



МИНИСТЕРСТВО ЮСТИЦИИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ЗАРЕГИСТРИРОВАНО

Регистрационный № 71674

от 20 декабря 2022 г.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
(МИНСПОРТ РОССИИ)

ПРИКАЗ

«28» ноября 2022 г.

№ 1082

г. Москва

**Об утверждении федерального стандарта
спортивной подготовки по виду спорта «спорт лиц с интеллектуальными
нарушениями»**

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 лиц с интеллектуальными нарушениями».
2. Признать утратившим силу приказ Министерства спорта Российской Федерации от 19 января 2018 г. № 19 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «спорт лиц с интеллектуальными нарушениями» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 14 февраля 2018 г., регистрационный № 50042).
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 «28» *ноября* 2022 г. № *1082*

**Федеральный стандарт спортивной подготовки
по виду спорта «спорт лиц с интеллектуальными нарушениями»**

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 и 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 лиц с интеллектуальными нарушениями») (далее – ФССП).

1.2.2. Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки (приложение № 2 к ФССП).

1.2.3. Виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, включающие:
учебно-тренировочные занятия;
учебно-тренировочные мероприятия (приложение № 3 к ФССП);
спортивные соревнования, согласно объему соревновательной деятельности (приложение № 4 к ФССП);

иные виды (формы) обучения.

1.2.4. 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).

1.2.5. Календарный план воспитательной работы.

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

1.2.7. Планы инструкторской и судейской практики.

1.2.8. 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 лиц с интеллектуальными нарушениями» (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 лиц с интеллектуальными нарушениями» и включают:

2.1. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «спорт лиц с интеллектуальными нарушениями» (приложение № 6 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 лиц с интеллектуальными нарушениями» (приложение № 7 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 лиц с интеллектуальными нарушениями» (приложение № 8 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 лиц с интеллектуальными нарушениями» (приложение № 9 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 лиц с интеллектуальными нарушениями»

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 лиц с интеллектуальными нарушениями»;

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 виде спорта «спорт лиц с интеллектуальными нарушениями»;

формирование двигательных умений и навыков, в том числе в виде спорта «спорт лиц с интеллектуальными нарушениями»;

повышение уровня физической подготовленности и всестороннее гармоничное развитие физических качеств;

обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях для спортивной дисциплины горнолыжный спорт;

физическую реабилитацию;

социальную адаптацию и интеграцию;

укрепление и сохранение здоровья.

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

формирование устойчивого интереса к занятиям видом спорта «спорт лиц с интеллектуальными нарушениями»;

формирование разносторонней общей и специальной физической подготовленности, а также теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности, соответствующей виду спорта «спорт лиц с интеллектуальными нарушениями»;

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

физическую реабилитацию;

социальную адаптацию и интеграцию;

укрепление и сохранение здоровья.

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;

физическую реабилитацию;

социальную адаптацию и интеграцию;

сохранение здоровья.

6.4. На этапе высшего спортивного мастерства на:

повышение уровня общей и специальной физической, теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности, соответствующей виду спорта «спорт лиц с интеллектуальными нарушениями»;

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

физическую реабилитацию;

социальную адаптацию и интеграцию;

сохранение здоровья.

V. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам вида спорта «спорт лиц с интеллектуальными нарушениями»

7. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам вида спорта «спорт лиц с интеллектуальными нарушениями», содержащим в своем наименовании слова и словосочетания «академическая гребля», «академическая гребля – индор» (далее – академическая гребля), «бадминтон» (далее – бадминтон), «баскетбол» (далее – баскетбол), «баскетбол 3х3» (далее – баскетбол 3 х 3), «велоспорт-трек» (далее – велоспорт - трек), «велоспорт-шоссе» (далее – велоспорт - шоссе), «гандбол» (далее – гандбол), «горнолыжный спорт» (далее – горнолыжный спорт), «дзюдо» (далее – дзюдо), «конный спорт – выездка» (далее – выездка), «конный спорт – конкур» (далее – конкур), «конный спорт – пробеги» (далее – пробеги), «легкая атлетика - бег 60 м», «легкая атлетика - бег 100 м», «легкая атлетика - бег 200 м», «легкая атлетика - бег 400 м», «легкая атлетика - бег 60 м с барьерами», «легкая атлетика - бег 110 м с барьерами», «легкая атлетика - бег 100 м с барьерами», «легкая атлетика - бег 400 м с барьерами», «легкая атлетика - эстафета» (далее – бег на короткие дистанции), «легкая атлетика - бег 800 м», «легкая атлетика - бег 1500 м», (далее – бег на средние дистанции), «легкая атлетика - бег 3000 м», «легкая атлетика - бег 5000 м», «легкая атлетика - бег 10000 м», «легкая атлетика - бег 3000 м с препятствиями», «легкая атлетика - бег на шоссе 10 - 21,0975 км» (далее – бег на длинные дистанции), «легкая атлетика - метание» (далее – метание), «легкая атлетика - прыжок» (далее – прыжки), «легкая атлетика - толкание» (далее – толкание), «легкая атлетика – кросс 1 км», «легкая атлетика – кросс 2 км», «легкая атлетика – кросс 3 км», «легкая атлетика – кросс 4 км», «легкая атлетика – кросс 5 км», «легкая атлетика – кросс 6 км», «легкая атлетика – кросс 8 км», «легкая атлетика – кросс 10 км», «легкая атлетика – кросс 12 км», «легкая атлетика – кросс – командные соревнования» (далее – кросс), «легкая атлетика - 5-борье», «легкая атлетика - 7-борье», «легкая атлетика - 10-борье» (далее – многоборье), «легкая атлетика - ходьба» (далее – ходьба), «лыжные гонки» (далее – лыжные гонки), «настольный теннис» (далее – настольный теннис), «пауэрлифтинг» (далее – пауэрлифтинг), «плавание» (далее – плавание), «спортивная гимнастика» (далее – спортивная гимнастика), «теннис» (далее – теннис), «тхэквондо - пхумсэ» (далее – тхэквондо-пхумсэ), «мини-футбол» (далее – мини-футбол), «футбол» (далее – футбол) основаны на особенностях вида спорта «спорт лиц с интеллектуальными нарушениями» и его спортивных дисциплин. Реализация дополнительных образовательных программ спортивной подготовки проводится с учетом этапа спортивной подготовки и спортивных дисциплин вида спорта «спорт лиц с интеллектуальными нарушениями», по которым осуществляется спортивная подготовка.

8. Особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта «спорт лиц с интеллектуальными нарушениями»

учитываются организациями, реализующими дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, при формировании дополнительных образовательных программ спортивной подготовки, в том числе годового учебно-тренировочного плана.

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

10. 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 лиц с интеллектуальными нарушениями» и участия в официальных спортивных соревнованиях по виду спорта «спорт лиц с интеллектуальными нарушениями» не ниже уровня всероссийских спортивных соревнований.

11. 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 лиц с интеллектуальными нарушениями».

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

12. 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.

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

13.1. Уровень квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку, должен соответствовать требованиям, установленным 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», утвержденным 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 и несовершеннолетних лиц на спортивные мероприятия», утвержденным приказом Минтруда от 31.03.2022 № 191н (зарегистрирован Минюстом России 11.05.2022, регистрационный № 68499), 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).

13.2. 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 лиц с интеллектуальными нарушениями», а также на всех этапах спортивной подготовки привлечение иных специалистов (при условии их одновременной работы с обучающимися).

Для подготовки спортивного инвентаря и спортивной экипировки к учебно-тренировочным занятиям и спортивным соревнованиям, обслуживания техники, оборудования и спортивных сооружений, необходимых для осуществления спортивной подготовки в организациях, реализующих дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, на всех этапах спортивной подготовки допускается привлечение соответствующих специалистов.

