МИНИСТЕРСТВО ЮСТИЦИИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ЗАРЕГИСТРИРОВАНО
Регистрационный № 71697
от "20" декабря 2022 г.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
(МИНСПОРТ РОССИИ)

ПРИКАЗ

«30» ноября 2022 г. г. Москва № 1100

Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «спорт слепых»

В соответствии с частью 4 статьи 34 Федерального закона от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (Собрание законодательства Российской Федерации, 2007, № 50, ст. 6242; 2011, № 50, ст. 7354; 2021, № 18, ст. 3071) и подпунктом 4.2.27 пункта 4 Положения о Министерстве спорта Российской Федерации, утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации от 19 июня 2012 г. № 607 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, № 26, ст. 3525), п р и к а з ы в а ю:

1. Утвердить прилагаемый федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «спорт слепых».

2. Признать утратившим силу приказ Министерства спорта Российской Федерации от 3 октября 2022 г. № 795 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «спорт слепых» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 7 ноября 2022 г., регистрационный № 70838).

3. Настоящий приказ вступает в силу с 1 января 2023 года.

4. Контроль за исполнением настоящего приказа возложить на заместителя Министра спорта Российской Федерации А.А. Морозова.

Министр О.В. Матыцин

УТВЕРЖДЕН
приказом Минспорта России
от «30» ноября 2022 г. № 1100

Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «спорт слепых»

I. Требования к структуре и содержанию примерных дополнительных образовательных программ спортивной подготовки, в том числе к их теоретическим и практическим разделам применительно к каждому этапу спортивной подготовки, включая сроки реализации таких этапов и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам

1. Примерная дополнительная образовательная программа спортивной подготовки должна иметь следующую структуру и содержание:

1.1. Общие положения, включающие:

1.1.1. Название дополнительной образовательной программы спортивной подготовки с указанием вида спорта (спортивной дисциплины).

1.1.2. Цели дополнительной образовательной программы спортивной подготовки.

1.2. Характеристику дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, включающую:

1.2.1. Сроки реализации этапов спортивной подготовки, возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки (приложение № 1 к федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «спорт слепых» (далее – ФССП).

1.2.2. Классы лиц, проходящих спортивную подготовку по виду спорта «спорт слепых» (приложение № 2 к ФССП).

1.2.3. Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки (приложение № 3 к ФССП).

1.2.4. Виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, включающие:

учебно-тренировочные занятия;

учебно-тренировочные мероприятия (приложение № 4 к ФССП);

спортивные соревнования, согласно объему соревновательной деятельности (приложение № 5 к ФССП);

иные виды (формы) обучения.

1.2.5. Годовой учебно-тренировочный план, с учетом соотношения видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки (приложение № 5 к ФССП).

1.2.6. Календарный план воспитательной работы.

1.2.7. План мероприятий, направленных на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним.

1.2.8. Планы инструкторской и судейской практики.

1.2.9. Планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств.

1.3. Систему контроля, содержащую:

1.3.1. Требования к результатам прохождения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, в том числе к участию в спортивных соревнованиях.

1.3.2. Оценку результатов освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки.

1.3.3. Контрольные и контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки и уровень спортивной квалификации лиц, проходящих спортивную подготовку, по годам и этапам спортивной подготовки.

1.4. Рабочую программу по виду спорта (спортивной дисциплине), состоящую из программного материала для учебно-тренировочных занятий по каждому этапу спортивной подготовки и учебно-тематического плана.

1.5. Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, включающие материально-технические, кадровые и информационно-методические условия.

II. Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы с учетом возраста, пола лиц, проходящих спортивную подготовку, особенностей вида спорта «спорт слепых» (спортивных дисциплин), уровень спортивной квалификации таких лиц (спортивные разряды и спортивные звания)

2. Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы лиц, проходящих спортивную подготовку (далее – обучающиеся), на этапах спортивной подготовки, уровень спортивной квалификации таких лиц (спортивные разряды и спортивные звания) учитывают их возраст, пол, а также особенности вида спорта «спорт слепых» и включают:

2.1. Нормативы общей физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «спорт слепых» (приложение № 7 к ФССП).

2.2. 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 «спорт слепых» (приложение № 8 к ФССП).

2.3. 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 «спорт слепых» (приложение № 9 к ФССП).

2.4. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды и спортивные звания) для

зачисления и перевода на этап высшего спортивного мастерства по виду спорта «спорт слепых» (приложение № 10 к ФССП).

III. Требования к участию лиц, проходящих спортивную подготовку, и лиц, ее осуществляющих, в спортивных соревнованиях, предусмотренных в соответствии с реализуемой дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта «спорт слепых»

3. Требования к участию в спортивных соревнованиях обучающихся:

соответствие возраста, пола и уровня спортивной квалификации обучающихся положениям (регламентам) об официальных спортивных соревнованиях согласно Единой всероссийской спортивной классификации и правилам вида спорта «спорт слепых»;

наличие медицинского заключения о допуске к участию в спортивных соревнованиях;

соблюдение общероссийских антидопинговых правил и антидопинговых правил, утвержденных международными антидопинговыми организациями.

4. Организация, реализующая дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, направляет обучающегося и лиц, осуществляющих спортивную подготовку, на спортивные соревнования на основании утвержденного плана физкультурных и спортивных мероприятий, формируемого в том числе в соответствии с Единым календарным планом межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, и соответствующих положений (регламентов) об официальных спортивных соревнованиях.

IV. Требования к результатам прохождения спортивной подготовки применительно к этапам спортивной подготовки

5. Результаты прохождения спортивной подготовки применительно к этапам спортивной подготовки должны соответствовать целям, поставленным дополнительной образовательной программой спортивной подготовки.

6. Требования к результатам прохождения спортивной подготовки, в том числе по отдельным этапам спортивной подготовки, конкретизируются в примерной дополнительной образовательной программе спортивной подготовки, и направлены:

6.1. На этапе начальной подготовки на:

формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом;

получение общих теоретических знаний о физической культуре и спорте, в том числе о спортивной дисциплине вида спорта «спорт слепых»;

формирование двигательных умений и навыков, в том числе в спортивной дисциплине вида спорта «спорт слепых»;

повышение уровня физической подготовленности и всестороннее гармоничное развитие физических качеств;

укрепление здоровья;

прохождение физической реабилитации, социальной адаптации и интеграции.

6.2. На учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) на:

формирование устойчивого интереса к занятиям спортивной дисциплиной вида спорта «спорт слепых»;

формирование разносторонней общей и специальной физической подготовленности, а также теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности, соответствующей спортивной дисциплине вида спорта «спорт слепых»;

обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и формирование навыков соревновательной деятельности;

укрепление здоровья;

прохождение углубленной физической реабилитации, социальной адаптации и интеграции.

6.3. На этапе совершенствования спортивного мастерства на:

повышение уровня общей и специальной физической, теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности;

обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и совершенствование навыков в условиях соревновательной деятельности;

сохранение здоровья;

прохождение углубленной физической реабилитации, социальной адаптации и интеграции.

6.4. На этапе высшего спортивного мастерства на:

повышение уровня общей и специальной физической, теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности, соответствующей спортивной дисциплине вида спорта «спорт слепых»;

обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и достижение обучающимися высоких и стабильных спортивных результатов в условиях соревновательной деятельности;

сохранение здоровья;

прохождение углубленной физической реабилитации, социальной адаптации и интеграции.

V. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам вида спорта «спорт слепых»

7. Особенности осуществления спортивной подготовки в спортивных дисциплинах по виду спорта «спорт слепых», содержащих в своем наименовании слова и словосочетания «армрестлинг» (далее – «армрестлинг»), «биатлон» (далее – «биатлон»), «борьба» (далее – «борьба»), «боулинг» (далее – «боулинг»), «велоспорт-тандем» (далее – «велоспорт-тандем»), «голбол» (далее – «голбол»), «горнолыжный спорт» (далее – «горнолыжный спорт»), «дзюдо» (далее – «дзюдо»), «легкая атлетика - бег» с указанием дистанции до 400 м включительно и «легкая атлетика-эстафета» (далее – «легкая атлетика - бег на короткие дистанции»),

«легкая атлетика - бег» с указанием дистанции более 400 м, «легкая атлетика - пятиборье» и «легкая атлетика - марафон» (далее – «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции»), «легкая атлетика - метание» и «легкая атлетика - толкание» (далее – «легкая атлетика - метания»), «легкая атлетика - прыжки» (далее – «легкая атлетика - прыжки»), «лыжные гонки» (далее – «лыжные гонки»), «настольный теннис» (далее – «настольный теннис»), «пауэрлифтинг» (далее – «пауэрлифтинг»), «плавание» (далее – «плавание»), «пулевая стрельба» (далее – «пулевая стрельба»), «самбо» (далее – «самбо»), «спортивный туризм» (далее – «спортивный туризм»), «торбол» (далее – «торбол»), «триатлон» (далее – «триатлон»), «футбол» (далее – «футбол»), «шахматы» (далее – «шахматы»), «шашки» (далее – «шашки»), основаны на особенностях вида спорта «спорт слепых» и его спортивных дисциплин. Реализация дополнительных образовательных программ спортивной подготовки проводится с учетом этапа спортивной подготовки и спортивных дисциплин вида спорта «спорт слепых», по которым осуществляется спортивная подготовка.

8. Спортивная подготовка по виду спорта «спорт слепых» проводится с учетом классов «B1», «B2», «B3», «J1», «J2», к которым относятся обучающиеся в зависимости от степени их функциональных возможностей, требующихся для занятий определенной спортивной дисциплиной вида спорта «спорт слепых» (далее соответственно – классы «B1», «B2», «B3», «J1», «J2»).

9. Все группы спортивной подготовки также могут комплектоваться лицами, не имеющими инвалидность по зрению и проходящими подготовку в качестве лиц, обеспечивающих сопровождение лиц, проходящих спортивную подготовку и имеющих инвалидность по зрению (далее – спортсмен-инвалид по зрению), при проведении учебно-тренировочных занятий, а также совместно выступающих с спортсменом-инвалидом по зрению в спортивных соревнованиях (далее соответственно – спортсмен-ведущий, спортсмен-пилот, спортсмен – спарринг-партнер). Количество указанных лиц не должно превышать количество спортсменов-инвалидов по зрению.

10. Особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта «спорт слепых» учитываются организациями, реализующими дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, при формировании дополнительных образовательных программ спортивной подготовки, в том числе годового учебно-тренировочного плана.

11. Для зачисления на этап спортивной подготовки лицо, желающее пройти спортивную подготовку, должно достичь установленного возраста в календарный год зачисления на соответствующий этап спортивной подготовки.

12. Возраст обучающихся на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства не ограничивается при условии вхождения их в список кандидатов в спортивную сборную команду субъекта Российской Федерации по виду спорта «спорт слепых» и участия в официальных спортивных соревнованиях по виду спорта «спорт слепых» не ниже уровня всероссийских спортивных соревнований.

13. В зависимости от условий и организации учебно-тренировочных занятий,

а также условий проведения спортивных соревнований подготовка обучающихся осуществляется на основе обязательного соблюдения требований безопасности, учитывающих особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта «спорт слепых».

VI. Требования к кадровым и материально-техническим условиям реализации этапов спортивной подготовки и иным условиям

14. Организации, реализующие дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, должны обеспечить соблюдение требований к кадровым и материально-техническим условиям реализации этапов спортивной подготовки и иным условиям, установленным ФССП.

15. Требования к кадровому составу организаций, реализующих дополнительные образовательные программы спортивной подготовки:

15.1. Уровень квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку, должен соответствовать требованиям, установленным про профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту», утвержденный приказом Минтруда России от 19.10.2021 № 734н (зарегистрирован Минюстом России 19.11.2021, регистрационный № 65904), профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель», утвержденным приказом Минтруда России от 24.12.2020 № 952н (зарегистрирован Минюстом России 25.01.2021, регистрационный № 62203), профессиональным стандартом «Тренер по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту», утвержденным приказом Минтруда России от 02.04.2019 № 199н (зарегистрирован Минюстом России 29.04.2019, регистрационный № 54541), профессиональным стандартом «Тренер», утвержденным приказом Минтруда России от 28.03.2019 № 191н (зарегистрирован Минюстом России 25.04.2019, регистрационный № 54519), профессиональным стандартом «Инструктор-методист по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту», утвержденным приказом Минтруда России от 02.04.2019 № 197н (зарегистрирован Минюстом России 29.04.2019, регистрационный № 54540), профессиональным стандартом «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта», утвержденный приказом Минтруда России от 21.04.2022 № 237н (зарегистрирован Минюстом России 27.05.2022, регистрационный № 68615), профессиональным стандартом «Сопровождающий инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, несовершеннолетних лиц на спортивные мероприятия», утвержденным приказом Минтруда России от 31.03.2022 № 191н (зарегистрирован Минюстом России 11.05.2022, регистрационный № 68449), профессиональным стандартом «Специалист по обслуживанию и ремонту спортивного инвентаря и оборудования», утвержденным приказом Минтруда России от 28.03.2019 № 192н (зарегистрирован Минюстом России 23.04.2019, регистрационный № 54475) или 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).

15.2. Для проведения учебно-тренировочных занятий и участия в официальных спортивных соревнованиях на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации), этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, кроме основного тренера-преподавателя, допускается привлечение тренера-преподавателя по видам спортивной подготовки, с учетом специфики вида спорта «спорт слепых», а также на всех этапах спортивной подготовки привлечение иных специалистов (при условии их одновременной работы с обучающимися).

Кроме второго тренера к работе с лицами, проходящими спортивную подготовку, также могут привлекаться другие специалисты, включая спортсмена-ведущего, спортсмена-пилота, спортсмена – спарринг-партнера.

16. Требования к материально-техническим условиям реализации этапов спортивной подготовки предусматривают (в том числе на основании договоров, заключенных в соответствии с гражданским законодательством Российской Федерации, существенным условием которых является право пользования соответствующей материально-технической базой и (или) объектом инфраструктуры):

наличие тренировочного спортивного зала;

наличие тренажерного зала;

наличие раздевалок, душевых;

наличие игрового зала для спортивных дисциплин: «голбол», «настольный теннис», «торбол»;

наличие зала для единоборств для спортивных дисциплин: «дзюдо», «самбо»

наличие лыжно-биатлонной трассы для спортивной дисциплины «биатлон»;

наличие горнолыжной трассы для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт»;

наличие беговой дорожки для спортивных дисциплин: «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции»;

наличие места для метания (толкания), состоящего из площадки (на которой расположен круг, ограниченный кольцом) или дорожки для разбега, с которых производится бросок (толчок), и сектора или коридора для приземления снарядов, для спортивных дисциплин: «легкая атлетика - метания»;

наличие места для прыжков, состоящего из дорожки (сектора) для разбега и места (ямы) для приземления, для спортивной дисциплины «легкая атлетика - прыжки»;

наличие плавательного бассейна для спортивной дисциплины «плавание»;

наличие тира для спортивной дисциплины «пулевая стрельба»;

наличие футбольной площадки (поля) для спортивной дисциплины «футбол»;

наличие помещения для игры в шахматы, шашки для спортивных дисциплин: «шахматы», «шашки»;

наличие медицинского пункта, оборудованного в соответствии с приказом Минздрава России от 23.10.2020 № 1144н «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 физкультурных и спортивных мероприятиях» (зарегистрирован Минюстом России 03.12.2020, регистрационный № 61238)[1];

обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки (приложение № 11 к ФССП);

обеспечение спортивной экипировкой (приложение № 12 к ФССП);

обеспечение проездом к месту проведения спортивных мероприятий и обратно лиц, проходящих обучение по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки;

обеспечение питанием и проживанием лиц, проходящих обучение по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки, в период проведения спортивных мероприятий.

медицинское обеспечение лиц, проходящих обучение по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки, в том числе организацию систематического медицинского контроля.

17. К иным условиям реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки относится трудоемкость дополнительной образовательной программы спортивной подготовки (объемы времени на ее реализацию) с обеспечением непрерывности учебно-тренировочного процесса, а также порядок и сроки формирования учебно-тренировочных групп.

17.1. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки рассчитывается на 52 недели в год.

Учебно-тренировочный процесс в организации, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки, должен вестись в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом (включая период самостоятельной подготовки по индивидуальным планам спортивной подготовки для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса).

При включении в учебно-тренировочный процесс самостоятельной подготовки ее продолжительность составляет не менее 10% и не более 20% от общего количества часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом организации, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки.

17.2. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки устанавливается в часах и не должна превышать:

на этапе начальной подготовки – двух часов;

---

[1] с изменениями, внесенными приказом Минздрава России от 22.02.2022 № 106н (зарегистрирован Минюстом России 28.02.2022, регистрационный № 67554).

на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – трех часов;

на этапе совершенствования спортивного мастерства – четырех часов;

на этапе высшего спортивного мастерства – четырех часов.

При проведении более одного учебно-тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не должна составлять более восьми часов.

В часовой объем учебно-тренировочного занятия входят теоретические, практические, восстановительные, медико-биологические мероприятия, инструкторская и судейская практика.

17.3. Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки может осуществляться на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, а также на всех этапах спортивной подготовки в период проведения учебно-тренировочных мероприятий и участия в спортивных соревнованиях.

