
_____
Отчество
_____
(одного из родителей (законных представителей)

ЗАЯВЛЕНИЕ

Прошу зачислить моего ребенка для обучения по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта (лыжные гонки, спортивная борьба, тяжелая атлетика)
нужное подчеркнуть

_____
(Ф.И.О. поступающего)
Дата рождения _____ Место рождения _____

ИНН_____ СНИЛС _____
Место учебы _____курс (класс) _____
(ВУЗ, СУЗ, СОШ и др.)
Адрес регистрации _____
_____
Фактический адрес проживания _____
_____
Контактный телефон поступающего _____
Мать (Фамилия, Имя, Отчество) _____
_____
Место работы, должность, контактный телефон _____
_____
Отец (Фамилия, Имя, Отчество) _____
_____
Место работы, должность, контактный телефон _____
_____

Согласно Правилам о приеме, прилагаю следующие документы:

1. Копия свидетельства о рождении (паспорта) поступающего;
2. Копия паспорта родителя (законного представителя);
3. Медицинское заключение;
4. Фотографии 3х4 (2 штуки);
5. Заявление о согласии на обработку персональных данных.

С правилами о приеме в Учреждение, Уставом, с дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта _____, правилами внутреннего распорядка обучающихся, и иными локальными нормативно-правовыми актами Учреждения ознакомлен(а).

Я согласен(а) на проведение процедуры индивидуального отбора при поступлении в Учреждение в соответствии с Правилами приема в Учреждение.

«_____»_____20_____года _____

Приложение № 2

Председателю апелляционной комиссии
МБУ «КСШ» имени А. Бессмертных

_____

от _____

_____,

(ФИО полностью)

Проживающего по адресу: _____

_____

_____

ЗАЯВЛЕНИЕ

Прошу пересмотреть результат, полученный мною (поступающим)

_____

(Ф.И.О. поступающего)

на вступительном испытании _____

(наименование испытания)

в связи с тем, что _____

_____

_____

_____

«_____» _____ 20 __ __ г. _____

подпись

Приложение № 3

РЕШЕНИЕ
апелляционной комиссии

В ходе рассмотрения результатов вступительных испытаний поступающего

_____

(Ф.И.О. поступающего)

Установлено следующее:

- апелляцию отклонить: нарушений при проведении индивидуального отбора, а также иных оснований для пересмотра решения не установлено _____ (да, нет)

(см. протокол № _____ от «_____» _____ 20___ г.);

- апелляцию удовлетворить, провести повторные вступительные испытания «_____» _____ 20____ г.

Председатель
апелляционной комиссии _____ / _____
(подпись) (ФИО)

Члены комиссии _____ / _____
(подпись) (ФИО)

_____ / _____
(подпись) (ФИО)

С решением апелляционной комиссии ознакомлен (а).

«_____» _____ 20 __ __ г. _____
(подпись подавшего апелляцию)

Нормативы общей физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «лыжные гонки»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки						
1.1.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			7,1	7,3	6,3	6,5
1.2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее	
			130	120	140	130
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			5	4	10	5
1.4.	Бег на 1000 м	мин, с	не более		не менее	
			6.30	7.00	5.50	6.20

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) по виду спорта «лыжные гонки»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			10,2	10,7
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			18	9
1.3.	Бег на 1500 м	мин, с	не более	
			7,55	8.15
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Бег на лыжах. Классический стиль 3 км	мин, с	не более	
			14.20	15.20
2.2.	Бег на лыжах. Свободный стиль 3 км	мин, с	не более	
			13.00	14.30

3. Уровень спортивной квалификации (спортивные разряды)	
Период обучения на этапе спортивной подготовки	Уровень спортивной квалификации
До двух лет	спортивные разряды: «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд»
Свыше двух лет	спортивные разряды: «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «лыжные гонки»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 2000 м	мин, с	не более	
			-	8.35
1.2.	Бег на 3000 м	мин, с	не более	
			9.40	-
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Бег на лыжах. Классический стиль 5 км	мин, с	не более	
			-	17.40
2.2.	Бег на лыжах. Классический стиль 10 км	мин, с	не более	
			31.00	-
2.3.	Бег на лыжах. Свободный стиль 5 км	мин, с	не более	
			-	17.00
2.4.	Бег на лыжах. Свободный стиль 10 км	мин, с	не более	
			28.30	-
3. Уровень спортивной квалификации (спортивные разряды)				
3.1.	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»			