14. 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 гребного канала для спортивной дисциплины академическая гребля;
- наличие велотрека для спортивной дисциплины велоспорт - трек;
- наличие горнолыжной трассы для спортивной дисциплины горнолыжный спорт;

наличие лыжной и лыжероллерной трассы для спортивной дисциплины лыжные гонки;

наличие игрового зала (площадки) для спортивных дисциплин: бадминтон, баскетбол, баскетбол 3x3, гандбол, мини-футбол, настольный теннис, теннис, футбол;

наличие площадки для занятий для спортивных дисциплин: выездка, конкур, пробеги;

наличие беговой дорожки для спортивных дисциплин: бег на короткие дистанции, бег на средние дистанции, бег на длинные дистанции, многоборье;

наличие места для метания и толкания, состоящего из площадки (на которой расположен круг, ограниченный кольцом) и сектора или коридора для приземления снарядов, для спортивных дисциплин: метание, толкание, многоборье;

наличие места для прыжков, состоящего из дорожки (сектора) для разбега и места (ямы) для приземления и регулируемых стоек с планкой, для спортивных дисциплин: прыжки, многоборье;

наличие плавательного бассейна для спортивной дисциплины плавание;

наличие теннисного корта для спортивной дисциплины теннис;

наличие футбольного поля для спортивной дисциплины футбол;

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 мероприятий» (зарегистрирован Минюстом России 03.12.2020, регистрационный № 61238)¹;

обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки (приложение № 10 к ФССП);

обеспечение спортивной экипировкой (приложение № 11 к ФССП);

обеспечение обучающихся проездом к месту проведения спортивных мероприятий и обратно;

обеспечение обучающихся питанием и проживанием в период проведения спортивных мероприятий;

медицинское обеспечение обучающихся, в том числе организацию систематического медицинского контроля.

15. К иным условиям реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки относится трудоемкость дополнительной образовательной программы спортивной подготовки (объемы времени на ее

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

реализацию) с обеспечением непрерывности учебно-тренировочного процесса, а также порядок и сроки формирования учебно-тренировочных групп.

15.1. 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.

15.2. 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;

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.

15.3. 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 лиц
с интеллектуальными нарушениями»,
утвержденному приказом
Минспорта России
от «28» ноября 2022 г. № 1082

**Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц,
проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам, 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 (лет)	Наполняемость (человек)	
Для спортивной дисциплины академическая гребля				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	10	До года	8
			Свыше года	7
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	12	До года	5
			Второй и третий годы	4
			Четвертый и последующие годы	3
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	16	Все периоды	1
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	17	Все периоды	1
Для спортивной дисциплины бадминтон				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	8	До года	6
			Свыше года	5
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	9	До года	5
			Второй и третий годы	4
			Четвертый и последующие годы	3
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	Все периоды	1

Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	Все периоды	1
Для спортивной дисциплины баскетбол				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	9	До года	10
			Свыше года	9
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	11	До года	8
			Второй и третий годы	7
			Четвертый и последующие годы	6
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	Все периоды	5
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	Все периоды	5
Для спортивной дисциплины баскетбол 3 x 3				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	9	До года	8
			Свыше года	7
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	11	До года	6
			Второй и третий годы	5
			Четвертый и последующие годы	4
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	Все периоды	4
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	Все периоды	3
Для спортивной дисциплины велоспорт - трек				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	9	До года	8
			Свыше года	6
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	11	До года	5
			Второй и третий годы	4
			Четвертый и последующие годы	3
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	Все периоды	2
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	Все периоды	1

Для спортивной дисциплины велоспорт - шоссе				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	9	До года	8
			Свыше года	6
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	11	До года	5
			Второй и третий годы	4
			Четвертый и последующие годы	3
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	Все периоды	1
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	Все периоды	1
Для спортивной дисциплины гандбол				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	9	До года	10
			Свыше года	9
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	11	До года	8
			Второй и третий годы	7
			Четвертый и последующие годы	6
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	Все периоды	4
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	Все периоды	2
Для спортивной дисциплины горнолыжный спорт				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	9	До года	6
			Свыше года	5
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	11	До года	5
			Второй и третий годы	4
			Четвертый и последующие годы	3
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	Все периоды	1
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	Все периоды	1
Для спортивной дисциплины дзюдо				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	9	До года	8
			Свыше года	6

Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	11	До года	5
			Второй и третий годы	4
			Четвертый и последующие годы	3
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	Все периоды	1
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	Все периоды	1
Для спортивных дисциплин выездка, конкур, пробеги				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	9	До года	4
			Свыше года	4
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	11	До года	3
			Второй и третий годы	3
			Четвертый и последующие годы	2
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	Все периоды	1
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	Все периоды	1
Для спортивных дисциплин бег на короткие дистанции, бег на средние дистанции, бег на длинные дистанции, метание, прыжок, толкание, многоборье, ходьба, кросс				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	9	До года	8
			Свыше года	6
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	11	До года	5
			Второй и третий годы	4
			Четвертый и последующие годы	3
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	Все периоды	1
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	Все периоды	1
Для спортивной дисциплины лыжные гонки				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	9	До года	7
			Свыше года	6
Учебно-	не ограничивается	11	До года	5

тренировочный этап (этап спортивной специализации)			Второй и третий годы	4
			Четвертый и последующие годы	3
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	Все периоды	1
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	Все периоды	1
Для спортивной дисциплины настольный теннис				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	7	До года	8
			Свыше года	6
Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	9	До года	5
			Второй и третий годы	4
			Четвертый и последующие годы	3
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	Все периоды	1
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	Все периоды	1
Для спортивной дисциплины пауэрлифтинг				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	10	До года	5
			Свыше года	5
Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	12	До года	4
			Второй и третий годы	4
			Четвертый и последующие годы	3
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	Все периоды	1
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	Все периоды	1
Для спортивной дисциплины плавание				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	7	До года	6
			Свыше года	5
Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	9	До года	5
			Второй и третий годы	4
			Четвертый и	3

			последующие годы	
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	11	Все периоды	1
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	13	Все периоды	1
Для спортивной дисциплины спортивная гимнастика				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	6	До года	6
			Свыше года	6
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	8	До года	5
			Второй и третий годы	4
			Четвертый и последующие годы	3
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	12	Все периоды	1
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	13	Все периоды	1
Для спортивной дисциплины теннис				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	7	До года	8
			Свыше года	6
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	9	До года	5
			Второй и третий годы	4
			Четвертый и последующие годы	3
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	Все периоды	1
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	Все периоды	1
Для спортивной дисциплины тхэквондо-пхумсэ				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	9	До года	8
			Свыше года	6
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	10	До года	5
			Второй и третий годы	4
			Четвертый и последующие годы	3
Этап	не ограничивается	13	Все периоды	1

совершенствования спортивного мастерства				
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	Все периоды	1
Для спортивной дисциплины мини-футбол				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	9	До года	10
			Свыше года	9
Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	11	До года	8
			Второй и третий годы	7
			Четвертый и последующие годы	6
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	Все периоды	4
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	Все периоды	2
Для спортивной дисциплины футбол				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	9	До года	10
			Свыше года	9
Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	11	До года	8
			Второй и третий годы	7
			Четвертый и последующие годы	6
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	Все периоды	4
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	Все периоды	2

Приложение № 2
к федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта «спорт лиц
с интеллектуальными нарушениями»,
утвержденному приказом
Минспорта России
от «28» ноября 2022 г. № 1082

Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной подготовки)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
Для спортивной дисциплины академическая гребля						
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	8-10	10-12	12-14	14-16
Общее количество часов в год	234-312	312-416	416-520	520-624	624-728	728-832
Для спортивной дисциплины бадминтон						
Количество часов в неделю	4,5-6	8-9	10-12	14-16	18-20	20-24
Общее количество часов в год	234-312	416-468	520-624	728-832	936-1040	1040-1248
Для спортивной дисциплины баскетбол						
Количество часов в неделю	4,5-6	8-9	10-12	14-16	18-20	20-22
Общее количество часов в год	234-312	416-468	520-624	728-832	936-1040	1040-1144
Для спортивной дисциплины баскетбол 3 x 3						
Количество часов в неделю	4,5-6	8-9	10-12	14-16	18-20	20-22

Общее количество часов в год	234-312	416-468	520-624	728-832	936-1040	1040-1144
Для спортивной дисциплины велоспорт - трек						
Количество часов в неделю	4,5-6	8-9	10-12	10-12	18-20	20-24
Общее количество часов в год	234-312	416-468	520-624	520-624	936-1040	1040-1248
Для спортивной дисциплины велоспорт - шоссе						
Количество часов в неделю	4,5-6	7-8	8-10	10-12	18-20	20-24
Общее количество часов в год	234-312	364-416	416-520	520-624	936-1040	1040-1248
Для спортивной дисциплины гандбол						
Количество часов в неделю	4,5-6	8-9	10-12	10-12	18-20	20-24
Общее количество часов в год	234-312	416-468	520-624	520-624	936-1040	1040-1248
Для спортивной дисциплины горнолыжный спорт						
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	8-10	10-12	12-14	14-16
Общее количество часов в год	234-312	312-416	416-520	520-624	624-728	728-832
Для спортивной дисциплины дзюдо						
Количество часов в неделю	4,5-6	8-9	10-12	14-16	20-22	20-24
Общее количество часов в год	234-312	416-468	520-624	728-832	1040-1144	1040-1248
Для спортивных дисциплин выездка, конкур, пробеги						
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	8-10	10-12	12-14	14-16
Общее количество часов в год	234-312	312-416	416-520	520-624	624-728	728-832
Для спортивных дисциплин бег на короткие дистанции, бег на средние дистанции, бег на длинные дистанции, метание, прыжки, толкание, многоборье, ходьба, кросс						
Количество часов в неделю	4,5-6	8-9	10-12	14-16	20-22	20-24