Приложение № 1
к федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «спорт слепых», утвержденному приказом Минспорта России
от «30» ноября 2022 г. № 1100

Сроки реализации этапов спортивной подготовки, возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку	Класс	Наполняемость (человек)
Для спортивных дисциплин «армрестлинг», «борьба», «боулинг»				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	10	В3	6
			В2	4
			В1	3
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	12	В3	4
			В2	3
			В1	2
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	14	В3	2
			В2	2
			В1	1
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	16	В3	1
			В2	1
			В1	1
Для спортивной дисциплины «биатлон»				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	9	В3	6
			В2	6
			В1	2
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	11	В3	4
			В2	3
			В1	1
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	15	В3	2
			В2	2
			В1	1
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	16	В3	2
			В2	2
			В1	1
Для спортивной дисциплины «велоспорт-тандем»				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	10	В3	6
			В2	4
			В1	1
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	13	В3	4
			В2	2
			В1	1

Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	16	В3	4
			В2	1
			В1	1
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	18	В3	2
			В2	1
			В1	1
Для спортивных дисциплин «голбол», «торбол», «футбол»				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	9	В3	6
			В2	4
			В1	3
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	11	В3	4
			В2	3
			В1	2
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	В3	2
			В2	2
			В1	1
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	В3	1
			В2	1
			В1	1
Для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт»				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	8	В3	4
			В2	3
			В1	2
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	10	В3	4
			В2	3
			В1	2
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	14	В3	2
			В2	2
			В1	1
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	В3	1
			В2	1
			В1	1
Для спортивной дисциплины «дзюдо»				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	7	J2	4
			J1	2
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	11	J2	2
			J1	1
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	14	J2	1
			J1	1
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	16	J2	1
			J1	1
Для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции», «легкая атлетика - метания», «легкая атлетика - прыжки»				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	9	В3	5
			В2	4
			В1	2
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	11	В3	3
			В2	2
			В1	2

Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	14	В3	3
			В2	1
			В1	1
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	В3	2
			В2	1
			В1	1
Для спортивной дисциплины «лыжные гонки»				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	9	В3	6
			В2	4
			В1	1
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	11	В3	2
			В2	2
			В1	1
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	15	В3	2
			В2	1
			В1	1
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	16	В3	2
			В2	1
			В1	1
Для спортивной дисциплины «настольный теннис»				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	7	В3	5
			В2	5
			В1	2
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	9	В3	3
			В2	3
			В1	1
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	12	В3	2
			В2	2
			В1	1
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	14	В3	1
			В2	1
			В1	1
Для спортивной дисциплины «пауэрлифтинг»				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	10	В3	4
			В2	3
			В1	2
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	12	В3	3
			В2	2
			В1	1
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	14	В3	2
			В2	2
			В1	1
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	16	В3	1
			В2	1
			В1	1
Для спортивной дисциплины «плавание»				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	7	В3	4
			В2	3
			В1	2

Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	9	В3	3
			В2	2
			В1	1
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	12	В3	2
			В2	2
			В1	1
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	14	В3	1
			В2	1
			В1	1
Для спортивных дисциплин «пулевая стрельба», «спортивный туризм»				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	9	В3	6
			В2	4
			В1	3
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	11	В3	4
			В2	3
			В1	2
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	16	В3	2
			В2	2
			В1	1
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	18	В3	1
			В2	1
			В1	1
Для спортивной дисциплины «самбо»				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	10	В3	6
			В2	4
			В1	2
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	12	В3	4
			В2	3
			В1	2
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	14	В3	2
			В2	2
			В1	1
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	16	В3	1
			В2	1
			В1	1
Для спортивной дисциплины «триатлон»				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	9	В3	6
			В2	4
			В1	2
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	11	В3	3
			В2	2
			В1	1
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	14	В3	2
			В2	2
			В1	1
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	16	В3	2
			В2	1
			В1	1

Для спортивных дисциплин «шахматы», «шашки»				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	6	В3	6
			В2	4
			В1	3
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	8	В3	4
			В2	3
			В1	2
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	В3	2
			В2	2
			В1	1
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	В3	1
			В2	1
			В1	1

Приложение № 2
к федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «спорт слепых», утвержденному приказом Минспорта России
от «30» ноября 2022 г. № 1100

Классы лиц, проходящих спортивную подготовку по виду спорта «спорт слепых»

Спортивный класс	Степень ограничения функциональных возможностей
B1	Полная потеря зрения
B2	Тяжелое нарушение зрения
B3	Выраженное нарушение зрения
«J1»	Полная потеря зрения
«J2»	Тяжелое и (или) выраженное нарушение зрения

Приложение № 3
к федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «спорт слепых», утвержденному приказом Минспорта России
от «30» ноября 2022 г. № 1100

Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	До года	Свыше года	До года	Свыше года		
Для спортивной дисциплины «армрестлинг»						
Количество часов в неделю	4,5-6	8-10	10-12	12-16	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки
Общее количество часов в год	234-312	416-520	520-624	624-832	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки
Для спортивных дисциплин «биатлон», «горнолыжный спорт», «лыжные гонки»						
Количество часов в неделю	4-6	6-8	8-10	10-12	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки
Общее количество часов в год	208-312	312-416	416-520	520-624	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки
Для спортивных дисциплин «борьба», «дзюдо», «самбо»						
Количество часов в неделю	4,5-6	6-9	9-11	11-14	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки
Общее количество часов в год	234-312	312-468	468-572	572-728	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки

Для спортивных дисциплин «боулинг», «настольный теннис»						
Количество часов в неделю	4,5-6	6-9	9-10	10-12	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки
Общее количество часов в год	234-312	312-468	468-520	520-624	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки
Для спортивной дисциплины «велоспорт-тандем»						
Количество часов в неделю	4,5-6	6-9	9-10	12-14	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки
Общее количество часов в год	234-312	312-468	468-520	624-728	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки
Для спортивных дисциплин «голбол», «торбол»						
Количество часов в неделю	4,5-6	6-9	9-10	10-16	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки
Общее количество часов в год	234-312	312-468	468-520	520-832	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки
Для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции», «легкая атлетика - метания», «легкая атлетика - прыжки»						
Количество часов в неделю	3-6	4-6	6-12	12-16	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки
Общее количество часов в год	156-312	208-312	312-624	624-832	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки
Для спортивной дисциплины «спортивный туризм»						
Количество часов в неделю	3-4	4-6	6-8	10-12	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки

Общее количество часов в год	156-208	208-312	312-416	520-624	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки
Для спортивной дисциплины «пауэрлифтинг»						
Количество часов в неделю	6-8	8-10	10-12	12-14	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки
Общее количество часов в год	312-416	416-520	520-624	624-728	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки
Для спортивной дисциплины «плавание» (мужчины, класс «В1»)						
Количество часов в неделю	5-6	6-8	8-10	10-12	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки
Общее количество часов в год	260-312	312-416	416-520	520-624	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки
Для спортивной дисциплины «плавание» (класс «В2», «В3»)						
Количество часов в неделю	6-8	8-9	10-12	12-14	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки
Общее количество часов в год	312-416	416-468	520-624	624-728	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки
Для спортивной дисциплины «плавание» (женщины, класс «В1»)						
Количество часов в неделю	4,5-5	5-6	6-7	9-11	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки
Общее количество часов в год	234-260	260-312	312-364	468-572	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки

Для спортивной дисциплины «пулевая стрельба»						
Количество часов в неделю	4,5-6	6-9	10-12	12-14	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки
Общее количество часов в год	234-312	312-468	520-624	624-728	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки
Для спортивной дисциплины «триатлон»						
Количество часов в неделю	4,5-6	6-9	10-12	12-16	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки
Общее количество часов в год	234-312	312-468	520-624	624-832	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки
Для спортивной дисциплины «футбол»						
Количество часов в неделю	4,5-6	6-9	10-12	12-16	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки
Общее количество часов в год	234-312	312-468	520-624	624-832	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки
Для спортивных дисциплин «шахматы», «шашки»						
Количество часов в неделю	4,5-6	6-9	10-12	12-14	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки
Общее количество часов в год	234-312	312-468	520-624	624-728	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки

Приложение № 4
к федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «спорт слепых», утвержденному приказом Минспорта России
от «30» ноября 2022 г. № 1100

Учебно-тренировочные мероприятия

№ п/п	Виды учебно-тренировочных мероприятий	Предельная продолжительность учебно-тренировочных мероприятий по этапам спортивной подготовки (количество суток) (без учета времени следования к месту проведения учебно-тренировочных мероприятий и обратно)			
		Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
1. Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям					
1.1.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к международным спортивным соревнованиям	-	-	21	21
1.2.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к чемпионатам России, кубкам России, первенствам России	-	14	18	21
1.3.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к другим всероссийским спортивным соревнованиям	-	14	18	18
1.4.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к официальным спортивным соревнованиям субъекта Российской Федерации	-	14	14	14

<table>
<tr><td colspan="6">2. Специальные учебно-тренировочные мероприятия</td></tr>
<tr><td>2.1.</td><td>Учебно-тренировочные мероприятия по общей и (или) специальной физической подготовке</td><td>-</td><td>14</td><td>18</td><td>18</td></tr>
<tr><td>2.2.</td><td>Восстановительные мероприятия</td><td>-</td><td>-</td><td colspan="2">До 10 суток</td></tr>
<tr><td>2.3.</td><td>Мероприятия для комплексного медицинского обследования</td><td>-</td><td>-</td><td colspan="2">До 3 суток, но не более 2 раз в год</td></tr>
<tr><td>2.4.</td><td>Учебно-тренировочные мероприятия в каникулярный период</td><td colspan="2">До 21 суток подряд и не более двух учебно-тренировочных мероприятий в год</td><td>-</td><td>-</td></tr>
<tr><td>2.5.</td><td>Просмотровые учебно-тренировочные мероприятия</td><td>-</td><td colspan="3">До 60 суток</td></tr>
</table>

Приложение № 5
к федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «спорт слепых», утвержденному приказом Минспорта России
от «30» ноября 2022 г. № 1100

Объем соревновательной деятельности

Виды спортивных соревнований	Этапы спортивной подготовки			
	Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
Для спортивных дисциплин «армрестлинг», «биатлон», «лыжные гонки»				
Контрольные	1	1	2	5
Отборочные	-	3	3	4
Основные	-	1	2	4
Для спортивной дисциплины «борьба»				
Контрольные	5	2	4	5
Отборочные	-	3	4	5
Основные	-	6	8	9
Для спортивной дисциплины «боулинг»				
Контрольные	5	2	4	5
Отборочные	-	3	4	5
Основные	-	6	6	8
Для спортивной дисциплины «велоспорт-тандем»				
Контрольные	5	15	15	10
Отборочные	-	5	10	10
Основные	-	3	5	10
Для спортивных дисциплин «голбол», «торбол», «настольный теннис»				
Контрольные	3	4	4	5
Отборочные	-	1	1	2
Основные	-	1	2	2
Для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт»				
Контрольные	1	1	3	3
Отборочные	-	1	2	3
Основные	-	1	2	8
Для спортивных дисциплин «дзюдо», «самбо»				
Контрольные	1	2	2	2
Отборочные	-	1	2	2
Основные	-	1	2	3
Для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции», «легкая атлетика - метания», «легкая атлетика - прыжки»				
Контрольные	4	5	6	7
Отборочные	-	3	4	4
Основные	-	2	3	3

Для спортивной дисциплины «пауэрлифтинг»				
Контрольные	1	1	2	2
Отборочные	-	1	1	2
Основные	-	1	2	3
Для спортивной дисциплины «плавание»				
Контрольные	3	3	3	3
Отборочные	-	2	2	2
Основные	-	1	1	2
Для спортивных дисциплин «пулевая стрельба», «спортивный туризм»				
Контрольные	1	1	2	3
Отборочные	-	1	2	3
Основные	-	2	5	10
Для спортивной дисциплины «триатлон»				
Контрольные	1	1	2	3
Отборочные	-	1	1	2
Основные	-	1	1	2
Для спортивной дисциплины «футбол»				
Контрольные	4	5	10	10
Отборочные	-	2	2	2
Основные	-	2	4	6
Для спортивных дисциплин «шахматы», «шашки»				
Контрольные	1	1	2	3
Отборочные	-	1	2	3
Основные	-	2	5	9

Приложение № 6
к федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «спорт слепых», утвержденному приказом Минспорта России
от «30» ноября 2022 г. № 1100

Соотношение видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки

№ п/п	Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы спортивной подготовки			
		Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
Для спортивной дисциплины «армрестлинг»					
1.	Общая физическая подготовка (%)	45-65	20-35	22-28	20-25
2.	Специальная физическая подготовка (%)	15-20	26-35	28-35	28-35
3.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-3	3-7	5-9
4.	Техническая подготовка (%)	10-13	24-33	24-30	18-24
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	2-8	7-10	7-10	7-10
6.	Инструкторская и судейская практика (%)	-	1-2	3-5	5-7
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	4-8	4-8	4-6	4-8
8.	Интегральная подготовка (%)	1-4	3-6	4-6	4-6
Для спортивных дисциплин «биатлон», «лыжные гонки»					
1.	Общая физическая подготовка (%)	55-61	25-30	15-23	15-23
2.	Специальная физическая подготовка (%)	20-22	20-25	25-32	25-27

3.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	10-12	3-7	5-9
4.	Техническая подготовка (%)	10-13	20-30	25-30	25-30
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	1-4	5-12	8-16	8-16
6.	Инструкторская и судейская практика (%)	-	1-2	2-3	2-3
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	3-8	4-8	4-8	4-8
8.	Интегральная подготовка (%)	1-4	3-6	4-8	6-10
Для спортивной дисциплины «борьба»					
1.	Общая физическая подготовка (%)	60-78	14-18	12-15	12-15
2.	Специальная физическая подготовка (%)	8-11	17-21	19-21	19-23
3.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	5-7	7-9	7-10
4.	Техническая подготовка (%)	9-12	38-42	35-42	35-44
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	2-5	7-10	7-10	7-10
6.	Инструкторская и судейская практика (%)	-	1-2	2-3	2-3
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	3-8	4-8	4-8	4-8
8.	Интегральная подготовка (%)	1-2	1-3	2-4	4-7
Для спортивной дисциплины «боулинг»					
1.	Общая физическая подготовка (%)	65-75	18-20	15-18	13-15

2.	Специальная физическая подготовка (%)	12-18	21-23	20-24	20-23
3.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	5-7	7-9	7-10
4.	Техническая подготовка (%)	10-14	35-45	35-45	35-45
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	1-4	8-11	8-13	8-11
6.	Инструкторская и судейская практика (%)	-	1-2	2-3	2-3
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	3-8	4-8	4-8	4-8
8.	Интегральная подготовка (%)	1-2	1-3	2-4	2-4
Для спортивной дисциплины «велоспорт-тандем»					
1.	Общая физическая подготовка (%)	40-45	20-30	5-15	5-10
2.	Специальная физическая подготовка (%)	30-35	35-40	40-50	45-50
3.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	5-7	7-9	7-10
4.	Техническая подготовка (%)	10-15	5-10	1-3	1-3
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	9-13	15-18	20-25	20-25
6.	Инструкторская и судейская практика (%)	-	1-2	2-3	2-3
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	3-5	4-8	4-8	4-8
8.	Интегральная подготовка (%)	1-2	5-7	5-7	7-10

Для спортивных дисциплин «голбол», «торбол»					
1.	Общая физическая подготовка (%)	51-60	25-30	20-25	15-20
2.	Специальная физическая подготовка (%)	10-15	20-25	20-25	15-20
3.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	5-7	7-9	10-15
4.	Техническая подготовка (%)	15-25	25-35	25-35	25-35
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	7-9	10-15	10-20	10-20
6.	Инструкторская и судейская практика (%)	-	1-2	2-3	2-3
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	3-5	4-8	4-8	4-8
8.	Интегральная подготовка (%)	2-3	2-3	4-5	10-15
Для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт»					
1.	Общая физическая подготовка (%)	55-60	30-35	30-35	26-28
2.	Специальная физическая подготовка (%)	8-12	8-12	8-12	8-12
3.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-5	3-7	5-9
4.	Техническая подготовка (%)	17-20	40-46	35-40	28-32
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	4-11	7-10	7-10	9-18
6.	Инструкторская и судейская практика (%)	-	1-2	2-3	3-4
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия,	4-8	4-8	4-8	4-8

	тестирование и контроль (%)				
8.	Интегральная подготовка (%)	1-4	1-5	3-7	6-10
Для спортивных дисциплин «дзюдо», «самбо»					
1.	Общая физическая подготовка (%)	30-40	15-20	13-17	10-15
2.	Специальная физическая подготовка (%)	30-40	15-23	15-22	13-20
3.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	5-9	7-11	7-11
4.	Техническая подготовка (%)	8-10	25-35	25-35	25-35
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	8-10	25-35	25-30	25-35
6.	Инструкторская и судейская практика (%)	-	-	1-2	1-2
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	4-8	6-8	8-10	8-10
8.	Интегральная подготовка (%)	1-4	6-8	6-8	8-10
Для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании слова «легкая атлетика»					
1.	Общая физическая подготовка (%)	55-63	49-56	40-48	35-44
2.	Специальная физическая подготовка (%)	26-30	32-46	32-46	23-48
3.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-5	4-5	5-6
4.	Техническая подготовка (%)	3-7	1-5	4-6	5-6
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	1-9	2-10	3-10	3-10
6.	Инструкторская и судейская практика (%)	-	1-2	2-3	2-3

7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	1-2	2-3	4-5
8.	Интегральная подготовка (%)	1-3	2-4	3-5	5-7
Для спортивной дисциплины «настольный теннис»					
1.	Общая физическая подготовка (%)	50-56	16-20	15-20	9-14
2.	Специальная физическая подготовка (%)	9-13	19-23	20-27	20-30
3.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	2-3	3-4	4-5
4.	Техническая подготовка (%)	17-21	25-29	25-30	25-30
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	12-15	16-20	16-20	16-20
6.	Инструкторская и судейская практика (%)	-	2-3	3-4	3-4
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	2-5	6-9	6-9
8.	Интегральная подготовка (%)	1-2	2-3	4-5	7-8
Для спортивной дисциплины «пауэрлифтинг»					
1.	Общая физическая подготовка (%)	68-74	16-20	13-17	13-17
2.	Специальная физическая подготовка (%)	9-13	19-23	23-33	23-33
3.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	4-7	8-10	8-10
4.	Техническая подготовка (%)	10-14	40-44	40-44	40-45
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	1-4	6-8	6-10	6-10

6.	Инструкторская и судейская практика (%)	-	1-2	1-2	1-2
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	2-3	2-3	2-3
8.	Интегральная подготовка (%)	1-2	1-2	2-3	2-3
Для спортивной дисциплины «плавание» (мужчины, класс «В1»)					
1.	Общая физическая подготовка (%)	42-48	38-42	33-37	18-22
2.	Специальная физическая подготовка (%)	12-20	22-25	26-30	41-45
3.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-2	2-3	2-3
4.	Техническая подготовка (%)	26-30	23-27	20-24	18-22
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	5-8	4-7	4-7	3-6
6.	Инструкторская и судейская практика (%)	-	1-2	1-2	1-2
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	3-4	3-4	3-4	3-4
8.	Интегральная подготовка (%)	-	2-3	5-6	6-7
Для спортивной дисциплины «плавание» (мужчины, класс «В2», «В3»)					
1.	Общая физическая подготовка (%)	56-64	48-52	33-37	16-20
2.	Специальная физическая подготовка (%)	6-9	13-17	26-30	40-44
3.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	2-3	4-5	6-7
4.	Техническая подготовка (%)	22-26	20-24	12-22	16-20

5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	2-5	2-5	2-5	2-5
6.	Инструкторская и судейская практика (%)	-			
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	2-3	2-3	2-3	2-3
8.	Интегральная подготовка (%)	1-2	2-3	5-7	8-10
Для спортивной дисциплины «плавание» (женщины, класс «В1»)					
1.	Общая физическая подготовка (%)	33-37	33-37	25-32	16-20
2.	Специальная физическая подготовка (%)	18-22	24-28	30-35	43-47
3.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-2	2-3	2-3
4.	Техническая подготовка (%)	30-34	24-28	20-24	18-22
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	6-8	4-7	5-8	5-8
6.	Инструкторская и судейская практика (%)	-	1-2	2-3	2-3
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	3-4	3-4	3-4	3-4
8.	Интегральная подготовка (%)	1-2	1-2	4-5	5-6
Для спортивной дисциплины «плавание» (женщины, класс «В2», «В3»)					
1.	Общая физическая подготовка (%)	33-37	33-37	28-32	16-20
2.	Специальная физическая подготовка (%)	18-22	24-28	31-35	43-47

3.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-2	2-3	2-3
4.	Техническая подготовка (%)	30-34	24-28	20-24	18-22
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	6-9	4-7	5-8	5-8
6.	Инструкторская и судейская практика (%)	-	1-2	1-2	1-2
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	3-4	3-4	3-4	3-4
8.	Интегральная подготовка (%)	1-2	1-2	4-5	5-6
Для спортивной дисциплины «пулевая стрельба»					
1.	Общая физическая подготовка (%)	53-60	16-20	13-17	9-17
2.	Специальная физическая подготовка (%)	13-20	16-20	15-21	15-22
3.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	6-7	8-9	8-10
4.	Техническая подготовка (%)	10-15	40-54	40-54	45-55
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	5-10	9-12	13-16	11-16
6.	Инструкторская и судейская практика (%)	-	1-2	1-2	1-2
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	1-2	1-2	1-2
Для спортивной дисциплины «спортивный туризм»					
1.	Общая физическая подготовка (%)	55-63	55-65	55-62	50-60

2.	Специальная физическая подготовка (%)	25-30	20-25	20-30	20-30
3.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	2-5	4-5	5-6
4.	Техническая подготовка (%)	3-7	3-5	2-3	2-3
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	7-14	7-16	7-16	7-16
6.	Инструкторская и судейская практика (%)	-	1-2	1-2	1-2
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	1-3	2-5	2-5
8.	Интегральная подготовка (%)	1-2	1-2	4-5	5-6
Для спортивной дисциплины «триатлон»					
1.	Общая физическая подготовка (%)	40-45	38-42	32-37	18-22
2.	Специальная физическая подготовка (%)	12-17	20-25	25-28	40-45
3.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-2	2-3	2-3
4.	Техническая подготовка (%)	25-30	20-25	20-25	18-23
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	7-9	5-7	5-7	5-7
6.	Инструкторская и судейская практика (%)	-	1-2	1-2	1-2
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	3-5	3-5	3-5	3-5
8.	Интегральная подготовка (%)	1-2	2-3	4-7	6-8