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «тяжелая атлетика»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки						
1.1.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее	
			108	103	122	117
1.2.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		не менее	
			+1	+3	+3	+5
2. Нормативы специальной физической подготовки						
2.1.	Приседания (с удержанием грифа весом 10 кг на прямых руках в рывковом хвате с задержкой 3 с в низком седе)	количество раз	не менее		не менее	
			-	-	1	1

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) по виду спорта «тяжелая атлетика»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			162	147
1.2.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+5	+6

2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Приседания (с удержанием грифа весом 15 кг на прямых руках в рывковом хвате задержкой 3 с в низком седе)	количество раз	не менее	
			-	1
2.2.	Приседания (с удержанием грифа весом 20 кг на прямых руках в рывковым хватом задержкой 3 с в низком седе)	количество раз	не менее	
			1	-
2.3.	Выпрыгивания со штангой на плечах (вес штанги не менее 25% от собственного веса тела)	количество раз	не менее	
			8	6
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	Спортивные разряды: «третий юношеский спортивный разряд» «второй юношеский спортивный разряд» «первый юношеский спортивный разряд»		
3.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)	Спортивные разряды: «третий спортивный разряд» «второй спортивный разряд» «первый спортивный разряд»		

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «тяжелая атлетика»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			183	167
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			29	15
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+9	+13

2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Исходное положение – лежа на спине. Ноги согнуты в коленях на ширине плеч, руки согнуты и сжаты в замок за головой. Подъем туловища до касания бедер с возвратом в исходное положение в течение 30 с	количество раз	не менее	
			18	15
2.2.	Вис хватом сверху на высокой перекладине на согнутых под углом 90° руках	с	не менее	
			16,0	12,0
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»			

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «спортивная борьба»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки						
1.1.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			9,6	10,1	8,6	9,1
1.2.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее		не менее	
			11	10	12	11
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		не менее	
			+1	+3	+3	+5
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее	
			85	77	95	87
1.5.	Метание теннисного мяча в цель, дистанция -5 м	количество попаданий	не менее		не менее	
			2	1	3	2
2. Нормативы специальной физической подготовки						
2.1.	Стоя ровно, на одной ноге, руки на поясе. Фиксация положения	с	не менее		не менее	
			10,0	8,0	12,0	10,0
2.2.	Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке	количество раз	не менее		не менее	
			2		3	

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) по виду спорта «спортивная борьба»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			5,9	6,1
1.2.	Бег на 1000 м	мин, с	не более	
			5,41	6,12
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			13	7
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+4	+5
1.5.	Челночный бег 3х10 м	с	не более	
			9,2	9,4
1.6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			142	132
1.7.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			33	28
1.8.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			4	-
1.9.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			-	10
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Подъем выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке в положение «угол»	количество раз	не менее	
			6	4
2.2.	Прыжок в высоту с места	см	не менее	
			40	
2.3.	Бросок набивного мяча (3 кг) вперед из-за головы	м	не менее	
			5,2	
2.4.	Бросок набивного мяча (3 кг) назад	м	не менее	
			6,0	
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (второй и третий год)	Спортивные разряды: «третий юношеский спортивный разряд» «второй юношеский спортивный разряд» «первый юношеский спортивный разряд»		
3.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)	Спортивные разряды: «третий спортивный разряд» «второй спортивный разряд» «первый спортивный разряд»		

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «спортивная борьба»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			8,1	9,5
1.2.	Бег на 2000 м	мин, с	не более	
			8.00	9.55
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			37	16
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+11	+15
1.5.	Челночный бег 3х10 м	с	не более	
			7,1	7,9
1.6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			218	183
1.7.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			50	44
1.8.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			13	-
1.9.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			-	19
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Подъем выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке в положение «угол»	количество раз	не менее	
			15	8
2.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях	количество раз	не менее	
			20	
2.3.	Прыжок в высоту с места	см	не менее	
			47	
2.4.	Бросок набивного мяча (3 кг) вперед из-за головы	м	не менее	
			7,0	
2.5.	Бросок набивного мяча (3 кг) назад	м	не менее	
			6,3	
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»			