Общее количество часов в год	234-312	416-468	520-624	728-832	1040-1144	1040-1248
Для спортивной дисциплины лыжные гонки						
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	8-10	10-12	16-20	20-24
Общее количество часов в год	234-312	312-416	416-520	520-624	832-1040	1040-1248
Для спортивной дисциплины настольный теннис						
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	8-10	10-12	16-20	20-24
Общее количество часов в год	234-312	312-416	416-520	520-624	832-1040	1040-1248
Для спортивной дисциплины пауэрлифтинг						
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	8-10	10-12	16-20	20-24
Общее количество часов в год	234-312	312-416	416-520	520-624	832-1040	1040-1248
Для спортивной дисциплины плавание						
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	8-10	10-12	16-20	20-24
Общее количество часов в год	234-312	312-416	416-520	520-624	832-1040	1040-1248
Для спортивной дисциплины спортивная гимнастика						
Количество часов в неделю	4,5-6	8-9	10-12	14-16	20-24	24-28
Общее количество часов в год	234-312	416-468	520-624	728-832	832-1248	1248-1456
Для спортивной дисциплины теннис						
Количество часов в неделю	4,5-6	8-9	10-12	10-12	16-20	20-24
Общее количество часов в год	234-312	416-468	520-624	520-624	832-1040	1040-1248
Для спортивной дисциплины тхэквондо-пхумсэ						
Количество часов в неделю	4,5-6	8-9	10-12	10-12	16-20	20-24

Общее количество часов в год	234-312	416-468	520-624	520-624	832-1040	1040-1248
Для спортивной дисциплины мини-футбол						
Количество часов в неделю	4,5-6	8-9	10-12	14-16	20-24	24-28
Общее количество часов в год	234-312	416-468	520-624	728-832	1040-1248	1248-1456
Для спортивной дисциплины футбол						
Количество часов в неделю	4,5-6	7-8	8-10	10-12	17-20	20-24
Общее количество часов в год	234-312	364-416	416-520	520-624	884-1040	1040-1248

Приложение № 3
к федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта «спорт лиц
с интеллектуальными нарушениями»,
утвержденному приказом
Минспорта России
от «28» ноября 2022 г. № 1082

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	-	14	14	14

	к официальным спортивным соревнованиям субъекта Российской Федерации				
2. Специальные учебно-тренировочные мероприятия					
2.1.	Учебно-тренировочные мероприятия по общей и (или) специальной физической подготовке	-	14	18	18
2.2.	Восстановительные мероприятия	-	-	До 10 суток	
2.3.	Мероприятия для комплексного медицинского обследования	-	-	До 3 суток, но не более 2 раз в год	
2.4.	Учебно-тренировочные мероприятия в каникулярный период	До 21 дня подряд и не более двух учебно-тренировочных мероприятий в год		-	-
2.5.	Просмотровые учебно-тренировочные мероприятия	-	До 60 суток		

Приложение № 4
к федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта «спорт лиц
с интеллектуальными нарушениями»,
утвержденному приказом
Минспорта России
от «28» ноября 2022 г. № 1082

Объем соревновательной деятельности

Виды спортивных соревнований	Этапы спортивной подготовки и количество соревнований			
	Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
Для спортивной дисциплины академическая гребля				
Контрольные	1	2	5	7
Отборочные	-	2	3	5
Основные	-	1	2	4
Для спортивной дисциплины бадминтон				
Контрольные	1	2	5	6
Отборочные	-	7	7	7
Основные	-	1	3	4
Для спортивной дисциплины баскетбол				
Контрольные	1	2	5	7
Отборочные	-	2	3	5
Основные	-	2	3	4
Для спортивной дисциплины баскетбол 3 x 3				
Контрольные	1	2	5	7
Отборочные	-	2	3	5
Основные	-	2	3	4
Для спортивной дисциплины велоспорт - трек				
Контрольные	1	5	5	5
Отборочные	-	2	3	5
Основные	-	1	2	4
Для спортивной дисциплины велоспорт - шоссе				
Контрольные	1	2	5	7
Отборочные	-	2	3	5
Основные	-	1	2	4
Для спортивной дисциплины гандбол				
Контрольные	1	2	2	2

Отборочные	-	2	2	2
Основные	-	2	2	2
Для спортивной дисциплины горнолыжный спорт				
Контрольные	1	2	5	7
Отборочные	-	2	3	5
Основные	1	1	2	4
Для спортивной дисциплины дзюдо (количество схваток)				
Контрольные	5	25	35	47
Отборочные	-	10	15	20
Основные	-	5	10	15
Для спортивных дисциплин выездка, конкур, пробеги				
Контрольные	1	2	5	7
Отборочные	-	2	3	5
Основные	-	1	2	4
Для спортивных дисциплин бег на короткие дистанции, бег на средние дистанции, бег на длинные дистанции, метание, многоборье, прыжки, толкание, ходьба, кросс				
Контрольные	4	5	5	5
Отборочные	-	4	5	6
Основные	-	2	3	4
Для спортивной дисциплины лыжные гонки				
Контрольные	2	4	6	5
Отборочные	-	3	3	4
Основные	-	2	3	4
Для спортивной дисциплины настольный теннис				
Контрольные	1	1	2	2
Отборочные	-	1	2	2
Основные	-	1	2	4
Для спортивной дисциплины пауэрлифтинг				
Контрольные	5	5	5	5
Отборочные	-	1	2	2
Основные	-	1	2	2
Для спортивной дисциплины плавание				
Контрольные	2	5	6	7
Отборочные	-	3	4	6
Основные	-	2	4	4
Для спортивной дисциплины спортивная гимнастика				
Контрольные	1	1	2	2
Отборочные	-	2	2	2
Основные	-	2	4	6
Для спортивной дисциплины теннис				
Контрольные	2	4	5	6
Отборочные	-	2	3	4
Основные	-	1	2	4

Для спортивной дисциплины тхэквондо-пхумсэ				
Контрольные	2	2	2	4
Отборочные	-	2	2	3
Основные	-	3	4	4
Для спортивной дисциплины мини-футбол				
Контрольные	1	2	2	3
Отборочные	-	2	3	4
Основные	-	1	2	4
Для спортивной дисциплины футбол				
Контрольные	1	2	2	2
Отборочные	-	2	3	3
Основные	-	1	2	3

Приложение № 5
к федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта
«спорт лиц с интеллектуальными
нарушениями», утвержденному
приказом Минспорта России
от «28» ноября 2022 г. № 1082

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

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Этапы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
Для спортивной дисциплины академическая гребля (мужчины)						
Общая физическая подготовка (%)	44-48		40-44		36-40	32-36
Специальная физическая подготовка (%)	8-12		16-20		23-27	28-32
Техническая подготовка (%)	20-24		16-20		12-16	8-12
Тактическая подготовка (%)	1-3		1-3		1-4	1-4
Психологическая подготовка (%)	3-7		2-6		1-5	1-5
Теоретическая подготовка (%)	3-7		2-6		1-5	1-4
Участие в спортивных соревнованиях (%)	-		1-4		2-6	4-8
Интегральная подготовка (%)	2-7		2-6		3-7	4-8
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	6-10		5-9		4-8	5-9
Для спортивной дисциплины академическая гребля (женщины)						
Общая физическая подготовка (%)	41-45		38-42		36-40	28-32
Специальная физическая подготовка (%)	10-14		16-20		23-27	30-34
Техническая подготовка (%)	20-24		16-20		12-16	8-12