Для спортивной дисциплины «футбол»					
1.	Общая физическая подготовка (%)	43-48	28-32	13-18	8-12
2.	Специальная физическая подготовка (%)	3-8	8-12	18-23	22-28
3.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	8-12	8-12	8-12
4.	Техническая подготовка (%)	3-8	8-12	12-18	18-23
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	18-23	18-23	22-18	22-18
6.	Инструкторская и судейская практика (%)	-	1-2	1-2	1-2
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	3-6	3-6	8-12	8-12
8.	Интегральная подготовка (%)	13-18	13-18	8-13	4-6
Для спортивных дисциплин «шахматы», «шашки»					
1.	Общая физическая подготовка (%)	10-16	8-14	4-8	4-6
2.	Специальная физическая подготовка (%)	-	-	4-6	4-6
3.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	2-3	3-5	5-7
4.	Техническая подготовка (%)	25-29	27-28	27-32	27-34
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	55-60	55-60	55-60	50-55
6.	Инструкторская и судейская практика (%)	-	1-2	1-2	1-2
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	1-2	1-2	1-2

Приложение № 7
к федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «спорт слепых», утвержденному приказом Минспорта России
от «30» ноября 2022 г. № 1100

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

№ п/п	Упражнение	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
Для спортивной дисциплины «армрестлинг»				
1.	Бег на 30 м	с	без учета времени	
2.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			4	-
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на пол у	количество раз	не менее	
			-	6
4.	Прыжок в длину с места (в координации)	количество раз	не менее	
			1	
Для спортивной дисциплины «биатлон» (класс «В1»)				
1.	Бег на 15 м	с	без учета времени	
2.	Челночный бег 3х10 м	с	без учета времени	
3.	Бег на 400 м	мин, с	без учета времени	
4.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			1	
5.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			5	
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			5	
7.	Прыжок в длину с места (в координации)	количество раз	не менее	
			1	
8.	Прыжок вверх с места (в координации)	количество раз	не менее	
			1	
Для спортивной дисциплины «биатлон» (класс «В2», «В3»)				
1.	Бег на 30 м	с	без учета времени	
2.	Челночный бег 3х10 м	с	без учета времени	
3.	Бег на 400 м	мин, с	без учета времени	
4.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			3	
5.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			12	
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			10	
7.	Прыжок в длину с места (в координации)	количество раз	не менее	
			1	
8.	Прыжок вверх с места (в координации)	количество раз	не менее	
			1	

Для спортивной дисциплины «борьба»				
1.	Бег на 30 м	с	без учета времени	-
2.	Челночный бег 3х10 м	с	без учета времени	-
3.	Бег на 400 м	мин, с	без учета времени	-
4.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			4	-
5.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			8	-
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			8	-
7.	Прыжок в длину с места (в координации)	количество раз	не менее	
			1	-
8.	Прыжок вверх с места (в координации)	количество раз	не менее	
			1	-
Для спортивной дисциплины «боулинг»				
1.	Бег на 60 м	с	без учета времени	
2.	Бег на 300 м	мин, с	без учета времени	
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			1	
4.	Прыжок в длину с места (в координации)	количество раз	не менее	
			1	
5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			12	
Для спортивной дисциплины «велоспорт-тандем» (класс «В1»)				
1.	Бег на 30 м	с	без учета времени	
2.	Бег на 400 м	мин, с	без учета времени	
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			2	-
4.	Приседание	количество раз	не менее	
			30	20
5.	Поднимание прямых ног из виса на гимнастической стенке	количество раз	не менее	
			4	
6.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			8	6
7.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			10	8
8.	Прыжок в длину с места (в координации)	количество раз	не менее	
			1	
9.	Приседания (за 15 с)	количество раз	не менее	
			10	8
Для спортивной дисциплины «велоспорт-тандем» (класс «В2», «В3»)				
1.	Бег на 30 м	с	без учета времени	
2.	Челночный бег 3х10 м	с	не более	
			10,0	10,5
3.	Бег на 400 м	мин, с	без учета времени	
4.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			3	-

5.	Приседания	количество раз	не менее	
			40	30
6.	Поднимание прямых ног из виса на гимнастической стенке	количество раз	не менее	
			4	
7.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			10	8
8.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			12	10
9.	Прыжок в длину с места (в координации)	количество раз	не менее	
			1	
10.	Приседания (за 15 с)	количество раз	не менее	
			12	10
Для спортивных дисциплин «голбол», «торбол»				
1.	Челночный бег 6х6 м (от ворот до 6 м линии, возвращение спиной к воротам)	с	не более	
			35,0	40,0
2.	Передача мяча вокруг пояса (за 10 с)	количество раз	не менее	
			4	
3.	«Группировка» лежа на боку касание локтями коленей (за 10 с)	количество раз	не менее	
			5	
4.	Удержание мяча на вытянутой вперед руке	с	не менее	
			3,0	
5.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			5	
6.	Выпады на правую, левую ногу, с обязательным касанием колена пола (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			20	
7.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			10	
Для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт» (класс «В1»)				
1.	Бег на 15 м	с	без учета времени	
2.	Челночный бег 3х10 м	с	без учета времени	
3.	Бег на 400 м	мин, с	без учета времени	
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			5	
5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			5	
6.	Прыжок в длину с места (в координации)	количество раз	не менее	
			1	
7.	Прыжок вверх с места (в координации)	количество раз	не менее	
			1	
Для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт» (класс «В2», «В3»)				
1.	Бег на 30 м	с	без учета времени	
2.	Челночный бег 3х10 м	с	без учета времени	
3.	Бег на 400 м	мин, с	без учета времени	
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			8	
5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			5	

6.	Прыжок в длину с места (в координации)	количество раз	не менее	
			1	
7.	Прыжок вверх с места (в координации)	количество раз	не менее	
			1	
Для спортивной дисциплины «дзюдо», «самбо»				
1.	Стоя ровно на одной ноге, руки на поясе. Фиксация положения	с	не менее	
			9,0	7,0
2.	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу. Пальцами рук коснуться пола	количество раз	не менее	
			1	
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			4	
4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			80	60
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции»				
1.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			3	
2.	Бег на 600 м	мин, с	без учета времени	
3.	Прыжок в длину с места (в координации)	количество раз	не менее	
			1	
4.	Бег на 60 м	с	без учета времени	
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - метания»				
1.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			3	
2.	Прыжок в длину с места (в координации)	количество раз	не менее	
			1	
3.	Бег на 60 м	с	без учета времени	
4.	Бросок ядра (2 кг) вперед двумя руками от груди	м, см	в координации	
Для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - прыжки»				
1.	Бег на 60 м	с	без учета времени	-
2.	Бег на 150 м	с	без учета времени	-
3.	Бег на 100 м	с	-	без учета времени
4.	Прыжок в длину с места (в координации)	количество раз	не менее	
			1	
5.	Бег на 30 м	с	без учета времени	
Для спортивной дисциплины «лыжные гонки» (класс «В1»)				
1.	Бег на 15 м	с	без учета времени	
2.	Челночный бег 3х10 м	с	без учета времени	
3.	Бег на 400 м	мин, с	без учета времени	
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			5	
5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			5	

6.	Прыжок в длину с места (в координации)	количество раз	не менее	
			1	
7.	Прыжок вверх с места (в координации)	количество раз	не менее	
			1	
Для спортивной дисциплины «лыжные гонки» (класс «В2», «В3»)				
1.	Бег на 30 м	с	без учета времени	
2.	Челночный бег 3х10 м	с	без учета времени	
3.	Бег на 400 м	мин, с	без учета времени	
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			12	
5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			10	
6.	Прыжок в длину с места (в координации)	количество раз	не менее	
			1	
7.	Прыжок вверх с места (в координации)	количество раз	не менее	
			1	
Для спортивной дисциплины «настольный теннис» (класс «В1»)				
1.	Бег на 30 м	с	без учета времени	
2.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг	количество раз	не менее	
			8	5
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			3	2
4.	Приседание	количество раз	не менее	
			5	
Для спортивной дисциплины «настольный теннис» (класс «В2», «В3»)				
1.	Бег на 30 м	с	без учета времени	
2.	В положении стоя сгибание и разгибание рук с гантелей 1 кг от плеча	количество раз	не менее	
			10	
3.	Жим гантелей (1 кг) в положении лежа на спине	количество раз	не менее	
			10	8
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			3	
5.	Приседание	количество раз	не менее	
			10	
Для спортивной дисциплины «пауэрлифтинг»				
1.	Бег на 30 м	с	без учета времени	
2.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			2	-
3.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			-	4
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			6	3
5.	Прыжок в длину с места (в координации)	количество раз	не менее	
			1	
6.	Прыжок вверх с места (в координации)	количество раз	не менее	
			1	
Для спортивной дисциплины «плавание» (класс «В1»)				
1.	Жим гантелей (4 кг) в положении лежа на спине	количество раз	не менее	
			10	5

2.	Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи	количество раз	не менее	
			3	2
3.	Прыжок в длину с места (в координации)	количество раз	не менее	
			1	
Для спортивной дисциплины «плавание» (класс «В2», «В3»)				
1.	Бег на 800 м	мин, с	не более	
			6.0	7.0
2.	Жим гантелей (4 кг) в положении лежа на спине	количество раз	не менее	
			10	8
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи	количество раз	не менее	
			4	5
4.	Прыжок в длину с места (в координации)	количество раз	не менее	
			1	
Для спортивной дисциплины «пулевая стрельба»				
1.	Челночный бег 3х10 м	с	без учета времени	
2.	Удержание пистолета в позе изготовки	с	без учета времени	
3.	Удержание винтовки в позе изготовки для стрельбы лежа	с	без учета времени	
4.	Бег на 1000 м	мин, с	без учета времени	
5.	Кистевая динамометрия	кг	не менее	
			8	7
6.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			6	7
7.	Прыжок в длину с места (в координации)	количество раз	не менее	
			1	
8.	Прыжок вверх с места (в координации)	количество раз	не менее	
			1	
Для спортивной дисциплины «спортивный туризм»				
1.	Бег на 300 м	мин, с	без учета времени	
2.	Бег на 600 м	мин, с	без учета времени	
3.	Прыжок в длину с места (в координации)	количество раз	не менее	
			1	
4.	Бег на 60 м	с	без учета времени	
Для спортивной дисциплины «триатлон»				
1.	Бег на 30 м	с	без учета времени	
2.	Прыжок в длину с места (в координации)	количество раз	не менее	
			1	
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи	количество раз	не менее	
			3	
4.	Бег на 400 м	мин, с	без учета времени	
Для спортивной дисциплины «футбол»				
1.	Бег на 30 м	с	без учета времени	
2.	Челночный бег 4х9 м	с	без учета времени	
3.	Прыжок вверх на месте с хлопком и разведением ног	количество раз	не менее	
			8	
4.	Бег на 400 м	мин, с	без учета времени	
5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			10	

6.	Сгибание и разгибание рук из упора лежа на полу	количество раз	не менее 15
Для спортивных дисциплин «шахматы», «шашки»			
1.	Бег на 30 м	с	без учета времени
2.	Прыжок в длину с места (в координации)	количество раз	не менее 1
3.	Прыжок вверх с места (в координации)	количество раз	не менее 1

Приложение № 8
к федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «спорт слепых», утвержденному приказом Минспорта России
от «30» ноября 2022 г. № 1100

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 «спорт слепых»

№ п/п	Упражнение	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
Для спортивной дисциплины «армрестлинг»				
1.	Бег на 30 м	с	не более	
			7,0	8,0
2.	Подтягивание из виса на высокой перекладине или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			11	6
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях	количество раз	не менее	
			5	10
4.	Поднимание ног до хвата руками из виса на гимнастической стенке	количество раз	не менее	
			3	-
5.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			12	
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			12	
7.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			4	-
Для спортивной дисциплины «биатлон» (класс «В1»)				
1.	Бег на 30 м	с	не более	
			8,0	
2.	Бег на 60 м	с	не более	
			17,0	
3.	Челночный бег 3х10 м	с	не более	
			15,0	
4.	Бег на 400 м	мин, с	не более	
			3.0	
5.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			2	
6.	Сгибание и разгибание рук из упора лежа на полу	количество раз	не менее	
			10	
7.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			7	
8.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			100	

9.	Прыжок вверх с места	см	не менее 25
Для спортивной дисциплины «биатлон» (класс «В2», «В3»)			
1.	Бег на 30 м	с	не более 6,0
2.	Бег на 60 м	с	не более 15,0
3.	Челночный бег 3х10 м	с	не более 15,0
4.	Бег на 400 м	мин, с	не более 3.0
5.	Подтягивание из виса на высокой перекладине или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее 3
6.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее 12
7.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее 12
8.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее 120
9.	Прыжок вверх с места	см	не менее 35
Для спортивной дисциплины «борьба»			
1.	Бег на 30 м	с	не более 5,2 | -
2.	Челночный бег 3х10 м	с	не более 15,0 | -
3.	Бег на 1500 м	мин, с	не более 7.0 | -
4.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее 15 | -
5.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее 10 | -
6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее 130 | -
7.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (за 1 мин)	количество раз	не менее 8 | -
8.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (за 1 мин)	количество раз	не менее 10 | -
Для спортивной дисциплины «боулинг»			
1.	Бег на 30 м	с	не более 7,0
2.	Челночный бег 3х10 м	с	не более 15,0
3.	Бег на 400 м	мин, с	не более 3.0
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях	количество раз	не менее 3

5.	Подтягивание из виса на высокой перекладине или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			5	
6.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			10	
7.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			100	
8.	Подтягивание из виса на высокой перекладине или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			6	
9.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			6	
Для спортивной дисциплины «велоспорт-тандем» (класс «В1»)				
1.	Бег на 30 м	с	не более	
			6,0	7,5
2.	Челночный бег 3х10 м	с	без учета времени	
3.	Бег на 800 м	мин, с	без учета времени	
4.	Сгибание и разгибание рук из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			3	-
5.	Приседание	количество раз	не менее	
			40	30
6.	Поднимание ног из виса на перекладине до прямого угла	количество раз	не менее	
			5	3
7.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			10	8
8.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			12	10
9.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			130	
Для спортивной дисциплины «велоспорт-тандем» (класс «В2», «В3»)				
1.	Бег на 30 м	с	не более	
			6,5	
2.	Челночный бег 3х10 м	с	не более	
			9,8	10,0
3.	Бег на 800 м	мин, с	без учета времени	
4.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			8	-
5.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			-	5
6.	Приседание	количество раз	не менее	
			50	40
7.	Поднимание ног из виса на перекладине до прямого угла	количество раз	не менее	
			8	5
8.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			15	10
9.	Поднимание туловища лежа на спине	количество раз	не менее	
			20	15

10.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			130	
Для спортивных дисциплин «голбол», «торбол»				
1.	Передача мяча в парах (расстояние между игроками 8 метров) (за 10 с)	количество раз	не менее	
			3	
2.	Челночный бег 9х6х3 (от ворот до 9 м линии, возвращение спиной к воротам) (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			2	
3.	Передача мяча вокруг пояса (за 10 с)	количество раз	не менее	
			8	
4.	Исходное положение – лежа на боку, коснуться локтями коленей (за 10 с)	количество раз	не менее	
			8	
5.	Удержание мяча на вытянутой вперед руке	с	не менее	
			10,0	
6.	Выпады на правую, левую ногу, с обязательным касанием колена пола (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			20	
7.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			20	
Для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт» (класс «В1»)				
1.	Бег на 60 м	с	не более	
			17,0	
2.	Челночный бег 3х10 м	с	не более	
			20,0	
3.	Бег на 400 м	мин, с	не более	
			3.0	
4.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			10	-
5.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			-	10
6.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			10	
7.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			7	
8.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			120	
9.	Прыжок вверх с места	см	не менее	
			25	
10.	Спуск прямо на склоне 350 м 10-12° в стойке скоростного спуска с преодолением бугров с учетом техники выполнения	количество раз	не менее	
			1	
11.	Прохождение трассы слалома-гиганта 15-20 ворот на склоне 10-12° с учетом техники выполнения	количество раз	не менее	
			1	
Для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт» (класс «В2», «В3»)				
1.	Бег на 60 м	с	не более	
			17,0	

2.	Челночный бег 3х10 м	с	не более	
			15,0	
3.	Бег на 400 м	мин, с	не более	
			2.0	
4.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			5	-
5.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			-	5
6.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			12	
7.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			12	
8.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			130	
9.	Прыжок вверх с места	см	не менее	
			35	
10.	Спуск прямо на склоне 350 м 10-12° в стойке скоростного спуска с преодолением бугров с учетом техники выполнения	количество раз	не менее	
			1	
11.	Прохождение трассы слалома-гиганта 15-20 ворот на склоне 10-12° с учетом техники выполнения	количество раз	не менее	
			1	
Для спортивных дисциплин «дзюдо» (класс «J1» мужчины «весовая категория 57 кг», «весовая категория 60 кг», «весовая категория 73 кг»; женщины «весовая категория 48 кг», «весовая категория 57 кг»), самбо (класс «В1», мужчины «весовая категория 57 кг», «весовая категория 62 кг», «весовая категория 68 кг», «весовая категория 74 кг»; женщины «весовая категория 48 кг», «весовая категория 52 кг», «весовая категория 56 кг», «весовая категория 64 кг»)				
1.	Бег на 800 м	мин, с	без учета времени	-
2.	Бег на 600 м	мин, с	-	без учета времени
3.	Челночный бег 3х10 м	с	без учета времени	
4.	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу. Касание пола пальцами рук	количество раз	не менее	
			1	
5.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			10	8
6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			120	100
7.	Подъем выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке	количество раз	не менее	
			8	-
8.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			-	8
9.	Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи	количество раз	не менее	
			10	8
Для спортивных дисциплин «дзюдо» (класс «J1» мужчины «весовая категория 90 кг», «весовая категория 90+ кг»; женщины «весовая категория 70 кг», «весовая категория70+ кг»), самбо (класс «В1», мужчины «весовая категория 90 кг», «весовая категория 100 кг»,				

«весовая категория 100+ кг»; женщины «весовая категория 72 кг», «весовая категория 80 кг», «весовая категория 80+ кг»)				
1.	Бег на 800 м	мин, с	без учета времени	-
2.	Бег на 600 м	мин, с	-	без учета времени
3.	Челночный бег 3х10 м	с	без учета времени	
4.	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу. Касание пола пальцами рук	количество раз	не менее	
			1	
5.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			8	7
6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			130	90
7.	Поднимание согнутых в коленях ног из виса на гимнастической стенке	количество раз	не менее	
			8	-
8.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			-	7
9.	Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи	количество раз	не менее	
			8	7
Для спортивных дисциплин «дзюдо» (класс «J2» мужчины «весовая категория 57 кг», «весовая категория 60 кг», «весовая категория 73 кг»; женщины «весовая категория 48 кг», «весовая категория 57 кг»), самбо (класс «В2», «В3», мужчины «весовая категория 57 кг», «весовая категория 62 кг», «весовая категория 68 кг», «весовая категория 74 кг»; женщины «весовая категория 48 кг», «весовая категория 52 кг», «весовая категория 56 кг», «весовая категория 64 кг»)				
1.	Бег на 800 м	мин, с	без учета времени	-
2.	Бег на 600 м	мин, с	-	без учета времени
3.	Челночный бег 3х10 м	с	без учета времени	
4.	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу. Касание пола пальцами рук	количество раз	не менее	
			1	
5.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			12	9
6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			130	110
7.	Поднимание выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке	количество раз	не менее	
			9	-
8.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			-	9
9.	Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи	количество раз	не менее	
			12	9
Для спортивных дисциплин «дзюдо» (класс «J2» мужчины «весовая категория 90 кг», «весовая категория 90+ кг»; женщины «весовая категория 70 кг», «весовая категория70+ кг»), самбо (класс «В2», «В3», мужчины «весовая категория 90 кг», «весовая категория 100 кг», «весовая категория 100+ кг»; женщины «весовая категория 72 кг», «весовая категория 80 кг», «весовая категория 80+ кг»)				