Тактическая подготовка (%)	1-3	1-3	1-4	1-4
Психологическая подготовка (%)	4-8	4-8	2-6	3-7
Теоретическая подготовка (%)	3-7	2-6	1-5	1-4
Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-4	1-5	4-8
Интегральная подготовка (%)	2-7	2-6	3-7	4-8
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	6-10	5-9	4-8	5-9
Для спортивной дисциплины бадминтон				
Общая физическая подготовка (%)	28-37	16-24	12-16	10-14
Специальная физическая подготовка (%)	14-18	17-23	16-20	13-17
Техническая подготовка (%)	35-48	32-42	26-34	22-28
Тактическая подготовка (%)	8-11	10-15	12-16	13-17
Психологическая подготовка (%)	0-2	1-4	1-4	1-4
Теоретическая подготовка (%)	0-2	1-3	1-3	1-3
Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	10-16	17-23	24-30
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-3	5-9	4-8	5-9
Для спортивной дисциплины баскетбол				
Общая физическая подготовка (%)	40-43	23-27	6-8	8-10
Специальная физическая подготовка (%)	10-12	12-14	29-32	27-29
Техническая подготовка (%)	22-23	24-25	20-25	18-20
Тактическая подготовка (%)	7-9	11-18	14-17	18-22
Психологическая подготовка (%)	3-7	2-6	1-5	1-5
Теоретическая подготовка (%)	3-7	2-6	1-5	1-4
Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-4	2-6	4-8
Интегральная подготовка (%)	2-7	2-6	3-7	4-8

Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-3	5-9	4-8	5-9
Для спортивной дисциплины баскетбол 3 x 3				
Общая физическая подготовка (%)	40-43	23-27	6-8	8-10
Специальная физическая подготовка (%)	10-12	12-14	29-32	27-29
Техническая подготовка (%)	22-23	24-25	20-25	18-20
Тактическая подготовка (%)	7-9	11-18	14-17	18-22
Психологическая подготовка (%)	3-7	2-6	1-5	1-5
Теоретическая подготовка (%)	3-7	2-6	1-5	1-4
Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-4	2-6	4-8
Интегральная подготовка (%)	2-7	2-6	3-7	4-8
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-3	5-9	4-8	5-9
Для спортивной дисциплины велоспорт - трек				
Общая физическая подготовка (%)	30-35	17-24	10-15	8-12
Специальная физическая подготовка (%)	25-30	28-32	45-47	40-54
Техническая подготовка (%)	10-14	16-20	12-16	8-12
Тактическая подготовка (%)	1-3	1-3	1-4	1-4
Психологическая подготовка (%)	4-8	4-8	2-6	3-7
Теоретическая подготовка (%)	3-7	2-6	1-5	1-4
Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-4	1-5	4-8
Интегральная подготовка (%)	2-7	2-6	3-7	4-8
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-3	5-9	4-8	5-9
Для спортивной дисциплины велоспорт - шоссе				
Общая физическая подготовка (%)	30-35	17-24	10-15	8-12

Специальная физическая подготовка (%)	25-30	28-32	45-47	40-54
Техническая подготовка (%)	10-14	16-20	12-16	8-12
Тактическая подготовка (%)	1-3	1-3	1-4	1-4
Психологическая подготовка (%)	4-8	4-8	2-6	3-7
Теоретическая подготовка (%)	3-7	2-6	1-5	1-4
Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-4	1-5	4-8
Интегральная подготовка (%)	2-7	2-6	3-7	4-8
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-3	5-9	4-8	5-9
Для спортивной дисциплины гандбол				
Общая физическая подготовка (%)	40-43	23-27	6-8	8-10
Специальная физическая подготовка (%)	10-12	12-14	29-32	27-29
Техническая подготовка (%)	22-23	24-25	20-25	18-20
Тактическая подготовка (%)	7-9	11-18	14-17	18-22
Психологическая подготовка (%)	3-7	2-6	1-5	1-5
Теоретическая подготовка (%)	3-7	2-6	1-5	1-4
Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-4	2-6	4-8
Интегральная подготовка (%)	2-7	2-6	3-7	4-8
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-3	5-9	4-8	5-9
Для спортивной дисциплины горнолыжный спорт				
Общая физическая подготовка (%)	24-36	13-17	13-17	13-17
Специальная физическая подготовка (%)	22-28	22-28	17-22	24-33
Техническая подготовка (%)	30-35	35-42	31-38	22-28
Тактическая подготовка (%)	2-4	7-11	11-15	11-15
Психологическая подготовка (%)	0-2	1-4	1-4	1-4
Теоретическая подготовка (%)	0-2	1-3	1-3	1-3

Участие в спортивных соревнованиях (%)	1-3	1-4	1-3	1-3
Интегральная подготовка (%)	2-9	1-5	3-7	2-6
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	1-4	1-5	3-7
Для спортивной дисциплины дзюдо (мужчины)				
Общая физическая подготовка (%)	40-42	35-40	17-19	15-16
Специальная физическая подготовка (%)	38-40	26-29	25-27	23-24
Техническая подготовка (%)	8-10	26-20	22-23	25-28
Тактическая подготовка (%)	5-8	12-14	16-18	18-20
Психологическая подготовка (%)	3-7	2-6	1-5	1-5
Теоретическая подготовка (%)	3-7	2-6	1-5	1-2
Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-4	2-6	5-8
Интегральная подготовка (%)	1-4	2-6	3-7	4-6
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	1-2	1-3	4-5
Для спортивной дисциплины дзюдо (женщины)				
Общая физическая подготовка (%)	40-42	22-27	16-18	13-15
Специальная физическая подготовка (%)	38-40	27-30	26-28	21-23
Техническая подготовка (%)	8-10	26-20	22-23	26-29
Тактическая подготовка (%)	5-8	11-13	16-18	18-20
Психологическая подготовка (%)	3-7	2-6	1-5	1-5
Теоретическая подготовка (%)	3-7	2-6	1-5	1-2
Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-4	2-6	5-8
Интегральная подготовка (%)	2-4	2-6	3-7	4-6
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	1-2	2-3	4-5

Для спортивных дисциплин выездка, конкур, пробеги				
Общая физическая подготовка (%)	20-26	15-20	10-15	8-10
Специальная физическая подготовка (%)	28-34	27-33	23-25	10-14
Техническая подготовка (%)	28-32	39-43	46-50	50-54
Тактическая подготовка (%)	5-10	4-9	3-9	3-8
Психологическая подготовка (%)	1-2	0-4	0-4	0-4
Теоретическая подготовка (%)	2-4	3-5	3-5	3-5
Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	2-4	4-5	5-6
Интегральная подготовка (%)	1-9	0-4	0-3	0-3
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	2-4	1-5	3-7
Для спортивной дисциплины бег на короткие дистанции				
Общая физическая подготовка (%)	59-63	47-51	38-40	35-39
Специальная физическая подготовка (%)	15-21	21-25	20-26	28-32
Техническая подготовка (%)	13-15	18-25	26-34	26-32
Тактическая подготовка (%)	1-5	0-4	0-3	0-3
Психологическая подготовка (%)	0-2	1-4	1-4	1-4
Теоретическая подготовка (%)	0-2	1-3	1-3	1-3
Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-5	4-5	5-6
Интегральная подготовка (%)	2-9	1-4	1-3	1-3
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	1-4	1-5	3-7
Для спортивных дисциплин бег на средние дистанции, бег на длинные дистанции, кросс				
Общая физическая подготовка (%)	59-63	47-51	34-38	25-26
Специальная физическая подготовка (%)	15-21	24-29	26-30	32-38
Техническая подготовка (%)	13-15	18-25	24-32	24-30
Тактическая подготовка (%)	1-5	0-4	0-3	0-3

Психологическая подготовка (%)	0-2	1-4	1-4	1-4
Теоретическая подготовка (%)	0-2	1-3	1-3	1-3
Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-5	4-5	5-6
Интегральная подготовка (%)	2-9	1-4	1-3	1-3
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	1-4	1-5	3-7
Для спортивных дисциплин метание, толкание				
Общая физическая подготовка (%)	50-54	37-41	28-32	22-26
Специальная физическая подготовка (%)	23-27	30-34	35-39	40-42
Техническая подготовка (%)	13-17	17-21	20-24	22-26
Тактическая подготовка (%)	1-5	1-4	1-3	1-3
Психологическая подготовка (%)	0-2	1-4	1-4	1-4
Теоретическая подготовка (%)	0-2	1-3	1-3	1-3
Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-4	3-5	5-6
Интегральная подготовка (%)	2-9	1-4	1-3	1-3
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	1-4	3-5	5-7
Для спортивной дисциплины многоборье				
Общая физическая подготовка (%)	60-64	49-53	34-38	28-30
Специальная физическая подготовка (%)	18-22	25-29	30-32	34-36
Техническая подготовка (%)	15-19	20-25	27-35	28-34
Тактическая подготовка (%)	1-5	0-4	0-3	0-3
Психологическая подготовка (%)	0-2	0-4	0-4	0-4
Теоретическая подготовка (%)	0-2	0-3	0-3	0-3
Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	2-4	4-5	5-6
Интегральная подготовка (%)	2-9	0-4	0-3	0-3

Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	1-4	1-5	3-7
Для спортивной дисциплины прыжки				
Общая физическая подготовка (%)	60-64	49-53	34-38	26-28
Специальная физическая подготовка (%)	18-22	25-29	31-33	35-38
Техническая подготовка (%)	13-15	18-25	26-34	30-34
Тактическая подготовка (%)	1-5	0-4	0-3	0-3
Психологическая подготовка (%)	0-2	0-4	0-4	0-4
Теоретическая подготовка (%)	0-2	0-3	0-3	0-3
Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	2-4	4-5	5-6
Интегральная подготовка (%)	2-9	0-4	0-3	0-3
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	1-4	1-5	3-7
Для спортивной дисциплины ходьба				
Общая физическая подготовка (%)	59-63	47-51	30-33	21-25
Специальная физическая подготовка (%)	15-21	24-29	26-30	32-38
Техническая подготовка (%)	15-19	20-25	27-35	28-34
Тактическая подготовка (%)	1-5	0-4	0-3	0-3
Психологическая подготовка (%)	0-2	1-4	1-4	1-4
Теоретическая подготовка (%)	0-2	1-3	1-3	1-3
Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-5	4-5	5-6
Интегральная подготовка (%)	2-9	1-4	1-3	1-3
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	1-4	1-5	5-7
Для спортивной дисциплины лыжные гонки				
Общая физическая подготовка (%)	45-51	40-45	21-27	15-19

Специальная физическая подготовка (%)	28-30	32-36	37-41	41-44
Техническая подготовка (%)	18-24	18-22	15-20	15-20
Тактическая подготовка (%)	1-5	2-3	1-2	0-2
Психологическая подготовка (%)	0-2	1-4	1-4	1-4
Теоретическая подготовка (%)	0-2	1-3	1-3	1-3
Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-5	2-5	3-6
Интегральная подготовка (%)	2-9	1-4	1-3	1-3
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	1-4	1-5	3-7
Для спортивной дисциплины настольный теннис				
Общая физическая подготовка (%)	26-34	17-23	13-17	9-11
Специальная физическая подготовка (%)	17-23	17-23	17-23	23-27
Техническая подготовка (%)	31-39	26-34	22-28	22-28
Тактическая подготовка (%)	5-7	8-12	14-18	14-18
Психологическая подготовка (%)	0-2	1-4	1-4	1-4
Теоретическая подготовка (%)	0-2	1-3	1-3	1-3
Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-4	1-3	1-3
Интегральная подготовка (%)	2-9	1-5	3-7	2-6
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	1-4	1-5	3-7
Для спортивной дисциплины пауэрлифтинг				
Общая физическая подготовка (%)	48-52	20-24	15-19	12-16
Специальная физическая подготовка (%)	20-24	30-34	36-40	42-46
Техническая подготовка (%)	13-17	28-32	27-31	23-27
Тактическая подготовка (%)	0-2	1-3	1-3	1-3
Психологическая подготовка (%)	4-8	3-7	3-7	4-8
Теоретическая подготовка (%)	4-8	3-7	2-6	3-7

Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-4	1-4	1-5
Интегральная подготовка (%)	1-5	1-3	1-3	1-4
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	1-4	1-5	2-6
Для спортивной дисциплины плавание (мужчины)				
Общая физическая подготовка (%)	27-31	23-27	18-22	14-18
Специальная физическая подготовка (%)	15-19	21-25	24-28	28-32
Техническая подготовка (%)	28-32	25-29	23-27	21-25
Тактическая подготовка (%)	0-2	0-2	0-3	0-3
Психологическая подготовка (%)	3-7	2-6	2-6	3-7
Теоретическая подготовка (%)	3-7	3-7	2-6	1-5
Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	0-4	2-6	3-7
Интегральная подготовка (%)	1-5	1-5	4-8	6-10
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	10-14	9-13	8-12	7-11
Для спортивной дисциплины плавание (женщины)				
Общая физическая подготовка (%)	25-29	21-25	16-20	13-17
Специальная физическая подготовка (%)	15-19	23-27	28-32	31-35
Техническая подготовка (%)	28-32	25-29	23-27	21-25
Тактическая подготовка (%)	0-2	0-2	0-3	0-3
Психологическая подготовка (%)	5-9	3-7	2-6	3-7
Теоретическая подготовка (%)	3-7	3-7	2-6	1-5
Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	0-3	0-4	1-5
Интегральная подготовка (%)	1-5	1-5	4-8	6-10
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	10-14	9-13	8-12	7-11

Для спортивной дисциплины спортивная гимнастика				
Общая физическая подготовка (%)	25-29	21-25	16-20	13-17
Специальная физическая подготовка (%)	15-19	23-27	28-32	31-35
Техническая подготовка (%)	28-32	25-29	23-27	21-25
Тактическая подготовка (%)	0-2	0-2	0-3	0-3
Психологическая подготовка (%)	5-9	3-7	2-6	3-7
Теоретическая подготовка (%)	3-7	3-7	2-6	1-5
Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	0-3	0-4	1-5
Интегральная подготовка (%)	1-5	1-5	4-8	6-10
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	10-14	9-13	8-12	7-11
Для спортивной дисциплины теннис				
Общая физическая подготовка (%)	24-36	13-17	13-17	13-17
Специальная физическая подготовка (%)	22-28	22-28	17-22	24-33
Техническая подготовка (%)	30-35	35-42	31-38	22-28
Тактическая подготовка (%)	2-4	7-11	11-15	11-15
Психологическая подготовка (%)	0-2	1-4	1-4	1-4
Теоретическая подготовка (%)	0-2	1-3	1-3	1-3
Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-4	1-3	1-3
Интегральная подготовка (%)	2-9	1-5	3-7	2-6
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	0-2	1-4	1-5	3-7
Для спортивной дисциплины тхэквондо - пхумсэ				
Общая физическая подготовка (%)	40-42	35-40	17-19	15-16
Специальная физическая подготовка (%)	38-40	26-29	25-27	23-24
Техническая подготовка (%)	8-10	26-20	22-23	25-28
Тактическая подготовка (%)	5-8	12-14	16-18	18-20

Психологическая подготовка (%)	3-7	2-6	1-5	1-5
Теоретическая подготовка (%)	3-7	2-6	1-5	1-2
Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-4	2-6	5-8
Интегральная подготовка (%)	1-5	2-6	3-7	4-6
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	1-2	1-3	4-5
Для спортивной дисциплины мини-футбол				
Общая физическая подготовка (%)	28-32	38-42	11-17	10-16
Специальная физическая подготовка (%)	5-8	9-11	39-41	37-40
Техническая подготовка (%)	35-45	21-29	15-20	15-20
Тактическая подготовка (%)	1-4	2-6	4-8	5-8
Психологическая подготовка (%)	1-3	2-5	1-5	1-4
Теоретическая подготовка (%)	1-4	2-5	1-5	1-4
Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-4	2-6	4-8
Интегральная подготовка (%)	2-7	2-6	3-7	4-8
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	6-10	5-9	4-8	5-9
Для спортивной дисциплины футбол				
Общая физическая подготовка (%)	28-32	38-42	11-17	10-16
Специальная физическая подготовка (%)	5-8	9-11	39-41	37-40
Техническая подготовка (%)	35-45	21-29	15-20	15-20
Тактическая подготовка (%)	1-4	2-6	4-8	5-8
Психологическая подготовка (%)	1-3	2-5	1-5	1-4
Теоретическая подготовка (%)	1-4	2-5	1-5	1-4
Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-4	2-6	4-8
Интегральная подготовка (%)	2-7	2-6	3-7	4-8

Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	6-10	5-9	4-8	5-9
-----------------------------------------------------------------------------------------------	------	-----	-----	-----

Приложение № 6
к федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта
«спорт лиц с интеллектуальными
нарушениями», утвержденному
приказом Минспорта России
от «28» ноября 2022 г. № 1082