1.	Бег на 800 м	мин, с	без учета времени	-
2.	Бег на 600 м	мин, с	-	без учета времени
3.	Челночный бег 3х10 м	с	без учета времени	
4.	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу. Касание пола пальцами рук	количество раз	не менее	
			1	
5.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			10	7
6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			140	100
7.	Поднимание согнутых в коленях ног из виса на гимнастической стенке	количество раз	не менее	
			10	-
8.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			-	8
9.	Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи	количество раз	не менее	
			10	8
Для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - прыжки» (класс «В1»)				
1.	Бег на 30 м с ходу	с	не более	
			4,8	5,4
2.	Бег на 60 м	с	не более	
			9,3	13,0
3.	Бег на 150 м	с	не более	
			23,5	35,0
4.	Бег на 300 м	мин, с	не более	
			1.00	1.10
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			180	150
Для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - прыжки» (класс «В2», «В3»)				
1.	Бег на 30 м	с	не более	
			5,6	6,5
2.	Бег на 30 м с ходу	с	не более	
			4,5	5,2
3.	Бег на 60 м	с	не более	
			9,0	10,5
4.	Бег на 150 м	с	не более	
			22,8	32,0
5.	Бег на 300 м	мин, с	не более	
			0.50	1.10
6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			210	150
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции» (класс «В1»)				
1.	Бег на 60 м	с	не более	
			10,2	12,0

2.	Бег на 300 м	мин, с	не более	
			1.05	1.13
3.	Бег на 800 м	мин, с	не более	
			4.00	4.30
4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			140	
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции» (класс «В2», «В3»)				
1.	Бег на 60 м	с	не более	
			10,0	11,0
2.	Бег на 300 м	мин, с	не более	
			1.02	1.10
3.	Бег на 800 м	мин, с	не более	
			4.00	4.40
4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			160	180
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - метания» (класс «В1»)				
1.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			2	
2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			160	150
3.	Бросок ядра (2 кг) вперед двумя руками от груди	м, см	не менее	
			7,50	5,80
4.	Бросок ядра (2 кг) вперед двумя руками снизу	м, см	не менее	
			9,50	7
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - метания» (класс «В2», «В3»)				
1.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			3	2
2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			180	150
3.	Бег на 60 м	с	без учета времени	
4.	Бросок ядра (2 кг) вперед двумя руками от груди	м, см	не менее	
			7,80	6,00
5.	Бросок ядра (2 кг) вперед двумя руками снизу	м, см	не менее	
			10,00	7,50
Для спортивной дисциплины «лыжные гонки» (класс «В1»)				
1.	Бег на 30 м	с	не более	
			8,0	
2.	Бег на 60 м	с	не более	
			17,0	
3.	Челночный бег 3х10 м	с	не более	
			15,0	
4.	Бег на 400 м	мин, с	не более	
			3.0	
5.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			2	-
6.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			-	2
7.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			10	

8.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее 7
9.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее 120
10.	Прыжок вверх с места	см	не менее 25
Для спортивной дисциплины «лыжные гонки» (класс «В2», «В3»)			
1.	Бег на 30 м	с	не более 6,0
2.	Бег на 60 м	с	не более 12,0
3.	Челночный бег 3х10 м	с	не более 15,0
4.	Бег на 400 м	мин, с	не более 2.0
5.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее 3
6.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее 3
7.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее 12
8.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее 12
9.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее 130
10.	Прыжок вверх с места	см	не менее 35
Для спортивной дисциплины «настольный теннис» (класс «В1»)			
1.	Бег на 30 м	с	не более 8,0
2.	В положении стоя сгибание и разгибание рук с гантелей 1 кг от плеча (в координации)	количество раз	не менее 1
3.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг	количество раз	не менее 10 | 7
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее 5
5.	Приседания	количество раз	не менее 20
Для спортивной дисциплины «настольный теннис» (класс «В2», «В3»)			
1.	Бег на 30 м	с	не более 6,0
2.	В положении стоя сгибание и разгибание рук с гантелей 1 кг от плеча (в координации)	количество раз	не менее 1
3.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг	количество раз	не менее 14 | 10
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее 7

5.	Приседания	количество раз	не менее	
			30	20
Для спортивной дисциплины «пауэрлифтинг				
1.	Бег на 30 м	с	не более	
			8,0	
2.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			5	-
3.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			12	7
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			12	7
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			120	
Для спортивной дисциплины «плавание» (класс «В1»)				
1.	Плавание 100 м	мин, с	без учета времени	
2.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 10 кг	количество раз	не менее	
			-	10
3.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 12 кг	количество раз	не менее	
			10	-
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи	количество раз	не менее	
			20	15
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			50	45
Для спортивной дисциплины «плавание» (класс «В2», «В3»)				
1.	Плавание 100 м	мин, с	без учета времени	
2.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 15 кг	количество раз	не менее	
			14	10
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи	количество раз	не менее	
			15	
4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			60	50
Для спортивной дисциплины «пулевая стрельба»				
1.	Челночный бег 4х10 м	с	без учета времени	
2.	Удержание пистолета в позе изготовки	мин, с	не менее	
			2.0	1.30
3.	Удержание винтовки в позе изготовки для стрельбы лежа	мин, с	не менее	
			18.0	15.0
4.	Бег на 1000 м	мин, с	не более	
			6.0	7.0
5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			20	15
6.	Кистевая динамометрия	кг	не менее	
			17	15
7.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			15	12
8.	Прыжок в длину с места (в координации)	количество раз	не менее	
			1	
9.	Прыжок вверх с места (в координации)	количество раз	не менее	
			1	

Для спортивной дисциплины «спортивный туризм» (класс «В1»)				
1.	Бег на 60 м	с	не более	
			12,0	13,0
2.	Бег на 300 м	мин, с	не более	
			1.02	1.23
3.	Бег на 600 м	мин, с	не более	
			2.50	3.50
4.	Бег на 1000 м	мин, с	не более	
			5.30	6.0
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			190	160
Для спортивной дисциплины «спортивный туризм» (класс «В2», «В3»)				
1.	Бег на 60 м	с	не более	
			12,0	13,0
2.	Бег на 300 м	мин, с	не более	
			1.08	1.20
3.	Бег на 600 м	мин, с	не более	
			2.35	3.25
4.	Бег на 1000 м	мин, с	не более	
			4.45	5.40
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			200	170
Для спортивной дисциплины «триатлон» (класс «В1»)				
1.	Бег на 60 м	с	не более	
			15,0	18,0
2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			80	60
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи	количество раз	не менее	
			7	5
4.	Плавание 200 м	мин, с	без учета времени	
Для спортивной дисциплины «триатлон» (класс «В2», «В3»)				
1.	Бег на 60 м	с	не более	
			12,0	15,0
2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			100	80
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи	количество раз	не менее	
			10	7
4.	Плавание 200 м	мин, с	без учета времени	
Для спортивной дисциплины «футбол»				
1.	Бег на 30 м	с	не более	
			10,0	
2.	Челночный бег 4х9 м	с	без учета времени	
3.	Прыжок вверх на месте с хлопком и разведением ног	количество раз	не менее	
			8	
4.	Бег на 800 м	мин, с	без учета времени	
5.	Бросок набивного мяча 1 кг назад	м	не менее	
			5	
6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			100	

Для спортивных дисциплин «шахматы», «шашки»			
1.	Челночный бег 3х10 м	с	не более 15,0
2.	Бег на 400 м	мин, с	не более 8.0
3.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее 6
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее 6
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее 120
6.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (за 1 мин)	количество раз	не менее 4
Уровень спортивной квалификации			
Для спортивных дисциплин «голбол», «настольный теннис», «торбол», «футбол», «дзюдо», «самбо»			
1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	Не устанавливается	
2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)	Спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд», «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд»	
Для спортивных дисциплин «армрестлинг», «биатлон», «борьба», «боулинг», «велоспорт-тандем», «горнолыжный спорт», «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции», «легкая атлетика - метание», «легкая атлетика - прыжки», «лыжные гонки», «пауэрлифтинг», «плавание», «пулевая стрельба», «спортивный туризм», «триатлон», «шахматы», «шашки»			
1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	Не устанавливается	
2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)	Спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд», «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»	

Приложение № 9
к федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «спорт слепых», утвержденному приказом Минспорта России
от «30» ноября 2022 г. № 1100

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 «спорт слепых»

№ п/п	Упражнение	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
Для спортивной дисциплины «армрестлинг»				
1.	Бег на 60 м	с	не более	
			11,0	12,0
2.	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях	количество раз	не менее	
			10	-
3.	Лазанье по канату 4 м без помощи ног	количество раз	не менее	
			2	-
4.	Кистевая динамометрия	кг, г	не менее	
			50% от массы тела обучающегося	30% от массы тела обучающегося
5.	Жим штанги лежа на горизонтальной скамье	кг, г	не менее	
			вес штанги 80% от массы тела обучающегося	вес штанги 40% от массы тела обучающегося
6.	Поднимание туловища, лежа на спине, ноги согнуты	количество раз	не менее	
			25	20
7.	Сгибание и разгибание рук из упора лежа на полу	количество раз	не менее	
			25	10
8.	Вис на двух руках на перекладине (угол 90° между плечом и предплечьем)	с	не менее	
			-	15,0
Для спортивной дисциплины «биатлон» (класс «В1»)				
1.	Бег на 100 м	с	не более	
			20,0	
2.	Бег на 1500 м	мин, с	не более	
			7.0	
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			2	
4.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			10	
5.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			7	

6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			15	
7.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			135	
8.	Прыжок вверх с места	см	не менее	
			35	
Для спортивной дисциплины «биатлон» (класс «В2», «В3»)				
1.	Бег на 100 м	с	не более	
			18,0	
2.	Бег на 1500 м	мин, с	не более	
			6.0	
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			7	
4.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			10	
5.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			20	
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			20	
7.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			150	
8.	Прыжок вверх с места	см	не менее	
			40	
Для спортивной дисциплины «борьба»				
1.	Бег на 60 м	с	не более	
			8,5	-
2.	Бег на 1500 м	мин, с	без учета времени	-
3.	Поднимание ног в висе на перекладине	количество раз	не менее	
			8	-
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях	количество раз	не менее	
			10	-
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			180	-
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			12	-
7.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			16	-
Для спортивной дисциплины «боулинг»				
1.	Бег на 60 м	с	не более	
			10,0	
2.	Челночный бег 10х9 м	с	не более	
			35,0	
3.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			20	
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			20	
5.	Выпады вперед на правую, левую ногу, с обязательным касанием колена пола (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			30	

6.	Прогиб вверх в поясничном отделе позвоночника в положении лежа на животе (за 90 с)	количество раз	не менее	
			50	
Для спортивной дисциплины «велоспорт-тандем» (класс «В1»)				
1.	Бег на 60 м	с	не более	
			10,0	10,5
2.	Бег на 1500 м	мин, с	без учета времени	
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			10	4
4.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			15	7
5.	Приседание	количество раз	не менее	
			50	40
6.	Подъем ног из виса на перекладине до прямого угла	количество раз	не менее	
			10	5
7.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			15	10
8.	Удержание ног в висе в положении прямого угла	с	не менее	
			10,0	5,0
9.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			170	160
10.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			8	-
11.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			-	6
Для спортивной дисциплины «велоспорт-тандем» (класс «В2», «В3»)				
1.	Бег на 60 м	с	не более	
			9,0	9,5
2.	Бег на 1500 м	мин, с	не более	
			6.15	6.45
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			10	3
4.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			15	10
5.	Приседание	количество раз	не менее	
			60	50
6.	Поднимание ног из виса на перекладине до прямого угла	количество раз	не менее	
			12	7
7.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			20	15
8.	Удержание ног в висе в положении прямого угла	с	не менее	
			15,0	10,0
9.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			180	160
10.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			10	-
11.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			-	6
Для спортивных дисциплин «голбол», «торбол»				

1.	Бег на 60 м	с	не более 9,0
2.	Челночный бег 4х9 м	с	не более 30,0
3.	Бег на 1000 м	мин, с	не более 8.0
4.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее 30
5.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее 10
6.	Выпады вперед на правую, левую ногу, с обязательным касанием колена пола (за 1 мин)	количество раз	не менее 35
7.	Прогиб вверх в поясничном отделе позвоночника в положении лежа на животе (за 1 мин)	количество раз	не менее 60
Для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт» (класс «В1»)			
1.	Бег на 60 м	с	не более 15,0
2.	Бег на 1500 м	мин, с	не более 9.0
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее 5
4.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее 10 | -
5.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее - | 15
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее 15
7.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее 120
8.	Прыжок вверх с места	см	не менее 35
9.	Прохождение участка трассы скоростного спуска 350 м	мин, с	без учета времени
10.	Прохождение трассы слалома	мин, с	без учета времени
11.	Прохождение трассы слалома-гиганта	мин, с	без учета времени
Для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт» (класс «В2», «В3»)			
1.	Бег на 60 м	с	не более 13,0
2.	Бег на 1500 м	мин, с	не более 7.30
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее 5 | -
4.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее - | 10
5.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее 20

6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			20	
7.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			150	
8.	Прыжок вверх с места	см	не менее	
			40	
9.	Прохождение участка трассы скоростного спуска 350 м	мин, с	без учета времени	
10.	Прохождение трассы слалома	мин, с	без учета времени	
11.	Прохождение трассы слалома-гиганта	мин, с	без учета времени	
Для спортивных дисциплин «дзюдо» (класс «J1» мужчины «весовая категория 57 кг», «весовая категория 60 кг», «весовая категория 73 кг»; женщины «весовая категория 48 кг», «весовая категория 57 кг»), «самбо» (класс «B1», мужчины «весовая категория 57 кг», «весовая категория 62 кг», «весовая категория 68 кг», «весовая категория 74 кг»; женщины «весовая категория 48 кг», «весовая категория 52 кг», «весовая категория 56 кг», «весовая категория 64 кг»)				
1.	Бег на 1000 м	мин, с	без учета времени	-
2.	Бег на 800 м	мин, с	-	без учета времени
3.	Челночный бег 3х10 м	с	не более	
			20,0	22,0
4.	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу. Пальцами рук коснуться пола	количество раз	не менее	
			1	
5.	Подтягивание из виса на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			15	10
6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			140	120
7.	Подъем выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке	количество раз	не менее	
			10	6
8.	Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи	количество раз	не менее	
			10	8
Для спортивных дисциплин «дзюдо» (класс «J1» мужчины «весовая категория 90 кг», «весовая категория 90+ кг»; женщины «весовая категория 70 кг», «весовая категория70+ кг»), «самбо» (класс «B1», мужчины «весовая категория 90 кг», «весовая категория 100 кг», «весовая категория 100+ кг»; женщины «весовая категория 72 кг», «весовая категория 80 кг», «весовая категория 80+ кг»)				
1.	Бег на 1000 м	мин, с	без учета времени	-
2.	Бег на 800 м	мин, с	-	без учета времени
3.	Челночный без 3х10 м	с	не более	
			25,0	26,0
4.	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу. Касание пола пальцами рук	количество раз	не менее	
			1	
5.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			12	8

6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			150	130
7.	Подъем согнутых в коленях ног из виса на гимнастической стенке	количество раз	не менее	
			8	5
8.	Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи	количество раз	не менее	
			8	6
Для спортивных дисциплин «дзюдо» (класс «J2» мужчины «весовая категория 57 кг», «весовая категория 60 кг», «весовая категория 73 кг»; женщины «весовая категория 48 кг», «весовая категория 57 кг»), «самбо» (класс «В2», «В3», мужчины «весовая категория 57 кг», «весовая категория 62 кг», «весовая категория 68 кг», «весовая категория 74 кг»; женщины «весовая категория 48 кг», «весовая категория 52 кг», «весовая категория 56 кг», «весовая категория 64 кг»)				
1.	Бег на 1000 м	мин, с	без учета времени	-
2.	Бег на 800 м	мин, с	-	без учета времени
3.	Челночный бег 3х10 м	с	не более	
			20,0	22,0
4.	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу. Пальцами рук коснуться пола	количество раз	не менее	
			1	
5.	Подтягивание из виса на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			14	10
6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			160	130
7.	Поднимание согнутых в коленях ног из виса на гимнастической стенке	количество раз	не менее	
			12	7
8.	Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи	количество раз	не менее	
			12	10
Для спортивных дисциплин «дзюдо» (класс «J2» мужчины «весовая категория 90 кг», «весовая категория 90+ кг»; женщины «весовая категория 70 кг», «весовая категория70+ кг»), «самбо» (класс «В2», «В3», мужчины «весовая категория 90 кг», «весовая категория 100 кг», «весовая категория 100+ кг»; женщины «весовая категория 72 кг», «весовая категория 80 кг», «весовая категория 80+ кг»)				
1.	Бег на 1000 м	мин, с	без учета времени	-
2.	Бег на 800 м	мин, с	-	без учета времени
3.	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу. Пальцами рук коснуться пола	количество раз	не менее	
			1	
4.	Челночный бег 3х10 м	с	не более	
			24,0	26,0
5.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			15	10
6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			170	135
7.	Поднимание согнутых в коленях ног из виса на гимнастической стенке	количество раз	не менее	
			10	7
8.	Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи	количество раз	не менее	
			14	10

Для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - прыжки» (класс «В1»)				
1.	Бег на 30 м	с	не более	
			4,8	5,4
2.	Бег на 60 м	с	не более	
			8,2	9,5
3.	Бег на 150 м	с	не более	
			20,0	23,5
4.	Бег на 300 м	с	не более	
			50,0	55,0
5.	Бег на 30 м с ходу	с	не более	
			4,3	4,7
6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			225	180
Для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - прыжки» (класс «В2», «В3»)				
1.	Бег на 30 м	с	не более	
			4,5	5,2
2.	Бег на 60 м	с	не более	
			8,0	9,3
3.	Бег на 150 м	с	не более	
			19,0	23,0
4.	Бег на 300 м	с	не более	
			41,2	53,0
5.	Бег на 30 м с ходу	с	не более	
			3,7	4,3
6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			210	180
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции» (класс «В1»)				
1.	Бег на 1000 м	мин, с	не более	
			3.10	4.00
2.	Бег на 5000 м	мин, с	не более	
			18.30	-
3.	Бег на 3000 м	мин, с	не более	
			-	13.30
4.	Бег на 300 м	с	не более	
			50,0	55,0
5.	Бег на 600 м	мин, с	не более	
			1.55	2.15
6.	Бег на 60 м	с	не более	
			9,0	10,0
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции» (класс «В2», «В3»)				
1.	Бег на 5000 м	мин, с	не более	
			17.15	-
2.	Бег на 3000 м	мин, с	не более	
			-	13.10
3.	Бег на 1000 м	мин, с	не более	
			3.00	4.00

4.	Бег на 600 м	мин, с	не более	
			1.52	2.10
5.	Бег на 300 м	с	не более	
			49,0	53,0
6.	Бег на 60 м	с	не более	
			9,0	9,8
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - метания» (класс «В1»)				
1.	Жим штанги двумя руками из положения лежа	кг	не менее	
			65	40
2.	Подъем штанги на грудь	кг	не менее	
			60	25
3.	Приседание со штангой на плечах, весом не менее 80% от веса обучающегося	количество раз	не менее	
			1	
4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			200	190
5.	Бросок ядра (5 кг) вперед двумя руками от груди	м, см	не менее	
			8,00	-
6.	Бросок ядра (5 кг) вперед двумя руками снизу	м, см	не менее	
			12,00	-
7.	Бросок ядра (3 кг) вперед двумя руками от груди	м, см	не менее	
			-	6,50
8.	Бросок ядра (3 кг) вперед двумя руками снизу	м, см	не менее	
			-	10,00
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - метания» (класс «В2», «В3»)				
1.	Жим штанги двумя руками из положения лежа	кг	не менее	
			65	40
2.	Подъем штанги на грудь	кг	не менее	
			60	25
3.	Приседание со штангой на плечах, весом не менее 80% от веса тела обучающегося	количество раз	не менее	
			1	
4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			200	190
5.	Бросок ядра (5 кг) вперед двумя руками от груди	м, см	не менее	
			8,0	-
6.	Бросок ядра (5 кг) вперед двумя руками снизу	м, см	не менее	
			12,0	-
7.	Бросок ядра (3 кг) вперед двумя руками от груди	м, см	не менее	
			-	7,00
8.	Бросок ядра (3 кг) вперед двумя руками снизу	м, см	не менее	
			-	11,00
Для спортивной дисциплины «лыжные гонки» (класс «В1»)				
1.	Бег на 100 м	с	не более	
			19,0	
2.	Бег на 1500 м	мин, с	не более	
			8.30	
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			7	-

4.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			-	25
5.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			15	
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			15	
7.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			130	
8.	Прыжок вверх с места	см	не менее	
			35	
Для спортивной дисциплины «лыжные гонки» (класс «В2», «В3»)				
1.	Бег на 100 м	с	не более	
			18,0	
2.	Бег на 1500 м	мин, с	не более	
			7.30	
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			9	-
4.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			-	15
5.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			20	
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			20	
7.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			140	
8.	Прыжок вверх с места	см	не менее	
			40	
Для спортивной дисциплины «настольный теннис» (класс «В1»)				
1.	Бег на 30 м	с	не более	
			6,5	6,0
2.	В положении стоя сгибание и разгибание рук с гантелей 1 кг от плеча	с	без учета времени	
3.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг	количество раз	не менее	
			10	
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			10	7
5.	Приседания	количество раз	не менее	
			20	
Для спортивной дисциплины «настольный теннис» (класс «В2», «В3»)				
1.	Бег на 30 м	с	не более	
			6,0	5,0
2.	В положении стоя сгибание и разгибание рук с гантелей 1 кг от плеча	мин, с	без учета времени	
3.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг	количество раз	не менее	
			10	
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			15	7

5.	Приседания	количество раз	не менее	
			20	
Для спортивной дисциплины «пауэрлифтинг»				
1.	Бег на 60 м	с	не более	
			12,0	
2.	Поднимание ног в висе на перекладине	количество раз	не менее	
			8	6
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			7	-
4.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			14	12
5.	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях	количество раз	не менее	
			7	-
6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			140	
7.	Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи	количество раз	не менее	
			20	15
Для спортивной дисциплины «плавание» (класс «В1»)				
1.	Плавание избранным способом с учетом техники выполнения	количество раз	не менее	
			1	
2.	Плавание вольным стилем 400 м	мин, с	без учета времени	
3.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 20 кг	количество раз	не менее	
			14	-
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи	количество раз	не менее	
			20	18
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			70	50
6.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 15 кг	количество раз	не менее	
			-	10
Для спортивной дисциплины «плавание» (класс «В2», «В3»)				
1.	Плавание избранным способом с учетом техники выполнения	количество раз	не менее	
			1	
2.	Плавание избранным способом	мин, с	норма, соответствующая присвоению спортивного разряда «первый спортивный разряд»	норма, соответствующая присвоению спортивного разряда «второй спортивный разряд»
3.	Плавание вольным стилем 800 м	мин, с	без учета времени	
4.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 20 кг	количество раз	не менее	
			18	-
5.	Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи	количество раз	не менее	
			20	
6.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			90	
7.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 25 кг	количество раз	не менее	
			-	15

Для спортивной дисциплины «пулевая стрельба»				
1.	Челночный бег 4х10 м	мин, с	без учета времени	
2.	Удержание пистолета в позе изготовки	мин, с	не менее	
			2.00	1.30
3.	Удержание винтовки в позе изготовки для стрельбы лежа	мин, с	не менее	
			25.00	20.0
4.	Бег на 1000 м	мин, с	без учета времени	
5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			25	20
6.	Кистевая динамометрия	кг	не менее	
			13	10
7.	Сгибание и разгибание рук из упора лежа на полу	количество раз	не менее	
			20	14
8.	Прыжок в длину с места (в координации)	количество раз	не менее	
			1	
9.	Прыжок вверх с места (в координации)	количество раз	не менее	
			1	
Для спортивной дисциплины «спортивный туризм» (класс «В1»)				
1.	Бег на 5000 м	мин, с	не более	
			25.00	-
2.	Бег на 3000 м	мин, с	не более	
			-	13.50
3.	Бег на 1000 м	мин, с	без учета времени	
4.	Бег на 600 м	мин, с	не более	
			2.00	2.10
5.	Бег на 300 м	мин, с	не более	
			1.10	1.15
6.	Бег на 60 м	с	не более	
			14,0	16,0
7.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			180	160
Для спортивной дисциплины «спортивный туризм» (класс «В2», «В3»)				
1.	Бег на 5000 м	мин, с	не более	
			23.00	-
2.	Бег на 3000 м	мин, с	не более	
			-	12.40
3.	Бег на 1000 м	мин, с	без учета времени	
4.	Бег на 600 м	мин, с	не более	
			2.00	1.55
5.	Бег на 300 м	мин, с	не более	
			1.05	0.57
6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			200	180
7.	Бег на 60 м	с	не более	
			12,0	

Для спортивной дисциплины «триатлон» (класс «В1»)				
1.	Бег на 60 м	с	не более	
			12,0	15,0
2.	Бег на 1500 м	мин, с	не более	
			8.00	8.30
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи	количество раз	не менее	
			10	7
4.	Плавание вольным стилем 750 м	мин, с	без учета времени	
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			100	80
Для спортивной дисциплины «триатлон» (класс «В2», «В3»)				
1.	Бег на 60 м	с	не более	
			10,0	12,0
2.	Бег на 1500 м	мин, с	не более	
			7.30	8.00
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи	количество раз	не менее	
			15	10
4.	Плавание 750 м	мин, с	без учета времени	
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			120	100
Для спортивной дисциплины «футбол»				
1.	Бег на 30 м	с	не более	
			9,0	
2.	Бег на 60 м	с	не более	
			10,0	
3.	Бег на 1000 м	мин, с	не более	
			8.0	
4.	Челночный бег 4х9 м	с	не более	
			30,0	
5.	Прыжок вверх на месте с хлопком и разведением ног	количество раз	не менее	
			10	
6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			100	
Для спортивных дисциплин «шахматы», «шашки»				
1.	Бег на 60 м	с	не более	
			13,0	
2.	Бег на 1500 м	мин, с	без учета времени	
3.	Челночный бег 10х9 м	с	не более	
			55,0	
4.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			12	
5.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			5	
6.	Прогиб вверх в поясничном отделе позвоночника в положении лежа на животе (за 90 с)	количество раз	не менее	
			20	
Уровень спортивной квалификации				

Уровень спортивной квалификации		
1.	Для спортивных дисциплин «голбол», «настольный теннис», «торбол», «футбол», «дзюдо», «самбо»	Спортивный разряд «первый спортивный разряд»
2.	Для спортивных дисциплин «армрестлинг», «биатлон», «борьба», «боулинг», «велоспорт-тандем», «горнолыжный спорт», «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции», «легкая атлетика - метание», «легкая атлетика - прыжки», «лыжные гонки», «пауэрлифтинг», «плавание», «пулевая стрельба», «спортивный туризм», «триатлон», «шахматы», «шашки»	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»

Приложение № 10
к федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «спорт слепых», утвержденному приказом Минспорта России
от «30» ноября 2022 г. № 1100

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды и спортивные звания) для зачисления и перевода на этап высшего спортивного мастерства по виду спорта «спорт слепых»

№ п/п	Упражнение	Единица измерения	Норматив	
			юноши/ мужчины	девушки/ женщины
Для спортивной дисциплины «армрестлинг»				
1.	Бег на 60 м	с	не более	
			11,0	12,0
2.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			25	15
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях	количество раз	не менее	
			15	-
4.	Лазанье по канату 4 м без помощи ног	количество раз	не менее	
			2	-
5.	Кистевая динамометрия	кг, г	не менее	
			65% от массы тела обучающегося	40% от массы тела обучающегося
6.	Жим штанги лежа на горизонтальной скамье	кг, г	не менее	
			вес штанги 100% от веса тела обучающегося	вес штанги 60% от веса тела обучающегося
7.	Поднимание туловища из положения лежа на спине, ноги согнуты	количество раз	не менее	
			25	10
8.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			18	10
9.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			15	8
10.	Вис на двух руках на перекладине (угол 90° между плечом и предплечьем)	с	не менее	
			-	15,0
Для спортивной дисциплины «биатлон» (класс «В1»)				
1.	Бег на 60 м	с	не более	
			9,6	10,8
2.	Бег на 100 м	с	не более	
			15,8	17,6

3.	Бег на 1500 м	мин, с	не более	
			7.0	
4.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			9	-
5.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			-	25
6.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			20	
7.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			20	
8.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			150	
9.	Прыжок вверх с места	см	не менее	
			40	
Для спортивной дисциплины «биатлон» (класс «В2», «В3»)				
1.	Бег на 60 м	с	не более	
			9,1	10,2
2.	Бег на 100 м	с	не более	
			15,4	17,0
3.	Бег на 1500 м	мин, с	не более	
			7.0	
4.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			9	-
5.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			-	25
6.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			20	
7.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			25	
8.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			200	
9.	Прыжок вверх с места	см	не менее	
			45	
Для спортивной дисциплины «борьба»				
1.	Бег на 60 м	с	не более	
			8,5	
2.	Бег на 1500 м	мин, с	без учета времени	
3.	Поднимание ног в висе на перекладине	количество раз	не менее	
			8	
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях	количество раз	не менее	
			15	
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			180	
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			12	
7.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			16	
8.	Лазанье по канату 4 м без помощи ног	количество раз	не менее	
			1	

Для спортивной дисциплины «боулинг»				
1.	Бег на 60 м	с	не более	
			10,0	
2.	Бег на 1500	с	без учета времени	
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях	количество раз	не менее	
			5	
4.	Поднимание ног из виса на гимнастической стенке до прямого угла	количество раз	не менее	
			8	
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			180	
Для спортивной дисциплины «велоспорт-тандем» (класс «В1»)				
1.	Бег на 3000 м	мин, с	без учета времени	
2.	Приседание	количество раз	не менее	
			80	60
3.	Поднимание ног из виса на перекладине до прямого угла	количество раз	не менее	
			15	10
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			25	15
5.	Удержание ног в висе в положении прямого угла	с	не менее	
			10,0	5,0
6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			180	170
7.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			8	-
8.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			-	6
Для спортивной дисциплины «велоспорт-тандем» (класс «В2», «В3»)				
1.	Бег на 3000 м	мин, с	не более	
			14.00	17.30
2.	Приседание	количество раз	не менее	
			80	60
3.	Поднимание ног из виса на перекладине до прямого угла	количество раз	не менее	
			15	10
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			25	15
5.	Удержание ног в висе в положении прямого угла	с	не менее	
			15,0	10,0
6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			210	180
Для спортивных дисциплин «голбол», «торбол»				
1.	Бег на 60 м	с	не более	
			8,5	
2.	Челночный бег 4х9 м	с	не более	
			25,0	
3.	Бег на 1500 м	мин, с	без учета времени	
4.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			40	

5.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (за 1 мин)	количество раз	не менее 20
6.	Выпады вперед на правую, левую ногу, с обязательным касанием колена пола (за 1 мин)	количество раз	не менее 40
7.	Прогиб вверх в поясничном отделе позвоночника в положении лежа на животе (за 1 мин)	количество раз	не менее 70
Для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт» (класс «В1»)			
1.	Бег на 60 м	с	не более 10,3
2.	Бег на 1500 м	мин, с	без учета времени
3.	Бег на 100 м	с	не более 20,0
4.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее - | 25
5.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее 5 | -
6.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее 20
7.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее 20
8.	Прыжок в длину с места с толчком двумя ногами	см	не менее 150
9.	Прыжок вверх с места	см	не менее 40
10.	Прохождение участка трассы скоростного спуска 350 м	мин, с	без учета времени
11.	Прохождение трассы слалома	мин, с	без учета времени
12.	Прохождение трассы слалома-гиганта	мин, с	без учета времени
Для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт» (класс «В2», «В3»)			
1.	Бег на 60 м	с	не более 9,5
2.	Бег на 1500 м	мин, с	не более 7.30
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее 6 | -
4.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее - | 15
5.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее 25
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее 25
7.	Прыжок в длину с места с толчком двумя ногами	см	не менее 160
8.	Прыжок вверх с места	см	не менее 45
9.	Прохождение участка трассы скоростного спуска 350 м	мин, с	без учета времени

10.	Прохождение трассы слалома	мин, с	без учета времени	
11.	Прохождение трассы слалома-гиганта	мин, с	без учета времени	
Для спортивных дисциплин «дзюдо» (класс «J1» мужчины «весовая категория 57 кг», «весовая категория 60 кг», «весовая категория 73 кг»; женщины «весовая категория 48 кг», «весовая категория 57 кг»), самбо (класс «В1», мужчины «весовая категория 57 кг», «весовая категория 62 кг», «весовая категория 68 кг», «весовая категория 74 кг»; женщины «весовая категория 48 кг», «весовая категория 52 кг», «весовая категория 56 кг», «весовая категория 64 кг»)				
1.	Челночный бег 3х10 м	с	не более	
			20,0	22,0
2.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			15	10
3.	Прыжок в длину с места с толчком двумя ногами	см	не менее	
			140	120
4.	Поднимание выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке	количество раз	не менее	
			12	7
5.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			16	14
Для спортивных дисциплин «дзюдо» (класс «J1» мужчины «весовая категория 90 кг», «весовая категория 90+ кг»; женщины «весовая категория 70 кг», «весовая категория 70+ кг»), самбо (класс «В1», мужчины «весовая категория 90 кг», «весовая категория 100 кг», «весовая категория 100+ кг»; женщины «весовая категория 72 кг», «весовая категория 80 кг», «весовая категория 80+ кг»)				
1.	Челночный бег 3х10 м	с	не более	
			25,0	26,0
2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			160	130
3.	Подъем согнутых в коленях ног из виса на гимнастической стенке	количество раз	не менее	
			11	-
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			14	10
5.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			-	12
6.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			15	-
7.	Подъем выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке	количество раз	не менее	
			-	5
Для спортивных дисциплин «дзюдо» (класс «J2» мужчины «весовая категория 57 кг», «весовая категория 60 кг», «весовая категория 73 кг»; женщины «весовая категория 48 кг», «весовая категория 57 кг»), самбо (класс «В1», мужчины «весовая категория 57 кг», «весовая категория 62 кг», «весовая категория 68 кг», «весовая категория 74 кг»; женщины «весовая категория 48 кг», «весовая категория 52 кг», «весовая категория 56 кг», «весовая категория 64 кг»)				
1.	Челночный бег 3х10 м	с	не более	
			20,0	22,0
2.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			15	
3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			180	145

4.	Подъем выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке	количество раз	не менее	
			12	7
5.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			18	14
Для спортивных дисциплин «дзюдо» (класс «J2» мужчины «весовая категория 90 кг», «весовая категория 90+ кг»; женщины «весовая категория 70 кг», «весовая категория 70+ кг»), самбо (класс «B1», мужчины «весовая категория 90 кг», «весовая категория 100 кг», «весовая категория 100+ кг»; женщины «весовая категория 72 кг», «весовая категория 80 кг», «весовая категория 80+ кг»)				
1.	Челночный бег 3х10 м	с	не более	
			24,0	26,0
2.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			15	14
3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			170	135
4.	Подъем выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке	количество раз	не менее	
			15	7
5.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			14	12
Для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - прыжки» (класс «B1»)				
1.	Бег на 30 м	с	не более	
			4,6	5,2
2.	Бег на 60 м	с	не более	
			7,9	9,0
3.	Бег на 150 м	с	не более	
			18,5	23,0
4.	Бег на 300 м	с	не более	
			47,5	53,0
5.	Бег на 30 м с ходу	с	не более	
			3,5	4,3
6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			245	195
Для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - прыжки» (класс «B2», «B3»)				
1.	Бег на 30 м	с	не более	
			4,2	5,2
2.	Бег на 60 м	с	не более	
			7,7	8,9
3.	Бег на 150 м	с	не более	
			18,0	23,0
4.	Бег на 300 м	с	не более	
			41,2	51,5
5.	Бег на 30 м с ходу	с	не более	
			3,6	4,0
6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			255	210
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции» (класс «B1»)				

1.	Бег на 5000 м	мин, с	не более	
			17.45	-
2.	Бег на 3000 м	мин, с	не более	
			-	13.00
3.	Бег на 1000 м	мин, с	не более	
			3.05	3.40
4.	Бег на 600 м	мин, с	не более	
			1.50	2.00
5.	Бег на 300 м	с	не более	
			50,0	52,0
6.	Бег на 60 м	с	не более	
			9,0	10,0
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции» (класс «В2», «В3»)				
1.	Бег на 5000 м	мин, с	не более	
			17.15	-
2.	Бег на 3000 м	мин, с	не более	
			-	12.40
3.	Бег на 1000 м	мин, с	не более	
			2.55	3.30
4.	Бег на 600 м	мин, с	не более	
			1.45	1.55
5.	Бег на 300 м	с	не более	
			46,0	50,0
6.	Бег на 60 м	с	не более	
			8,2	9,3
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - метания» (класс «В1»)				
1.	Жим штанги двумя руками из положения лежа	кг	не менее	
			90	60
2.	Подъем штанги на грудь	кг	не менее	
			80	45
3.	Приседание со штангой на плечах	количество раз	не менее	
			100	85
4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			210	190
5.	Бросок ядра (5 кг) вперед двумя руками от груди	м, см	не менее	
			9,00	-
6.	Бросок ядра (5 кг) вперед двумя руками снизу	м, см	не менее	
			13,50	-
7.	Бросок ядра (3 кг) вперед двумя руками от груди	м, см	не менее	
			-	8,00
8.	Бросок ядра (3 кг) вперед двумя руками снизу	м, см	не менее	
			-	11,50
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - метания» (класс «В2», «В3»)				
1.	Жим штанги двумя руками из положения лежа	кг	не менее	
			105	70
2.	Подъем штанги на грудь	кг	не менее	
			95	50
3.	Приседание со штангой на плечах	кг	не менее	
			110	90

4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			230	200
5.	Бросок ядра (5 кг) вперед двумя руками от груди	м, см	не менее	
			9,5	-
6.	Бросок ядра (5 кг) вперед двумя руками снизу	м, см	не менее	
			14,50	-
7.	Бросок ядра (3 кг) вперед двумя руками от груди	м, см	не менее	
			-	8,50
8.	Бросок ядра (3 кг) вперед двумя руками снизу	м, см	не менее	
			-	12,50
Для спортивной дисциплины «лыжные гонки» (класс «В1»)				
1.	Бег на 100 м	с	не более	
			19,0	
2.	Бег на 1500 м	мин, с	не более	
			8.30	
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			9	-
4.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			-	15
5.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			15	
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			15	
7.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			130	
8.	Прыжок вверх с места	см	не менее	
			35	
Для спортивной дисциплины «лыжные гонки» (класс «В2», «В3»)				
1.	Бег на 100 м	с	не более	
			18,0	
2.	Бег на 1500 м	мин, с	не более	
			7.30	
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			9	-
4.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			-	15
5.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			20	
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			20	
7.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			140	
8.	Прыжок вверх с места	см	не менее	
			40	
Для спортивной дисциплины «настольный теннис» (класс «В1»)				
1.	Бег на 30 м	с	не более	
			6,5	6,0
2.	В положении стоя сгибание и разгибание рук с гантелей 1 кг от плеча	с	без учета времени	