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта
«спорт лиц с интеллектуальными нарушениями»**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки
1. Для спортивной дисциплины академическая гребля						
1.1.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 2 кг	количество раз	не менее		не менее	
			10	5	11	6
1.2.	Поднимание туловища лежа на животе	количество раз	не менее		не менее	
			8	5	9	6
1.3.	Жим гантелей в положении лежа на спине	кг	не менее		не менее	
			7	5	8	6
1.4.	Маховые движения рук в положении лежа на спине	мин	не менее		не менее	
			2	1,5	2,5	2,0
2. Для спортивной дисциплины бадминтон						
2.1.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			7,7	8,5	7,6	8,4
2.2.	Челночный бег 6x5 м	с	не более		не более	
			13	14,5	12,5	14,0
2.3.	Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее	
			70	60	75	65
2.4.	Метание волана	м	не менее		не менее	
			3	2	3,5	2,5
3. Для спортивной дисциплины баскетбол						
3.1.	Бег на 20 м	с	не более		не более	
			4,8	5,2	4,7	5,1

3.2.	Скоростное ведение мяча 20 м	с	не более		не более	
			12,2	13,1	12,0	13,0
3.3.	Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее	
			90	80	91	81
3.4.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее		не менее	
			12	10	13	11
4. Для спортивной дисциплины баскетбол 3 x 3						
4.1.	Бег на 20 м	с	не более		не более	
			4,8	5,2	4,7	5,1
4.2.	Скоростное ведение мяча 20 м	с	не более		не более	
			12,2	13,1	12,1	13,0
4.3.	Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее	
			85	75	86	76
4.4.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее		не менее	
			12	10	12,5	10,5
5. Для спортивной дисциплины велоспорт - трек						
5.1.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			6,7	7,5	6,6	7,4
5.2.	Гонка на треке 200 м со старта с места	с	не более		не более	
			22,5	25,0	22,0	24,5
5.3.	Челночный бег 3x10 м	с	не более		не более	
			11,6	12,2	11,5	12,1
5.4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			6	4	7	6
5.5.	Приседание за 15 с	количество раз	не менее		не менее	
			6	5	7	6
5.6.	Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее	
			80	70	81	71
6. Для спортивной дисциплины велоспорт - шоссе						
6.1.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			6,7	7,5	6,6	7,4
6.2.	Челночный бег 3x10 м	с	не более		не более	
			11,6	12,2	11,5	12,1
6.3.	Бег на 800 м	мин, с	не более		не более	
			6.25	7.0	6.20	6.50
6.4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			5	4	6	5

6.5.	Приседание за 15 с	количество раз	не менее		не менее	
			6	5	7	6
6.6.	Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее	
			80	70	81	71
7. Для спортивной дисциплины гандбол						
7.1.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			6,7	-	6,6	-
7.2.	Челночный бег 3x10 м	с	не более		не более	
			11,6	-	11,5	-
7.3.	Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее	
			80	-	81	-
7.4.	Метание гандбольного мяча (размер № 2) двумя руками сидя	м	не менее		не менее	
			5	-	6	-
8. Для спортивной дисциплины горнолыжный спорт						
8.1.	Бег на 30 м с ходу	с	не более		не более	
			6,7	7,5	6,6	7,4
8.2.	Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее	
			80	70	81	71
8.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			5	3	6	4
8.4.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее		не менее	
			7	5	8	6
8.5.	Челночный бег 3x10 м	с	не более		не более	
			11,6	12,2	11,5	12,1
9. Для спортивной дисциплины дзюдо						
9.1.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			6,7	7,5	6,6	7,4
9.2.	Челночный бег 3x10 м	с	не более		не более	
			11,6	12,2	11,5	12,1
9.3.	Подтягивания на перекладине	количество раз	не менее		не менее	
			4	2	4	2
9.4.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее		не менее	
			7	6	8	7
9.5.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			6		7	

9.6.	Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее	
			80	70	81	71
10. Для спортивных дисциплин выездка, конкур, пробег						
10.1.	Вращение на двух ногах вокруг своей оси, глаза открыты, руки на поясе, после остановки пройти прямо 5 оборотов	с	не более		не более	
			30		30	
10.2.	Стойка на одной ноге, глаза закрыты, руки скрещены, ладони на плечах	с	не менее		не менее	
			3		3	
10.3.	Приседание без остановки	количество раз	не менее		не менее	
			5		6	
10.4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			3		4	
10.5.	Наклон вперед из положения сидя, ноги врозь	количество раз	не менее		не менее	
			1		1	
10.6.	Поднимание ноги, согнутой в колене, из положения стоя	количество раз	не менее		не менее	
			1		1	
11. Для спортивной дисциплины бег на короткие дистанции						
11.1.	Бег на 20 м с ходу	с	не более		не более	
			4,1	5,1	4,0	5,0
11.2.	Бросок медицинбола двумя руками из-за головы весом 3 кг	количество раз	не менее		не менее	
			6	4	8	6
11.3.	Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее		не менее	
			15	10	20	15
11.4.	Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее	
			80	70	81	71
12. Для спортивной дисциплины бег на средние дистанции						
12.1.	Бег на 60 м	с	не более		не более	
			12,0	13,0	11,0	12,0
12.2.	Бег на 300 м	мин, с	не более		не более	
			1.15	1.30	1.10	1.25

12.3.	Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее		не менее	
			15	10	20	15
12.4.	Прыжок в длину с места	с	не менее		не менее	
			80	70	110	100
13. Для спортивных дисциплин бег на длинные дистанции, кросс						
13.1.	Бег на 60 м	с	не более		не более	
			12,0	13,0	11,0	12,0
13.2.	Бег на 300 м	мин, с	не более		не более	
			1.15	1.30	1.10	1.25
13.3.	Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее		не менее	
			15	10	20	15
13.4.	Прыжок в длину с места	с	не менее		не менее	
			80	70	110	100
14. Для спортивной дисциплины ходьба						
14.1.	Ходьба на 500 м	с	не более		не более	
			3.10	3.30	2.40	3.00
14.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			10	6	15	10
14.3.	Подъем туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее		не менее	
			15	10	20	15
15. Для спортивной дисциплины прыжки						
15.1.	Бег на 20 м с ходу	с	не более		не более	
			4,1	5,1	4,0	5,0
15.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			10	6	15	10
15.3.	Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее	
			80	70	110	100
16. Для спортивных дисциплин метание, толкание						
16.1.	Бег на 20 м с ходу	с	не более		не более	
			5,1	6,1	5,0	6,0
16.2.	Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее	
			80	70	90	80

16.3.	Бросок медицинбола двумя руками из-за головы весом 3 кг	количество раз	не менее		не менее	
			6	4	8	6
16.4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			10	6	15	10
17. Для спортивной дисциплины многоборье						
17.1.	Бег на 20 м с ходу	с	не более		не более	
			4,3	5,3	4,1	5,1
17.2.	Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее	
			80	70	110	100
17.3.	Бросок медицинбола двумя руками из-за головы весом 3 кг	количество раз	не менее		не менее	
			6	4	8	6
17.4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			10	6	15	10
17.5.	Бег на 500 м	-	без учета времени	-	без учета времени	-
17.6.	Бег на 300 м	-	-	без учета времени	-	без учета времени
18. Для спортивной дисциплины лыжные гонки						
18.1.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			6,7	7,5	6,6	7,7
18.2.	Бег на 60 м	с	не более		не более	
			12,7	13,7	13,0	14,1
18.3.	Бег на 600 м	-	без учета времени	-	без учета времени	-
18.4.	Бег на 400 м	-	-	без учета времени	-	без учета времени
19. Для спортивной дисциплины настольный теннис						
19.1.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			3	2	4	3
19.2.	Маховые движения рук в положении лежа на спине	мин	не менее		не менее	
			2	1,5	2,5	2,0