3.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг	количество раз	не менее 10	
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее 10	7
5.	Приседания	количество раз	не менее 20	
Для спортивной дисциплины «настольный теннис» (класс «В2», «В3»)				
1.	Бег на 30 м	с	не более 6,0	5,0
2.	В положении стоя сгибание и разгибание рук с гантелей 1 кг от плеча	мин, с	без учета времени	
3.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг	количество раз	не менее 10	
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее 15	7
5.	Приседания	количество раз	не менее 20	
Для спортивной дисциплины «пауэрлифтинг»				
1.	Бег на 60 м	с	не более 10,0	
2.	Поднимание ног в висе на перекладине	количество раз	не менее 10	8
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее 8	-
4.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее 14	12
5.	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях	количество раз	не менее 7	-
6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее 140	
Для спортивной дисциплины «плавание» (класс «В1»)				
1.	Плавание избранным способом с учетом техники выполнения	количество раз	не менее 1	
2.	Плавание вольным стилем 400 м	мин, с	без учета времени	
3.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 20 кг	количество раз	не менее 14	-
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи	количество раз	не менее 20	18
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее 70	50
6.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 15 кг	количество раз	не менее -	10
Для спортивной дисциплины «плавание» (класс «В2», «В3»)				
1.	Плавание избранным способом с учетом техники выполнения	количество раз	не менее 1	
2.	Плавание вольным стилем 800 м	мин, с	без учета времени	
3.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 20 кг	количество раз	не менее 18	-

4.	Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи	количество раз	не менее	
			20	
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			90	
6.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 25 кг	количество раз	не менее	
			-	15
Для спортивной дисциплины «пулевая стрельба»				
1.	Челночный бег 4х10 м	мин, с	без учета времени	
2.	Удержание пистолета в позе изготовки	мин, с	не менее	
			2.00	1.30
3.	Удержание винтовки в позе изготовки для стрельбы лежа	мин, с	не менее	
			25.00	20.00
4.	Бег на 1000 м	мин, с	без учета времени	
5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			25	20
6.	Кистевая динамометрия	кг	не менее	
			13	10
7.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			20	14
8.	Прыжок в длину с места (в координации)	количество раз	не менее	
			1	
9.	Прыжок вверх с места (в координации)	количество раз	не менее	
			1	
Для спортивной дисциплины «спортивный туризм» (класс «В1»)				
1.	Бег на 5000 м	мин, с	не более	
			25.00	-
2.	Бег на 3000 м	мин, с	не более	
			-	13.50
3.	Бег на 1000 м	мин, с	без учета времени	
4.	Бег на 300 м	мин, с	не более	
			1.10	1.15
5.	Бег на 600 м	мин, с	не более	
			2.00	2.10
6.	Бег на 60 м	с	не более	
			14,0	16,0
7.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			180	160
Для спортивной дисциплины «спортивный туризм» (класс «В2», «В3»)				
1.	Бег на 5000 м	мин, с	не более	
			23.00	-
2.	Бег на 3000 м	мин, с	не более	
			-	12.40
3.	Бег на 1000 м	мин, с	без учета времени	
4.	Бег на 600 м	мин, с	не более	
			2.00	1.55
5.	Бег на 300 м	мин, с	не более	
			1.10	1.15
6.	Бег на 60 м	с	не более	
			12,0	

7.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			200	180
Для спортивной дисциплины «триатлон» (класс «В1»)				
1.	Бег на 60 м	с	не более	
			12,0	15,0
2.	Бег на 1500 м	мин, с	не более	
			8.00	8.30
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи	количество раз	не менее	
			10	7
4.	Плавание вольным стилем 750 м	мин, с	без учета времени	
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			100	80
Для спортивной дисциплины «триатлон» (класс «В2», «В3»)				
1.	Бег на 60 м	с	не более	
			10,0	12,0
2.	Бег на 1500 м	мин, с	не более	
			7.30	8.00
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи	количество раз	не менее	
			15	10
4.	Плавание 750 м	см, м	без учета времени	
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			120	100
Для спортивной дисциплины «футбол»				
1.	Бег на 1000 м	мин	не более	
			8	
2.	Бег на 60 м	с	не более	
			10,0	
3.	Бег на 30 м	с	не более	
			9,0	
4.	Челночный бег 4х9 м	с	не более	
			30,0	
5.	Прыжок вверх на месте с хлопком и разведением ног	количество раз	не менее	
			10	
6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			100	
Для спортивных дисциплин «шахматы», «шашки»				
1.	Бег на 60 м	с	не более	
			13,0	
2.	Челночный бег 10х9 м	с	не более	
			55,0	
3.	Бег на 1500 м	мин, с	без учета времени	
4.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			12	
5.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			5	
6.	Прогиб вверх в поясничном отделе позвоночника в положении лежа на животе (за 90 с)	количество раз	не менее	
			20	

Уровень спортивной квалификации		
1.	Для спортивных дисциплин «голбол», «настольный теннис», «торбол», «футбол», «дзюдо», «самбо»	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»
2.	Для спортивных дисциплин «армрестлинг», «биатлон», «борьба», «боулинг», «велоспорт-тандем», «горнолыжный спорт», «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции», «легкая атлетика - метание», «легкая атлетика - прыжки», «лыжные гонки», «пауэрлифтинг», «плавание», «пулевая стрельба», «спортивный туризм», «триатлон», «шахматы», «шашки»	Спортивное звание «мастер спорта России»

Приложение № 11
к федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «спорт слепых», утвержденному приказом Минспорта России
от «30» ноября 2022 г. № 1100

Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки

Таблица № 1

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Количество изделий
Для спортивной дисциплины «армрестлинг»			
1.	Брусья	штук	1
2.	Вертикальный гриф	штук	1
3.	Весы до 150 кг	штук	1
4.	Гантели разборные	штук	2
5.	Гантельный ряд (от 1 до 30 кг)	комплект	2
6.	Гири спортивные (8, 12, 16, 24 и 32 кг)	комплект	2
7.	Горизонтальная скамья	штук	1
8.	Канат	штук	1
9.	Кистевой динамометр	штук	1
10.	Кистевой эспандер (разной жесткости)	штук	3
11.	Магнезница	штук	1
12.	Мат гимнастический	штук	2
13.	Наклонная скамья для тренировки мышц брюшного пресса	штук	1
14.	Наклонная скамья со стойками	штук	1
15.	Парные диски для штанги (от 1,25 до 20 кг)	комплект	1
16.	Перекладина	штук	1
17.	Подставка под ноги	штук	6
18.	Регулируемая скамья	штук	1
19.	Регулируемый блочный тренажер	штук	1
20.	Резиновый амортизатор	штук	2
21.	Ремень для связывания захвата рук	штук	2
22.	Ремень для силовых упражнений	штук	3
23.	Ремень поясной	штук	2
24.	Рукоятки разного диаметра	комплект	2
25.	Секундомер	штук	1
26.	Скамья гимнастическая	штук	2
27.	Скамья для жима лежа со стойками	штук	1
28.	Стенка гимнастическая	штук	2
29.	Стойка для гантелей	штук	2
30.	Стойка для дисков	штук	2
31.	Стойка для штанг	штук	1
32.	Стол для армрестлинга	штук	6

33.	Тренажер для проработки двуглавой мышцы плеча	штук	1
34.	Тренажер для тренировки мышц – сгибателей пальцев	штук	1
35.	Штанга тренировочная	штук	1
36.	Штанга тренировочная с Z-образным грифом	штук	1
Для спортивной дисциплины «биатлон»			
37.	Биатлонная установка	комплект	2
38.	Жилет с отягощением	штук	15
39.	Крепления для гоночных лыж	пар	8
40.	Кушетка массажная	штук	2
41.	Лыжероллеры	пар	8
42.	Лыжи гоночные	пар	8
43.	Мат гимнастический	штук	6
44.	Палки для лыжных гонок	пар	8
45.	Перекладина гимнастическая	штук	1
46.	Пояс утяжелительный	штук	8
47.	Скамья гимнастическая	штук	3
48.	Снегоход, укомплектованный приспособлением для прокладки лыжных трасс, либо снегоуплотнительная машина для прокладки лыжных трасс (ратрак)	штук	1
49.	Стенка гимнастическая	штук	3
50.	Флажки для разметки лыжных трасс	комплект	1
Для спортивной дисциплины «борьба»			
51.	Весы до 200 кг	штук	1
52.	Гантели массивные (от 0,5 до 5 кг)	комплект	3
53.	Гири спортивные (16, 24 и 32 кг)	комплект	1
54.	Гонг боксерский	штук	1
55.	Доска информационная	штук	1
56.	Зеркало (2х3 м)	штук	1
57.	Ковер борцовский (12х12 м)	комплект	1
58.	Кушетка массажная	штук	1
59.	Лонжа ручная	штук	2
60.	Манекены тренировочные для борьбы	комплект	1
61.	Мат гимнастический	штук	8
62.	Мяч набивной (медицинбол) (от 3 до 12 кг)	комплект	2
63.	Мяч футбольный	штук	1
64.	Насос универсальный (для накачивания мячей)	штук	1
65.	Скакалка гимнастическая	штук	8
66.	Скамья гимнастическая	штук	2
67.	Стеллаж для хранения гантелей	штук	1
68.	Стенка гимнастическая	штук	4
69.	Табло информационное световое электронное	комплект	1
70.	Урна-плевательница	штук	1
71.	Штанга тяжелоатлетическая тренировочная	комплект	1
72.	Эспандер плечевой резиновый	штук	8
Для спортивной дисциплины «боулинг»			
73.	Гантели переменной массы (от 1,5 до 8 кг)	комплект	2
74.	Кушетка массажная	штук	1
75.	Мат гимнастический	штук	5
76.	Мяч баскетбольный	штук	1
77.	Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 5 кг)	штук	6

78.	Мяч футбольный	штук	1
79.	Насос универсальный (для накачивания мячей)	штук	1
80.	Скамья гимнастическая	штук	4
81.	Тренажер кистевой фрикционный	штук	8
82.	Шар для боулинга	штук	8
Для спортивной дисциплины «велоспорт-тандем»			
83.	Автомобиль сопровождения (легковой, универсал)	штук	1
84.	Велостанок универсальный	штук	1
85.	Верстак железный с тисками	штук	1
86.	Гантели переменной массы (от 0,5 до 5,0 кг)	комплект	3
87.	Доска информационная	штук	1
88.	Дрель электрическая	штук	1
89.	Инструменты для ремонта велосипедов	комплект	2
90.	Камера для велосипеда	штук	10
91.	Капсула каретки	штук	20
92.	Мат гимнастический	штук	10
93.	Микроавтобус для перевозки велосипедов и снаряжения	штук	1
94.	Мяч баскетбольный	штук	2
95.	Мяч набивной (медицинбол)	штук	3
96.	Мяч футбольный	штук	2
97.	Насос для подкачки велопокрышек	штук	2
98.	Переключатель задний	штук	6
99.	Переключатель передний	штук	6
100.	Переносная стойка для ремонта велосипедов	штук	2
101.	Покрышка для велосипеда	штук	10
102.	Рубашка и трос переключения	комплект	20
103.	Рубашка и трос тормозной	комплект	20
104.	Рулетка	штук	1
105.	Ручка переключения («шифтер»)	комплект	6
106.	Скамья гимнастическая	штук	4
107.	Слесарные инструменты	комплект	1
108.	Спица	штук	50
109.	Средства обслуживания велосипеда (смазка, спрей, щетка)	комплект	4
110.	Станок для правки колес и спицной ключ	комплект	2
111.	Станок сверлильный	штук	1
112.	Стенка гимнастическая	штук	8
113.	Тормозные колодки	комплект	20
114.	Удлинитель электрический 20 м	штук	1
115.	Цепь	штук	20
116.	Чашки рулевые	комплект	10
117.	Шестеренка передняя	штук	6
118.	Штанга тяжелоатлетическая	штук	2
119.	Эксцентрики	комплект	10
120.	Эспандер ручной двойного действия	штук	15
Для спортивной дисциплины «голбол»			
121.	Ворота голбольные	комплект	1
122.	Гантели переменной массы (от 1,5 до 6 кг)	комплект	3
123.	Коврик гимнастический	штук	10
124.	Кушетка массажная	штук	1
125.	Мат гимнастический (поролоновый)	комплект	5

126.	Мяч баскетбольный	штук	1
127.	Мяч голбольный	штук	10
128.	Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 5 кг)	штук	10
129.	Мяч футбольный	штук	1
130.	Насос универсальный (для накачивания мячей)	штук	1
131.	Помост тяжелоатлетический разборный малый	штук	1
132.	Рулетка	штук	1
133.	Секундомер	штук	3
134.	Скамья гимнастическая	штук	5
135.	Скотч разметочный	штук	20
136.	Тренажер кистевой фрикционный	штук	10
137.	Тренажер универсальный малогабаритный	штук	1
138.	Штанга тяжелоатлетическая с набором дисков разного веса	комплект	1
139.	Эспандер	штук	10
Для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт»			
140.	Барьеры пластиковые (разной высоты)	комплект	5
141.	Батут малый и профессиональный	штук	4
142.	Измеритель скорости ветра	штук	1
143.	Камера для велосипеда	штук	1
144.	Канат с флажками для ограждения трасс	метр	1000
145.	Координационная лестница	штук	4
146.	Координационная платформа («Босу»)	штук	5
147.	Крепления горнолыжные	пар	9
148.	Лазерный дальномер	штук	1
149.	Лыжи горные	пар	9
150.	Мат гимнастический	штук	9
151.	Палки горнолыжные	пар	9
152.	Пояс утяжелительный	штук	9
153.	Ратрак (снегоуплотнительная машина для прокладки горнолыжных трасс)	штук	1
154.	Рулетка (30 м)	штук	5
155.	Сани спасательные	штук	5
156.	Секундомер	штук	5
157.	Силовой тренажер	штук	3
158.	Скакалка гимнастическая	штук	9
159.	Скамейка гимнастическая	штук	6
160.	Снегоход	штук	1
161.	Станок для заточки кантов горных лыж	штук	2
162.	Стенка гимнастическая	штук	8
163.	Стол для подготовки лыж	штук	2
164.	Утяжелитель для ног	комплект	9
165.	Утяжелитель для рук	комплект	9
166.	Флаг на древках для разметки горнолыжных трасс	штук	100
167.	Штанга тяжелоатлетическая с набором дисков	комплект	1
168.	Эластичные ленты для фитнеса	комплект	3
169.	Электробур	комплект	5
170.	Эллиптический тренажер	штук	3
Для спортивной дисциплины «дзюдо»			
171.	Весы до 150 кг	штук	1
172.	Гантели массивные (от 1 до 8 кг)	комплект	3

173.	Гантели переменной массы (от 1,5 до 32 кг)	комплект	3
174.	Гимнастическая палка «бодибар» (от 2 до 10 кг)	штук	6
175.	Гири спортивные (16, 24 и 32 кг)	комплект	2
176.	Гонг боксерский	штук	1
177.	Дорожка беговая электрическая	штук	1
178.	Доска информационная	штук	1
179.	Зеркало	штук	2
180.	Канат для лазания	штук	3
181.	Канат для перетягивания	штук	1
182.	Ковер «татами»	комплект	1
183.	Координационная платформа («Босу»)	штук	2
184.	Кушетка массажная	штук	2
185.	Лента эспандер (резиновая)	штук	6
186.	Манекены тренировочные для борьбы	штук	12
187.	Мат гимнастический	комплект	2
188.	Модуль для бросков	штук	4
189.	Мяч баскетбольный	штук	2
190.	Мяч для фитнеса (разного диаметра)	штук	4
191.	Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 5 кг)	штук	7
192.	Мяч футбольный	штук	2
193.	Насос универсальный (для накачивания мячей)	штук	1
194.	Перекладина гимнастическая	штук	1
195.	Пояс ручной для страховки	штук	2
196.	Секундомер электронный	штук	4
197.	Скамья атлетическая (регулируемая)	штук	1
198.	Скамья гимнастическая	штук	3
199.	Стенка гимнастическая	штук	6
200.	Стойки силовые под штангу	комплект	1
201.	Табло информационное электронное	комплект	2
202.	Таймер спортивный (электронный) для спортивного зала	комплект	2
203.	Тренажер кистевой фрикционный	штук	4
204.	Турник навесной	штук	4
205.	Флажки судейские для дзюдо (синий, белый)	комплект	3
206.	Штанга тяжелоатлетическая с набором дисков	комплект	2
207.	Эспандеры резиновые ленточные	комплект	2
Для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции», «легкая атлетика - метания», «легкая атлетика - прыжки»			
208.	Барьер легкоатлетический универсальный	штук	40
209.	Брус для отталкивания	штук	1
210.	Буфер для остановки ядра	штук	1
211.	Гантели массивные (от 0,5 кг до 6 кг)	комплект	4
212.	Грабли	штук	1
213.	Гриф штанги олимпийский 15 кг	штук	2
214.	Гриф штанги олимпийский 20 кг	штук	10
215.	Диск массой 0,5 кг	штук	5
216.	Диск массой 0,75 кг	штук	8
217.	Диск массой 1,0 кг	штук	10
218.	Диск массой 1,5 кг	штук	8
219.	Диск массой 1,75 кг	штук	12
220.	Диск массой 2,0 кг	штук	10

221.	Диски обрезиненные (от 0,5 до 2 кг)	комплект	2
222.	Доска информационная	штук	2
223.	Колокол сигнальный	штук	1
224.	Конус высотой 15 см	штук	10
225.	Конус высотой 30 см	штук	20
226.	Конь гимнастический	штук	1
227.	Копье массой 400 г	штук	15
228.	Копье массой 500 г	штук	15
229.	Копье массой 600 г	штук	20
230.	Копье массой 700 г	штук	20
231.	Копье массой 800 г	штук	20
232.	Круг для места метания диска	штук	1
233.	Круг для места толкания ядра	штук	1
234.	Мат гимнастический	штук	10
235.	Мяч для метания 140 г	штук	10
236.	Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 6 кг)	комплект	8
237.	Ограждение для метания диска	штук	1
238.	Палочка эстафетная	штук	10
239.	Патрон для стартового пистолета	штук	1000
240.	Пистолет стартовый	штук	2
241.	Помост тяжелоатлетический (2,8х2,8 м)	штук	1
242.	Рулетка (10 м)	штук	3
243.	Рулетка (100 м)	штук	2
244.	Рулетка (20 м)	штук	3
245.	Рулетка (50 м)	штук	2
246.	Секундомер	штук	10
247.	Сетка для ограждения места тренировки метаний в помещении	штук	1
248.	Скамья гимнастическая	штук	20
249.	Скамья для жима штанги лежа	штук	4
250.	Стартовые колодки	пар	10
251.	Стенка гимнастическая	штук	2
252.	Стойка для приседания со штангой	штук	1
253.	Указатель направления ветра	штук	4
254.	Штанга тяжелоатлетическая с набором дисков	комплект	5
255.	Электромегафон	штук	1
256.	Ядро массой 1,0 кг	штук	5
257.	Ядро массой 2,0 кг	штук	8
258.	Ядро массой 3,0 кг	штук	10
259.	Ядро массой 4,0 кг	штук	10
260.	Ядро массой 5,0 кг	штук	6
261.	Ядро массой 6,0 кг	штук	6
262.	Ядро массой 7,26 кг	штук	12
Для спортивной дисциплины «лыжные гонки»			
263.	Амортизатор резиновый	штук	11
264.	Биатлонная установка	комплект	2
265.	Бревно гимнастическое	штук	1
266.	Брусья гимнастические	штук	1
267.	Весы медицинские	штук	2
268.	Гантели массивные (от 0,5 до 5 кг)	комплект	2

269.	Гантели переменной массы (от 3 до 12 кг)	комплект	5
270.	Доска информационная	штук	2
271.	Жилет с отягощением	штук	11
272.	Зеркало настенное (0,6х2 м)	штук	4
273.	Измеритель скорости ветра	штук	2
274.	Конь гимнастический	штук	1
275.	Крепления лыжные для классического хода	пар	11
276.	Крепления лыжные для конькового хода	пар	11
277.	Кушетка массажная	штук	2
278.	Лыжероллеры для классического хода	пар	11
279.	Лыжероллеры для конькового хода	пар	11
280.	Лыжи гоночные	пар	11
281.	Лыжные палки для классического хода и конькового хода	пар	22
282.	Мат гимнастический	штук	6
283.	Мостик гимнастический	штук	1
284.	Мяч баскетбольный	штук	1
285.	Мяч волейбольный	штук	1
286.	Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 5 кг)	комплект	3
287.	Мяч теннисный	штук	16
288.	Мяч футбольный	штук	1
289.	Палка гимнастическая	штук	11
290.	Перекладина гимнастическая	штук	1
291.	Пояс утяжелительный	штук	11
292.	Рулетка металлическая	штук	1
293.	Секундомер	штук	4
294.	Скамейка гимнастическая	штук	6
295.	Снегоход	штук	1
296.	Стенка гимнастическая	штук	6
297.	Стол для подготовки лыж	комплект	2
298.	Термометр наружный	штук	4
299.	Флажки для разметки лыжных трасс	комплект	1
300.	Электромегафон	штук	2
301.	Эспандер лыжника	штук	11
	Для спортивной дисциплины «настольный теннис»		
302.	Гантели переменной массы (от 1,5 до 10 кг)	комплект	3
303.	Мяч для настольного тенниса	штук	300
304.	Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 5 кг)	комплект	7
305.	Перекладина гимнастическая	штук	1
306.	Ракетка для настольного тенниса	штук	12
307.	Свисток судейский	штук	4
308.	Секундомер	штук	1
309.	Скамья гимнастическая	штук	3
310.	Стенка гимнастическая	штук	3
311.	Теннисный стол	комплект	4
312.	Штанга тяжелоатлетическая тренировочная	штук	2
313.	Эспандер резиновые удлиненные	штук	12
314.	Эспандер ручной двойного действия	штук	12
	Для спортивной дисциплины «пауэрлифтинг»		
315.	Брусья навесные на гимнастическую стенку	штук	1
316.	Весы (до 200 кг)	штук	1

317.	Гантели переменной массы (от 3 до 60 кг)	комплект	30
318.	Гири спортивные (8, 16, 24, 32 кг)	комплект	2
319.	Зеркало (0,6х2 м)	штук	2
320.	Магнезница	штук	1
321.	Плинты (подставки 5, 10, 15 см)	пар	3
322.	Помост для пауэрлифтинга	комплект	2
323.	Секундомер	штук	2
324.	Скамья гимнастическая	штук	1
325.	Скамья для жима лежа	штук	2
326.	Стенка гимнастическая	штук	1
327.	Стойка под гантели	штук	2
328.	Стойка под диски и грифы	штук	4
329.	Стойка для приседания со штангой	штук	2
330.	Турник навесной на гимнастическую стенку	штук	1
331.	Штанга для пауэрлифтинга с набором дисков (350 кг)	комплект	3
	Для спортивной дисциплины «плавание»		
332.	Весы медицинские	штук	2
333.	Гантели массивные (от 1 до 8 кг)	комплект	3
334.	Доска для плавания	штук	4
335.	Доска информационная	штук	2
336.	Кушетка массажная	штук	1
337.	Ласты тренировочные для плавания	комплект	8
338.	Лопатки для плавания (большие, средние, кистевые)	пар	20
339.	Мат гимнастический	штук	6
340.	Мяч ватерпольный	штук	5
341.	Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 5 кг)	штук	2
342.	Перекладина гимнастическая	штук	1
343.	Плавательный тренажер для тренировки в зале	штук	4
344.	Поплавки-вставки для ног «колобашка»	штук	9
345.	Пояс пластиковый для плавания с сопротивлением	штук	9
346.	Секундомер	штук	4
347.	Секундомер настенный четырехстрелочный для бассейна	штук	1
348.	Скамья гимнастическая	штук	6
349.	Средства спасения (круг, шест, фал, поплавки)	комплект	1
350.	Стенка гимнастическая	штук	4
351.	Термометр для воды	штук	2
352.	Штанга тяжелоатлетическая с набором дисков	комплект	1
353.	Эспандер для занятий в воде	штук	18
354.	Эспандер для занятий на суше	комплект	9
	Для спортивной дисциплины «самбо»		
355.	Весы до 150 кг	штук	1
356.	Видеокамера	штук	1
357.	Гантели переменной массы (от 1,5 до 10 кг)	комплект	3
358.	Гири спортивные (16, 24 и 32 кг)	комплект	2
359.	Гонг боксерский	штук	1
360.	Доска информационная	штук	1
361.	Зеркало (2х3 м)	штук	2
362.	Канат для лазания	штук	1
363.	Канат для перетягивания	штук	1
364.	Ковер для самбо	штук	1

365.	Кушетка массажная	штук	1
366.	Манекен тренировочный для борьбы (разного веса)	штук	10
367.	Мат гимнастический	комплект	2
368.	Мяч баскетбольный	штук	2
369.	Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 5 кг)	штук	7
370.	Мяч футбольный	штук	2
371.	Насос универсальный (для накачивания мячей)	штук	1
372.	Перекладина гимнастическая	штук	1
373.	Пояс ручной для страховки	штук	2
374.	Секундомер	штук	4
375.	Скамья гимнастическая	штук	3
376.	Стенка гимнастическая	штук	6
377.	Табло информационное электронное	комплект	1
378.	Штанга тяжелоатлетическая	штук	1
379.	Эспандер резиновый	штук	10
Для спортивной дисциплины «спортивный туризм»			
380.	Веревка вспомогательная («репшнур» (50 м)	штук	5
381.	Веревка для блокирования системы (60 м)	штук	1
382.	Веревка основная (1000 м)	штук	1
383.	Веревка с флажками для разметки трасс (50 м)	штук	4
384.	Зажимы для подъема по веревке типа «Жумар»	штук	12
385.	Закладные элементы для альпинизма	комплект	2
386.	Карабин альпинистский	штук	60
387.	Карабин без муфты	штук	24
388.	Карта топографическая (герметизированная) ближайшей местности (масштаб от 1:10000 до 1:50000)	штук	12
389.	Коврик туристический (180х60х12 мм)	штук	12
390.	Компас жидкостный	штук	12
391.	Котел туристский с чехлом (объем от 5 до 8 л)	штук	4
392.	Мат гимнастический	штук	5
393.	Мешок спальный	штук	12
394.	Мультитопливная горелка	штук	4
395.	Палатка трехместная	штук	4
396.	Приемник спутниковой системы навигации	штук	2
397.	Рулетка (50 м)	штук	1
398.	Секундомер электронный	штук	2
399.	Средство радиосвязи (с дальностью работы до 5 км)	штук	4
400.	Стенка – скалодром	штук	1
401.	Страховочная система	штук	12
402.	Тент (4х4 м)	штук	2
403.	Топор	штук	4
404.	Трек для навесной переправы	штук	12
405.	Устройство для спуска по веревке («восьмерка»)	штук	12
406.	Электромегафон	штук	1
Для спортивной дисциплины «триатлон»			
407.	Автомобиль сопровождения (легковой, универсал)	штук	1
408.	Велостанок универсальный	штук	7
409.	Вело-тандем шоссейный	штук	7
410.	Втулки (переднего и заднего колеса)	комплект	10
411.	Гантели переменной массы (от 0,5 до 5,0 кг)	комплект	2

412.	Дрель электрическая	штук	1
413.	Инструменты для ремонта велосипеда	комплект	1
414.	Камера для велосипеда	штук	30
415.	Капсула каретки	штук	14
416.	Кассета	штук	7
417.	Колеса (переднее и заднее)	комплект	7
418.	Ласты	комплект	14
419.	Лопатки для плавания	пар	14
420.	Мат гимнастический	штук	2
421.	Микроавтобус для перевозки велосипедов и снаряжения	штук	1
422.	Мяч набивной (медицинбол)	штук	3
423.	Насос для подкачки велопокрышек	штук	1
424.	Педали	пар	14
425.	Переключатель задний	штук	7
426.	Переключатель передний	штук	7
427.	Переносная стойка для ремонта велосипедов	штук	1
428.	Плавательная доска	штук	14
429.	Плавательный тренажер для тренировки в зале	штук	2
430.	Покрышка для велосипеда	штук	14
431.	Рубашка и трос переключения	комплект	30
432.	Рубашка и трос тормозной	комплект	30
433.	Руль и вынос	штук	10
434.	Ручка переключения («шифтер»)	комплект	7
435.	Седло и подседельный штырь	штук	10
436.	Секундомер	штук	1
437.	Скамья гимнастическая	штук	2
438.	Спица	штук	30
439.	Средства обслуживания велосипеда (смазка, спрей, щетка)	комплект	4
440.	Станок для правки колес и спицной ключ	комплект	1
441.	Стенка гимнастическая	штук	2
442.	Тормозные колодки	комплект	30
443.	Цепь	штук	20
444.	Чашки рулевые	комплект	7
445.	Шатуны	комплект	10
446.	Шестеренка передняя	штук	14
447.	Штанга спортивная	комплект	1
448.	Штанга тяжелоатлетическая	штук	2
449.	Эксцентрики	комплект	30
450.	Эспандер для плавания	штук	7
451.	Эспандер ручной двойного действия	штук	7
	Для спортивной дисциплины «торбол»		
452.	Ворота торбольные	комплект	1
453.	Гантели переменной массы (от 1,5 до 6 кг)	комплект	3
454.	Кушетка массажная	штук	1
455.	Мат гимнастический	штук	5
456.	Мяч баскетбольный	штук	1
457.	Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 5 кг)	штук	8
458.	Мяч торбольный	штук	8
459.	Мяч футбольный	штук	1
460.	Насос универсальный (для накачивания мячей)	штук	1

461.	Помост тяжелоатлетический разборный малый (2,8х2,8 м)	штук	1
462.	Скамейка гимнастическая	штук	5
463.	Скотч разметочный	штук	20
464.	Тренажер кистевой фрикционный	штук	8
465.	Штанга тяжелоатлетическая с набором дисков	комплект	1
Для спортивной дисциплины «футбол» (класс «В1»)			
466.	Борта мини-футбольные (40 м)	комплект	1
467.	Ворота (2,14х3,66 м)	комплект	2
468.	Гантели переменной массы (от 1,5 до 6 кг)	комплект	3
469.	Мягкая защита на вертикальные штанги футбольных ворот (2,14 м)	пар	2
470.	Игла для накачивания мячей	штук	10
471.	Манишка футбольная (двух цветов)	штук	20
472.	Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 5 кг)	штук	10
473.	Мяч мини-футбольный озвученный	штук	10
474.	Насос универсальный (для накачивания мячей)	штук	3
475.	Свисток судейский	штук	4
476.	Секундомер	штук	4
477.	Сетка для ворот	комплект	2
478.	Сетка для переноски мячей	штук	2
479.	Скамья гимнастическая	штук	5
480.	Скотч разметочный	штук	20
481.	Штанга тяжелоатлетическая с набором дисков разного веса	комплект	1
482.	Эспандер резиновый удлиненный	штук	10
Для спортивной дисциплины «футбол» (класс «В2», «В3»)			
483.	Ворота (2х3 м)	комплект	2
484.	Гантели переменной массы (от 1,5 до 6 кг)	комплект	3
485.	Игла для накачивания мячей	штук	20
486.	Мягкая защита на вертикальные штанги футбольных ворот (2,14 м)	пар	2
487.	Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 5 кг)	штук	10
488.	Мяч мини-футбольный	штук	30
489.	Насос универсальный (для накачивания мячей)	штук	3
490.	Свисток судейский	штук	4
491.	Секундомер	штук	4
492.	Сетка для ворот	комплект	2
493.	Сетка для переноски мячей	штук	2
494.	Скамья гимнастическая	штук	5
495.	Скотч разметочный	штук	20
496.	Эспандер резиновый удлиненный	штук	10
Для спортивной дисциплины «шахматы»			
497.	Демонстрационная доска с комплектом демонстрационных фигур	комплект	2
498.	Доска шахматная с шахматными фигурами	комплект	14
499.	Интерактивный комплект (мультимедийный проектор, экран, специальное программное обеспечение для вида спорта «шахматы»)	комплект	1
500.	Мат гимнастический	штук	2
501.	Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 5 кг)	комплект	3
502.	Секундомер	штук	2

503.	Стол шахматный	штук	7
504.	Стул	штук	14
505.	Турник навесной для стенки гимнастической	штук	1
506.	Часы шахматные	штук	7
Для спортивной дисциплины «шашки»			
507.	Демонстрационная доска с комплектом демонстрационных фигур	комплект	1
508.	Интерактивный комплект (мультимедийный проектор, экран, специальное программное обеспечение, ноутбук)	комплект	1
509.	Мат гимнастический	штук	1
510.	Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 5 кг)	комплект	2
511.	Секундомер	штук	1
512.	Стол	штук	7
513.	Стул	штук	14
514.	Турник навесной для гимнастической стенки	штук	1
515.	Часы шахматные	штук	7
516.	Шашечная доска складная с набором шашек	комплект	7

Таблица № 2

Спортивный инвентарь, передаваемый в индивидуальное пользование											
№ п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки							
				Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства		Этап высшего спортивного мастерства	
				количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)
Для спортивных дисциплин «биатлон», «лыжные гонки»											
1.	Биатлонная установка	комплект	на обучающегося	-	-	1	3	1	3	1	3
2.	Крепления лыжные для классического хода	пар	на обучающегося	-	-	3	1	4	1	5	1
3.	Крепления лыжные для конькового хода	пар	на обучающегося	-	-	3	1	4	1	5	1
4.	Лыжи гоночные	пар	на обучающегося	-	-	3	1	4	1	5	1
5.	Лыжные палки для классического хода и конькового хода	пар	на обучающегося	-	-	4	1	6	1	6	1
Для спортивной дисциплины «велоспорт-тандем»											
6.	Велотандем шоссейный	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	1	1
7.	Велотандем горный	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	1	1
8.	Велосипед шоссейный	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	1	1

9.	Запасные колеса для шоссейного велосипеда	комплект	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	2
10.	Запасные колеса для горного велосипеда	комплект	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	2
11.	Велостанок роллерный	штук	на обучающегося	-	-	1	3	1	2	1	2
12.	Велостанок под заднее колесо	штук	на обучающегося	-	-	1	3	1	2	1	2
13.	Покрышка для велосипеда	штук	на обучающегося	-	-	3	1	4	1	8	1
14.	Камера для велосипеда	штук	на обучающегося	-	-	3	1	4	1	8	1
15.	Грязевые щитки	комплект	на обучающегося	-	-	2	2	2	2	2	1
16.	Чехол для велосипеда	штук	на обучающегося	-	-	1	2	2	2	2	2
17.	Чехол для запасных колес	комплект	на обучающегося	-	-	2	2	2	2	4	2
18.	Контактные педали для шоссейного велосипеда	пар	на обучающегося	-	-	1	2	2	2	2	2
19.	Контактные педали для горного велосипеда	пар	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	2
20.	Велокомпьютер	комплект	на обучающегося	-	-	1	2	2	2	4	2
21.	Велобачек	штук	на обучающегося	-	-	2	1	4	1	8	1
22.	Держатель велобачка	комплект	на обучающегося	-	-	2	1	4	1	6	1
Для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт»											
23.	Крепления горнолыжные	комплект	на обучающегося	-	-	2	3	4	3	6	3
24.	Лыжи горные	пар	на обучающегося	-	-	2	2	4	1	6	1
25.	Палки горнолыжные	пар	на обучающегося	-	-	1	2	2	1	1	1
Для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции», «легкая атлетика - метания», «легкая атлетика - прыжки»											
26.	Диск	штук	на обучающегося	-	-	1	3	1	2	1	1
27.	Копье	штук	на обучающегося	-	-	1	2	2	1	2	1
28.	Ядро	штук	на обучающегося	-	-	1	3	1	2	1	1
Для спортивной дисциплины «пулевая стрельба»											
29.	Спортивная пневматическая винтовка (калибр 4,5 мм)	штук	на обучающегося	-	-	1	100000 выстре-лов	1,5	80000 выстре-лов	2	60000 выстре-лов

30.	Спортивный пневматический пистолет (калибр 4,5 мм)	штук	на обучающегося	-	-	1	100000 выстре-лов	1,5	80000 выстре-лов	2	60000 выстре-лов
31.	Пневматическая пулька (калибр 4,5 мм)	штук	на обучающегося	-	-	12000	-	16000	-	200 00	-
32.	Мишень	штук	на обучающегося	-	-	2400	-	3200	-	400 0	-
33.	Футляр для перевозки оружия	штук	на обучающегося	-	-	1	6	1	4	1	2
34.	Футляр для перевозки патронов	штук	на обучающегося	-	-	1	6	1	4	1	2
Для спортивной дисциплины «триатлон»											
35.	Велотандем шоссейный	штук	на обучающегося	-	-	1	3	1	3	1	2
36.	Запасные колеса шоссейные	комплект	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	1
37.	Велостанок универсальный	штук	на обучающегося	-	-	1	3	1	2	1	2
38.	Покрышка для велосипеда	штук	на обучающегося	-	-	4	1	6	1	8	1
39.	Камера для велосипеда	штук	на обучающегося	-	-	6	1	8	1	10	1
40.	Контактные педали шоссейные	пар	на обучающегося	-	-	1	2	2	2	2	2
Для спортивной дисциплины «шахматы»											
41.	Шахматная доска складная с шахматными фигурами	комплект	на обучающегося	-	-	-	-	1	3	1	3
Для спортивной дисциплины «шашки»											
42.	Шашечная доска складная с набором шашек	комплект	на обучающегося	-	-	-	-	1	3	1	3

Приложение № 12
к федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «спорт слепых», утвержденному приказом Минспорта России
от «30» ноября 2022 г. № 1100

Обеспечение спортивной экипировкой

Таблица № 1

№ п/п	Наименование спортивной экипировки	Единица измерения	Количество изделий
Для спортивных дисциплин «биатлон», «лыжные гонки»			
1.	Ботинки лыжные для классического хода	пар	8
2.	Ботинки лыжные для конькового хода	пар	8
3.	Чехол для лыж	штук	8
4.	Нагрудный номер	штук	100
5.	Очки солнцезащитные	штук	8
6.	Очки горнолыжные	штук	4
7.	Шлем защитный	штук	14
Для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт»			
8.	Ботинки горнолыжные	пар	9
9.	Защита горнолыжная	комплект	9
10.	Очки защитные	штук	9
11.	Чехол для лыж	штук	9
12.	Шлем	штук	9
13.	Фильтры для очков горнолыжных	комплект	9
Для спортивной дисциплины «настольный теннис»			
14.	Очки защитные	штук	12
15.	Перчатки защитные	пар	12
Для спортивной дисциплины «пауэрлифтинг»			
16.	Футболка	штук	10
17.	Пояс для пауэрлифтинга с карабином	штук	10
18.	Гетры для тяги	пар	10
19.	Кистевые бинты	пар	10
20.	Наколенник (фиксатор коленных суставов)	пар	10
21.	Налокотник (фиксатор локтевых суставов)	пар	10
22.	Туфли тяжелоатлетические («штангетки»)	пар	10
23.	Обувь для тяги	пар	10
Для спортивной дисциплины «пулевая стрельба»			
24.	Наушники-антифоны	пар	16
25.	Футляр для перевозки оружия	штук	16
26.	Оправа стрелковая (монокль)	штук	16
Для спортивной дисциплины «самбо»			
27.	Пояса для самбо (красного и синего цвета)	комплект	20