19.3.	Поднимание ног из виса на гимнастической стенке в положение «угол»	раз	не менее		не менее	
			3	2	4	3
19.4.	Многоскок (5 прыжков)	м	не менее		не менее	
			3,5	3	3,6	3,1
20. Для спортивной дисциплины пауэрлифтинг						
20.1.	Кистевая динамометрия	кг	не менее		не менее	
			10	8	11	9
20.2.	Приседания с весом 5 кг	количество раз	не менее		не менее	
			10	6	15	10
20.3.	Из исходного положения в упоре на брусьях на прямых руках сгибание и разгибание рук	количество раз	не менее		не менее	
			3	-	4	-
20.4.	Из исходного положения лежа на спине поднимание туловища	количество раз	не менее		не менее	
			15	8	25	15
20.5.	Сгибание и разгибание рук в висе на низкой перекладине	количество раз	не менее		не менее	
			6	3	12	6
20.6.	Жим на горизонтальной скамье с весом 10 кг	количество раз	не менее		не менее	
			10	5	15	8
20.7.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			10	4	15	6
21. Для спортивной дисциплины плавание						
21.1.	Бег 400 м	-	без учета времени		без учета времени	
21.2.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее		не менее	
			10	8	18	15
21.3.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 3 кг	количество раз	не менее		не менее	
			5	3	8	5
21.4.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг	количество раз	не менее		не менее	
			6	4	10	7

21.5.	Приседания за 20 с	м	не менее		не менее	
			8	7	10	8
22. Для спортивной дисциплины спортивная гимнастика						
22.1.	Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее	
			80	70	90	80
22.2.	Вис согнув ноги на перекладине	с	не менее		не менее	
			3	-	3,5	-
22.3.	Вис согнув ноги на гимнастической жерди	с	не менее		не менее	
			-	3	-	3,5
22.4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			5	3	7	5
22.5.	Исходное положение – упор сидя сзади, поднятие и удержание ног в положении «угол»	с	не менее		не менее	
			5		7	
22.6.	Исходное положение – сед, ноги вместе, наклон вперед	см	не менее		не менее	
			7		8	7,5
23. Для спортивной дисциплины теннис						
23.1.	Бег на 20 м	с	не более		не более	
			4,8	5,2	4,7	5,1
23.2.	Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее	
			80	70	85	75
23.3.	Прыжок вверх с места	см	не менее		не менее	
			12	10	13	11
23.4.	Наклон вперед, стоя на возвышении	-	выполнить		выполнить	
23.5.	Челночный бег 4x8 м	с	не более		не более	
			25	30	24,9	29,9
24. Для спортивной дисциплины тхэквондо-пхумсэ						
24.1.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			6,9	7,8	6,8	7,7
24.2.	Челночный бег 3x10 м	с	не более		не более	
			16	17	15,9	16,9
24.3.	Непрерывный бег в свободном темпе 10 мин	-	без учета времени		без учета времени	
24.4.	Подтягивания на перекладине	количество раз	не менее		не менее	
			3	2	4	3

24.5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее		не менее	
			10	7	12	9
24.6.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			7	4	8	5
24.7.	Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее	
			80	70	85	75
25. Для спортивной дисциплины мини-футбол						
25.1.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			6,7	7,5	6,6	7,4
25.2.	Бег 60 м	с	не более		не более	
			12,7	13,7	12,6	13,6
25.3.	Челночный бег 3x10 м	с	не более		не более	
			11,6	12,2	11,5	12,1
25.4.	Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее	
			80	70	81	71
25.5.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее		не менее	
			12	10	12,5	10,5
26. Для спортивной дисциплины футбол						
26.1.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			6,7	-	6,6	-
26.2.	Бег 60 м	с	не более		не более	
			12,7	-	12,6	-
26.3.	Челночный бег 3x10 м	с	не более		не более	
			11,6	-	11,5	-
26.4.	Непрерывный бег в свободном темпе	мин	не менее		не менее	
			10	-	11	-
26.5.	Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее	
			80	-	81	-
26.6.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее		не менее	
			12	-	13	-

Приложение № 7
к федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта
«спорт лиц с интеллектуальными
нарушениями», утвержденному
приказом Минспорта России
от «28» ноября 2022 г. № 1082

**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 лиц с интеллектуальными нарушениями»**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Для спортивной дисциплины академическая гребля				
1.1.	Непрерывная гребля в гребном канале в лодке 3 мин	-	оценка техники выполнения	
1.2.	Прохождение дистанции на тренажере (гребной эргометр) на 500 м	мин, с	без учета времени	
1.3.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 5 кг	количество раз	не менее	
			5	-
1.4.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 3 кг	количество раз	не менее	
			-	6
1.5.	Жим штанги из положения лежа на спине	кг	не менее	
			15	10
1.6.	Бросок медицинбола весом 1 кг из положения сидя	м	не менее	
			2,7	2,2
2. Для спортивной дисциплины бадминтон				
2.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			6,3	7,0
2.2.	Челночный бег 6x5 м	с	не более	
			11,0	12,0
2.3.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			100	90
2.4.	Метание волана	м	не менее	
			5	4
2.5.	Прыжки боком через гимнастическую скамейку за 30 с	количество раз	не менее	
			10	8

2.6.	Бег на 400 м	мин, с	не более	
			1.30	2.00
3. Для спортивной дисциплины баскетбол				
3.1.	Бег на 20 м	с	не более	
			4,6	5,0
3.2.	Скоростное ведение мяча 20 м	с	не более	
			11,8	12,5
3.3.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			145	125
3.4.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее	
			16	13
3.5.	Бег на 600 м	мин, с	не более	
			2.25	2.50
4. Для спортивной дисциплины баскетбол 3 x 3				
4.1.	Бег на 20 м	с	не более	
			4,6	5,0
4.2.	Скоростное ведение мяча 20 м	с	не более	
			11,8	12,5
4.3.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			140	120
4.4.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее	
			16	13
4.5.	Бег на 600 м	мин, с	не более	
			2.25	2.50
5. Для спортивной дисциплины велоспорт - трек				
5.1.	Бег 60 м с ходу	с	не более	
			12	12,5
5.2.	Гонка на треке 200 м со старта с места	с	не более	
			25,5	29,5
5.3.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			11,4	12,0
5.4.	Поднимание туловища из положения лежа на спине за 20 с	количество раз	не менее	
			6	5
5.5.	Бег 1500 м	мин, с	не менее	
			7.00	8.00
5.6.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			125	105
5.7.	В висе удержание ног в положении прямого угла	с	не менее	
			12	10
5.8.	Подтягивания на перекладине	количество раз	не менее	
			6	-

5.9.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			-	5
6. Для спортивной дисциплины велоспорт - шоссе				
6.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			12,0	12,5
6.2.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			11,4	12,0
6.3.	Бег на 1500 м	мин, с	не более	
			7.00	8.00
6.4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			7	5
6.5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине за 20 с	количество раз	не менее	
			6	4
6.6.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			125	105
6.7.	Подтягивания на перекладине	количество раз	не менее	
			6	2
7. Для спортивной дисциплины гандбол				
7.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			6,3	-
7.2.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			11,3	-
7.3.	Бросок медицинбола массой 1 кг с места на дальность одной рукой	м	не менее	
			7	-
7.4.	Бросок медицинбола массой 1 кг с места на дальность двумя руками сидя	м	не менее	
			3,5	-
7.5.	Тройной прыжок с места	см	не менее	
			450	-
8. Для спортивной дисциплины горнолыжный спорт				
8.1.	Бег на 60 м с ходу	с	не более	
			12,0	12,5
8.2.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			125	105
8.3.	Бег на 800 м	мин, с	не более	
			5.30	5.50
8.4.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			9	7
8.5.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			11,4	12,0

8.6.	Подтягивания на перекладине	количество раз	не менее	
			4	-
8.7.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			-	5
8.8.	Наклон вперед из положения стоя на возвышении, пальцы рук ниже линии стоп	см	не менее	
			4	
9. Для спортивной дисциплины дзюдо				
9.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			6,3	7,0
9.2.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			11,4	12,0
9.3.	Подтягивания на перекладине	количество раз	не менее	
			9	5
9.4.	Поднимание ног из виса на перекладине до уровня хвата руками	количество раз	не менее	
			5	4
9.5.	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях	количество раз	не менее	
			10	6
10. Для спортивных дисциплин выездка, конкур, пробег				
10.1.	Вращение на двух ногах вокруг своей оси, глаза открыты, руки на поясе, после остановки пройти прямо 7 оборотов	с	не более	
			25	
10.2.	Стойка на одной ноге, глаза закрыты, руки скрещены, ладони на плечах	с	не менее	
			5	
10.3.	Приседание без остановки	количество раз	не менее	
			7	
10.4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			5	
10.5.	Наклон вперед из положения сидя, ноги врозь	-	выполнить	
10.6.	Поднимание ноги, согнутой в колене, из положения стоя	-	выполнить	
10.7.	Седловка лошади	мин	не более	
			25	
11. Для спортивной дисциплины бег на короткие дистанции				
11.1.	Бег на 20 м с ходу	с	не более	
			2,9	3,5
11.2.	Бег на 100 м	с	не более	
			13,8	14,9