Для спортивной дисциплины «спортивный туризм»			
28.	Баул для транспортировки веревок	штук	2
29.	Рюкзак (объем от 80 до 120 л)	штук	12
Для спортивной дисциплины «триатлон»			
30.	Велосипедные туфли шоссейные	пар	12
31.	Велосипедный шлем	штук	12
32.	Гидрокостюм	штук	12
33.	Кепка	штук	12
34.	Кроссовки	пар	12
35.	Купальник (для женщин)	штук	12
36.	Очки для плавания	штук	12
37.	Плавки (для мужчин)	штук	12
38.	Стартовый костюм	штук	12
39.	Тренировочный костюм	штук	12
40.	Футболка	штук	12
41.	Чехол для велосипеда	штук	7
42.	Чехол для запасных колес	комплект	7
43.	Шапочка для плавания	штук	12
44.	Шорты	штук	12
Для спортивной дисциплины «футбол»			
45.	Манишка футбольная	штук	20

Таблица № 2

Спортивная экипировка, передаваемая в индивидуальное пользование											
№ п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки							
				Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства		Этап высшего спортивного мастерства	
				количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)
Для спортивной дисциплины «армрестлинг»											
1.	Костюм ветрозащитный	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
2.	Костюм тренировочный	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
3.	Кроссовки для зала	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
4.	Кроссовки легкоатлетические	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
5.	Рукав	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
6.	Спортивные брюки	штук	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	2	1
7.	Футболка	штук	на обучающегося	-	-	2	1	3	1	3	1
Для спортивной дисциплины «борьба»											
8.	Костюм ветрозащитный	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
9.	Костюм разминочный	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
10.	Кроссовки для зала	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
11.	Кроссовки легкоатлетические	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
12.	Наколенник (фиксатор коленных суставов)	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1

13.	Налокотник (фиксатор локтевых суставов)	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
14.	Обувь для борьбы («борцовки»)	пар	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	2	1
15.	Трико для борьбы	штук	на обучающегося	-		1	1	2	1	2	1
Для спортивной дисциплины «боулинг»											
16.	Бейсболка	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	2
17.	Костюм спортивный	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	2
18.	Кроссовки	пар	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	2
19.	Футболка	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	2
20.	Шорты спортивные	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	2
Для спортивной дисциплины «велоспорт-тандем»											
21.	Бахилы	пар	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	4	1
22.	Велосипедные гамаши короткие	пар	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	2	1
23.	Велосипедные гамаши легкие	пар	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	2	1
24.	Велосипедные гамаши теплые	пар	на обучающегося	-	-	1	2	2	1	2	1
25.	Велокомбинезон	штук	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	2	1
26.	Велосипедная майка	штук	на обучающегося	-	-	3	1	5	1	8	1
27.	Велосипедная майка с длинным рукавом	штук	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	3	1
28.	Велосипедные перчатки летние	пар	на обучающегося	-	-	2	1	3	1	6	1
29.	Велосипедные перчатки теплые	пар	на обучающегося	-	-	1	2	2	2	2	1
30.	Велосипедные трусы	штук	на обучающегося	-	-	3	1	5	1	8	1
31.	Велосипедные туфли для горного велосипеда	пар	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	2	1
32.	Велосипедные туфли трековые	пар	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	2	1

33.	Велосипедные туфли шоссейные	пар	на обучающегося	-	-	1	2	2	2	2	2
34.	Велосипедная шапка летняя	штук	на обучающегося	-	-	2	1	3	1	6	1
35.	Велосипедная шапка теплая	штук	на обучающегося	-	-	1	2	2	2	2	1
36.	Ветровка-дождевик	штук	на обучающегося	-	-	1	2	2	2	2	1
37.	Жилет велосипедный	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	2	1
38.	Костюм ветрозащитный	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	1	1
39.	Костюм спортивный парадный	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
40.	Кроссовки легкоатлетические	пар	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	1	1
41.	Носки велосипедные	пар	на обучающегося	-	-	-	-	6	1	12	1
42.	Разминочные рукава	пар	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	2	1
43.	Разминочные чулки	пар	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	2	1
44.	Термобелье	комплект	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	2	1
45.	Велошлем	штук	на обучающегося	-	-	1	2	2	2	2	2
46.	Очки защитные	штук	на обучающегося	-	-	1	2	2	2	2	2
Для спортивной дисциплины «голбол»											
47.	Велоперчатки летние	пар	на обучающегося	-	-	2	1	2	1	2	1
48.	Гоночные брюки (для женщин)	штук	на обучающегося	-		1	2	1	2	1	1
49.	Игровая форма (футболка и шорты)	комплект	на обучающегося	-	-	1	2	2	1	2	1
50.	Костюм ветрозащитный	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
51.	Костюм парадный	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
52.	Костюм тренировочный утепленный	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
53.	Кроссовки	пар	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	1	1
54.	Кроссовки утепленные	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
55.	Наколенники для единоборств	пар	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	1
56.	Очки голбольные	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	2	1

57.	Протектор на грудь (для женщин)	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	1
58.	Протектор-бандаж для паха	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	1
59.	Спортивная сумка	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
60.	Спортивный рюкзак	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
61.	Футболка парадная	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
62.	Щитки на голень	пар	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	1	1
63.	Щитки на предплечье и локоть	пар	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	1	1
Для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт»											
64.	Ботинки горнолыжные	пар	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	1	3
65.	Защита горнолыжная	комплект	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	2	1
66.	Защита для спины	комплект	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	2	1
67.	Комбинезон горнолыжный	штук	на обучающегося	-	-	1	2	2	1	2	1
68.	Костюм спортивный ветрозащитный	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	1	1
69.	Костюм тренировочный	штук	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	2	1
70.	Кроссовки легкоатлетические	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
71.	Куртка горнолыжная	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	1	1
72.	Лыжи горные	пар	на обучающегося	-	-	3	2	6	1	6	1
73.	Носки горнолыжные	пар	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	12	1
74.	Очки защитные	штук	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	2	1
75.	Палки горнолыжные	пар	на обучающегося	-	-	2	2	2	1	2	1
76.	Перчатки горнолыжные	пар	на обучающегося	-	-	1	2	2	1	2	1
77.	Плащ горнолыжный	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	1	1
78.	Термобелье спортивное	комплект	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	2	1
79.	Чехол для лыж	штук	на обучающегося	-	-	1	2	3	2	1	2
80.	Шлем	штук	на обучающегося	-	-	1	2	2	1	1	3
81.	Шорты горнолыжные	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	1	1
Для спортивной дисциплины «дзюдо»											
82.	Кимоно для дзюдо белое («дзюдога», куртка и брюки)	комплект	на обучающегося	1	2	1	2	2	1	2	1

83.	Кимоно для дзюдо синее («дзюдога», куртка и брюки)	комплект	на обучающегося	1	2	1	2	2	1	2	1
84.	Компрессионное спортивное белье	комплект	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	1	1
85.	Костюм ветрозащитный	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	1
86.	Костюм тренировочный спортивный	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
87.	Костюм тренировочный спортивный утепленный	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
88.	Костюм-сауна	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	1	1
89.	Кроссовки для зала	пар	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	2	1
90.	Кроссовки легкоатлетические	пар	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	1	1
91.	Наколенник (фиксатор коленных суставов)	пар	на обучающегося	1	1	2	1	2	1	2	1
92.	Налокотник (фиксатор локтевых суставов)	пар	на обучающегося	1	1	2	1	2	1	2	1
93.	Пояс для дзюдо	штук	на обучающегося	-	-	1	2	4	1	4	1
94.	Фиксатор для голеностопа	пар	на обучающегося	1	1	2	1	2	1	2	1
95.	Футболка белого цвета (для женщин)	штук	на обучающегося	-	-	2	1	3	1	3	1
96.	Футболка спортивная	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
97.	Шапка спортивная	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	1	1
Для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции», «легкая атлетика - метания», «легкая атлетика - прыжки»											
98.	Костюм ветрозащитный	штук	на обучающегося	1	1	1	2	1	2	1	1
99.	Кроссовки легкоатлетические	пар	на обучающегося	1	1	2	1	2	1	3	1
100.	Леггинсы (лосины) короткие и длинные	штук	на обучающегося	1	1	1	1	2	1	2	1
101.	Майка легкоатлетическая	штук	на обучающегося	1	1	1	1	2	1	2	1
102.	Носки	пар	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	2	1
103.	Обувь для метания диска	пар	на обучающегося	-	-	2	1	2	1	3	1

104.	Трусы легкоатлетические	штук	на обучающегося	1	1	1	1	2	1	2	1
105.	Шиповки для бега на короткие дистанции	пар	на обучающегося	1	1	2	1	2	1	3	1
106.	Шиповки для бега на средние и длинные дистанции	пар	на обучающегося	1	1	2	1	2	1	3	1
107.	Шиповки для прыжков в длину	пар	на обучающегося	-	-	2	1	2	1	3	1
Для спортивных дисциплин «биатлон», «лыжные гонки»											
108.	Ботинки лыжные для классического хода	пар	на обучающегося	-	-	2	1	2	1	2	1
109.	Ботинки лыжные для конькового хода	пар	на обучающегося	-	-	2	1	2	1	2	1
110.	Комбинезон для лыжных гонок	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	2	2
111.	Костюм ветрозащитный	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	2
112.	Кроссовки для зала	пар	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	2	1
113.	Кроссовки легкоатлетические	пар	на обучающегося	-	-	2	1	2	1	2	1
114.	Очки солнцезащитные	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
115.	Перчатки лыжные	пар	на обучающегося	-	-	1	2	2	1	3	1
116.	Термобелье спортивное	комплект	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	2	1
117.	Чехол для лыж	штук	на обучающегося	-	-	1	3	1	2	2	2
118.	Шапка гоночная	штук	на обучающегося	-	-	1	3	1	3	2	3
Для спортивной дисциплины «настольный теннис»											
119.	Костюм спортивный тренировочный зимний	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
120.	Костюм спортивный тренировочный летний	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
121.	Кроссовки для спортивного зала	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	2	1
122.	Спортивные брюки	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	2	1
123.	Фиксатор для голеностопа	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	2	1

124.	Фиксатор коленных суставов	пар	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	2	1
125.	Фиксатор локтевых суставов	пар	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	2	1
126.	Футболка	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	2	1
127.	Шорты	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	2	1
Для спортивной дисциплины «пауэрлифтинг»											
128.	Бинты для пауэрлифтинга на кисти рук	пар	на обучающегося	1	1	1	1	2	1	2	1
129.	Гетры для тяги	пар	на обучающегося	1	2	1	2	1	2	1	2
130.	Костюм спортивный парадный	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
131.	Костюм тренировочный	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
132.	Кроссовки легкоатлетические	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
133.	Наколенник (фиксатор коленных суставов)	пар	на обучающегося	1	1	1	1	1	1	1	1
134.	Обувь для становой тяги	пар	на обучающегося	1	1	1	1	1	1	1	1
135.	Пояс для пауэрлифтинга	штук	на обучающегося	1	2	1	2	1	2	1	2
136.	Трико тяжелоатлетическое	штук	на обучающегося	1	1	1	1	1	1	1	1
137.	Туфли тяжелоатлетические («штангетки»)	пар	на обучающегося	1	1	1	1	1	1	1	1
Для спортивной дисциплины «плавание»											
138.	Беруши	пар	на обучающегося	-	-	2	1	4	1	6	1
139.	Гидрошорты для плавания (мужчины)	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	2	1
140.	Костюм (комбинезон) для плавания	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	2	1
141.	Кроссовки	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
142.	Купальник (женский)	штук	на обучающегося	-	-	2	1	2	1	2	1
143.	Обувь для бассейна	пар	на обучающегося	1	1	1	1	2	1	2	1
144.	Очки для плавания	штук	на обучающегося	2	1	2	1	2	1	2	1
145.	Плавки (мужские)	штук	на обучающегося	-	-	2	1	2	1	2	1
146.	Полотенце	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
147.	Халат	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	1	1

148.	Шапочка для плавания	штук	на обучающегося	2	1	2	1	3	1	3	1
Для спортивной дисциплины «пулевая стрельба»											
149.	Ботинки стрелковые	пар	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	2
150.	Брюки стрелковые (винтовочные)	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	1
151.	Куртка стрелковая	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	1
152.	Наушники-антифоны	штук	на обучающегося	-	-	1	3	1	2	1	2
153.	Оправа стрелковая (монокль)	штук	на обучающегося	-	-	3	4	3	4	3	4
154.	Перчатки стрелковые	пар	на обучающегося	-	-	1	3	1	2	1	2
155.	Футляр для перевозки оружия	штук	на обучающегося	-	-	1	6	1	4	1	2
Для спортивной дисциплины «самбо»											
156.	Куртка для самбо с поясом (красная и синяя)	комплект	на обучающегося	1	1	2	0,5	2	0,5	2	0,5
157.	Фиксатор для голеностопа	пар	на обучающегося	-	-	2	1	2	1	2	1
158.	Наколенник (фиксатор коленных суставов)	пар	на обучающегося	-	-	2	1	2	1	2	1
159.	Налокотники (фиксаторы локтевых суставов)	пар	на обучающегося	-	-	2	1	2	1	2	1
160.	Протектор-бандаж для паха	штук	на обучающегося	1	1	1	1	2	0,5	2	0,5
161.	Обувь для самбо	пар	на обучающегося	1	1	2	0,5	2	0,5	2	0,5
162.	Трико белого цвета	штук	на обучающегося	-	-	2	1	3	1	3	1
163.	Футболка белого цвета (для женщин)	штук	на обучающегося	-	-	2	0,5	3	0,20	4	0,25
164.	Шлем для самбо (красный и синий), закрывающий обзор зрения	комплект	на обучающегося	1	1	1	1	2	0,5	2	0,5
165.	Шорты для самбо (красные и синие)	комплект	на обучающегося	1	1	2	0,5	2	0,5	3	0,20
Для спортивной дисциплины «спортивный туризм»											
166.	Костюм ветрозащитный спортивный	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1

167.	Костюм тренировочный спортивный	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
168.	Костюм тренировочный спортивный утепленный	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
169.	Кроссовки легкоатлетические	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
170.	Перчатки (рукавицы) защитные	пар	на обучающегося	-	-	4	1	4	1	4	1
171.	Перчатки защитные	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
172.	Средство индивидуальной защиты головы	штук	на обучающегося	1	3	1	3	1	3	1	3
173.	Термобелье	комплект	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	2
174.	Футболка	штук	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	2	1
175.	Шапка спортивная	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	2
Для спортивной дисциплины «триатлон»											
176.	Велосипедная форма	комплект	на обучающегося	-	-	1	2	2	2	2	2
177.	Велосипедные туфли шоссейные	пар	на обучающегося	-	-	1	2	2	1	2	1
178.	Велосипедный шлем	штук	на обучающегося	-	-	1	2	2	2	2	2
179.	Гидрокостюм	штук	на обучающегося	-	-	1	2	2	2	2	2
180.	Кепка	штук	на обучающегося	-	-	1	2	2	1	2	1
181.	Костюм спортивный тренировочный	штук	на обучающегося	-	-	1	2	2	1	2	1
182.	Кроссовки	пар	на обучающегося	-	-	1	2	2	1	2	1
183.	Купальник (для женщин)	штук	на обучающегося	-	-	1	2	2	1	2	1
184.	Обувь для бассейна	пар	на обучающегося	-	-	1	2	2	1	2	1
185.	Очки для плавания	штук	на обучающегося	-	-	1	2	2	1	2	1
186.	Очки солнцезащитные	штук	на обучающегося	-	-	1	2	2	2	2	2
187.	Плавки (для мужчин)	штук	на обучающегося	-	-	1	2	2	1	2	1
188.	Стартовый костюм для триатлона	штук	на обучающегося	-	-	1	2	2	2	2	2
189.	Футболка	штук	на обучающегося	-	-	1	2	2	1	1	1
190.	Чехол для велосипеда	штук	на обучающегося	-	-	1	2	2	2	2	2

191.	Шапочка для плавания	штук	на обучающегося	-	-	1	2	2	1	2	1
192.	Шорты	штук	на обучающегося	-	-	1	2	2	1	2	1
Для спортивной дисциплины «торбол»											
193.	Гоночные брюки (для женщин)	штук	на обучающегося	1	2	1	2	1	2	1	1
194.	Протектор-бандаж для паха	штук	на обучающегося	1	2	1	2	1	2	1	1
195.	Игровая форма (футболка, шорты)	комплект	на обучающегося	1	2	1	2	2	1	2	1
196.	Кроссовки	пар	на обучающегося	1	2	1	2	1	1	1	1
197.	Наколенник для единоборств	пар	на обучающегося	1	2	1	2	1	2	1	1
198.	Очки торбольные	штук	на обучающегося	1	2	1	2	1	1	2	1
199.	Протектор на грудь (для женщин)	штук	на обучающегося	1	2	1	2	1	2	1	1
200.	Щитки на предплечье и локоть	пар	на обучающегося	1	2	1	2	1	1	1	1
Для спортивной дисциплины «футбол» (класс «В1»)											
201.	Игровая форма (футболка, шорты, гетры футбольные, перчатки)	комплект	на обучающегося	-	-	1	2	2	1	2	1
202.	Игровая форма вратаря (футболка, шорты, гетры футбольные, перчатки)	комплект	на обучающегося	-	-	1	2	2	1	2	1
203.	Капитанская повязка	штук	на группу	-	-	1	2	1	2	1	1
204.	Костюм ветрозащитный	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	1
205.	Костюм парадный	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	1
206.	Костюм тренировочный	штук	на обучающегося	1	2	1	2	1	2	1	1
207.	Кроссовки	пар	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	1	1
208.	Кроссовки парадные	пар	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	1
209.	Обувь для игры в мини-футбол	пар	на обучающегося	1	2	1	2	1	1	1	1

210.	Специальные очки, блокирующие свет, для мини-футбола (5х5, класс «В1»)	штук	на обучающегося	1	2	1	2	1	1	2	1
211.	Тренировочная форма (футболка, шорты, гетры футбольные, перчатки)	комплект	на обучающегося	1	2	1	2	2	1	2	1
212.	Футболка	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	1
213.	Щитки футбольные	пар	на обучающегося	1	2	1	2	1	1	1	1
Для спортивной дисциплины «футбол» (класс «В2», «В3»)											
214.	Игровая форма (футболка, шорты, гетры футбольные)	комплект	на обучающегося	-	-	1	2	2	1	2	1
215.	Игровая форма вратаря (футболка, шорты, гетры футбольные, перчатки)	комплект	на обучающегося	-	-	1	2	2	1	2	1
216.	Капитанская повязка	штук	на группу	-	-	1	2	1	2	1	1
217.	Костюм ветрозащитный	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	1
218.	Костюм парадный	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	1
219.	Костюм тренировочный	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	1
220.	Кроссовки	пар	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	1	1
221.	Кроссовки парадные	пар	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	1
222.	Обувь для игры в мини-футбол	пар	на обучающегося	1	2	1	2	1	1	1	1
223.	Футболка	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	1
224.	Щитки футбольные	пар	на обучающегося	1	2	1	2	1	1	1	1
Для спортивных дисциплин «шахматы», «шашки»											
225.	Костюм спортивный зимний	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	2	1	1
226.	Костюм спортивный летний	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	2	1	1
227.	Кроссовки	пар	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	1	1
228.	Кроссовки утепленные	пар	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	1	1
229.	Футболка спортивная	штук	на обучающегося	-	-	-	-	2	1	2	1
230.	Шапка спортивная	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	2	1	1
231.	Шорты спортивные	штук	на обучающегося	-	-	-	-	2	1	2	1