11.3.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			150	130
11.4.	Бросок медицинбола двумя руками из-за головы весом 3 кг	количество раз	не менее	
			10	8
11.5.	Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее	
			30	25
12. Для спортивной дисциплины бег на средние дистанции				
12.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			10,0	11,0
12.2.	Бег на 1000 м	мин, с	не более	
			5.00	5.30
12.3.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			150	130
12.4.	Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее	
			30	25
13. Для спортивных дисциплины бег на длинные дистанции, кросс				
13.1.	Бег 100 м	с	не более	
			15,0	17,0
13.2.	Бег 3000 м	мин, с	не более	
			15.00	-
13.3.	Бег 2000 м	мин, с	не более	
			-	13.00
13.4.	Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее	
			30	25
14. Для спортивной дисциплины ходьба				
14.1.	Ходьба на 1000 м	мин, с	не более	
			5.20	5.30
14.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			20	15
14.3.	Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее	
			30	25
15. Для спортивной дисциплины прыжки				
15.1.	Бег на 20 м с ходу	с	не более	
			3,7	4,5
15.2.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			160	140
15.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			20	15

16. Для спортивных дисциплин метание, толкание			
16.1.	Бег на 20 м с ходу	с	не более
			3,7 4,5
16.2.	Прыжок в длину с места	см	не менее
			150 140
16.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее
			20 15
16.4.	Жим штанги из положения лежа на спине	кг	не менее
			40 20
17. Для спортивной дисциплины многоборье			
17.1.	Бег на 20 м с ходу	с	не более
			3,7 4,5
17.2.	Прыжок в длину с места	см	не менее
			150 140
17.3.	Жим штанги из положения лежа на спине	кг	не менее
			40 20
17.4.	Бег на 300 м	мин, с	не более
			1.00 1.10
17.5.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее
			20 15
17.6.	Бег на 1000 м	мин, с	не более
			5.00 5.30
18. Для спортивной дисциплины лыжные гонки			
18.1.	Бег на 100 м	с	не более
			14,5 -
18.2.	Бег на 60 м	с	не более
			- 12,5
18.3.	Бег на 1000 м	мин	не более
			4,45 -
18.4.	Бег на 800 м	мин	не более
			- 5,0
18.5.	Лыжи классический стиль 5 км	мин	не более
			23.00 -
18.6.	Лыжи классический стиль 2,5 км	мин	не более
			- 14.00
18.7.	Лыжи свободный стиль 5 км	мин	не более
			22.00 -
18.8.	Лыжи свободный стиль 2,5 км	мин	не более
			- 13.00
19. Для спортивной дисциплины настольный теннис			
19.1.	Кистевая динамометрия	кг	не менее
			10 8

19.2.	Бросок медицинбола весом 1 кг двумя руками из-за головы из положения сидя	м	не менее	
			4,5	3,8
19.3.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			14	10
19.4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			9	5
20. Для спортивной дисциплины пауэрлифтинг				
20.1.	Кистевая динамометрия максимальная	кг	не менее	
			17	12
20.2.	Приседание со штангой на плечах с весом 20 кг	количество раз	не менее	
			10	5
20.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях	количество раз	не менее	
			6	-
20.4.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			-	25
20.5.	Сгибание и разгибание рук в висе на перекладине	количество раз	не менее	
			5	-
20.6.	Жим на горизонтальной скамье с весом 20 кг	количество раз	не менее	
			8	4
20.7.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			-	7
21. Для спортивной дисциплины плавание				
21.1.	Плавание на 1000 м	-	без учета времени	
21.2.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 5 кг	количество раз	не менее	
			11	7
21.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамейки	количество раз	не менее	
			11	8
21.4.	Поднимание туловища лежа на спине за 20 с	количество раз	не менее	
			12	10
22. Для спортивной дисциплины спортивная гимнастика				
22.1.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			115	105
22.2.	Бег на 20 м	с	не более	
			3,5	4,2
22.3.	Вис на согнутых руках на перекладине	с	не менее	
			4	-
22.4.	Вис на согнутых руках на гимнастической жерди	с	не менее	
			-	3
22.5.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			10	7

22.6.	Поднимание ног из виса на гимнастической стенке в положение «угол»	количество раз	не менее	
			3	2
22.7.	Удержание положения «угол» в висе на гимнастической стенке	с	не менее	
			5	4
22.8.	Исходное положение – сед, ноги вместе, наклон вперед	см	не менее	
			9	8
22.9.	Упражнение «мост» из положения лежа на спине	с	5	
23. Для спортивной дисциплины теннис				
23.1.	Бег на 20 м	с	не более	
			3,5	4,2
23.2.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			125	105
23.3.	Прыжок вверх с места	см	не менее	
			15	13
23.4.	Наклон вперед, стоя на возвышении	-	выполнить	
23.5.	Челночный бег 6x8 м	с	не более	
			18,4	20,2
24. Для спортивной дисциплины тхэквондо-пхумсэ				
24.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			5,5	6,0
24.2.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			14,0	14,5
24.3.	Непрерывный бег в свободном темпе	мин	10	
24.4.	Подтягивания на перекладине	количество раз	не менее	
			6	4
24.5.	Поднимание туловища лежа на спине в течение 30 с	количество раз	не менее	
			10	7
24.6.	Отжимание на брусьях	количество раз	не менее	
			10	7
24.7.	Толчок ядра весом 1 кг левой и правой рукой	м	не менее	
			2/3	1,7/2,7
24.8.	Бег 500 м	мин, с	не более	
			2.0	2.3
24.9.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			130	110
25. Для спортивной дисциплины мини-футбол				
25.1.	Бег на 15 м с высокого старта	с	не более	
			3,6	4,0

25.2.	Бег на 15 м с ходу	с	не более	
			3,2	3,6
25.3.	Тройной прыжок	см	не менее	
			450	400
25.4.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			120	105
25.5.	Прыжок вверх со взмахом руками	см	не менее	
			15	12
25.6.	Прыжок вверх без замаха руками	см	не менее	
			9	7
26. Для спортивной дисциплины футбол				
26.1.	Бег на 15 м с высокого старта	с	не более	
			3,6	-
26.2.	Бег на 15 м с ходу	с	не более	
			3,2	-
26.3.	Бег на 30 м с высокого старта	с	не более	
			5,9	-
26.4.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			120	-
26.5.	Бег на 30 м с ходу	с	не более	
			5,6	-
26.6.	Бег на 1500 м	мин	не более	
			7	-
26.7.	Тройной прыжок	см	не менее	
			450	-
26.8.	Прыжок вверх без замаха руками	см	не менее	
			9	-
26.9.	Прыжок вверх со взмахом руками	см	не менее	
			15	-
27. Уровень спортивной квалификации				
Для спортивных дисциплин баскетбол, баскетбол 3 x 3, гандбол, футбол, мини-футбол				
27.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	Не устанавливается		
27.2.	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»		

<p>Для спортивных дисциплин академическая гребля, бадминтон, велоспорт - трек, велоспорт - шоссе, горнолыжный спорт, дзюдо, выездка, конкур, пробеги, бег на короткие дистанции, бег на средние дистанции, бег на длинные дистанции, ходьба, прыжки, метание, кросс, толкание, многоборье, лыжные гонки, настольный теннис, пауэрлифтинг, плавание, спортивная гимнастика, теннис, тхэквондо-пхумсэ</p>		
27.3.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (первый год)	Не устанавливается
27.4.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (второй, третий годы)	Спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд»
27.5.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)	Спортивные разряды – «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»

Приложение № 8
к федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта
«спорт лиц с интеллектуальными
нарушениями», утвержденному
приказом Минспорта России
от «28» ноября 2022 г. № 1082

**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 лиц с интеллектуальными нарушениями»**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Для спортивной дисциплины академическая гребля				
1.1.	Гребля в лодке	-	оценка техники выполнения	
1.2.	Гребля в лодке на 1000 м	мин	без учета времени	
1.3.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 5 кг	количество раз	не менее	
			15	-
1.4.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 4 кг	количество раз	не менее	
			-	12
1.5.	Жим штанги из положения лежа на спине	кг	не менее	
			25	15
1.6.	Бросок медицинбола весом 2 кг из положения сидя	м	не менее	
			4,0	-
1.7.	Бросок медицинбола весом 1 кг из положения сидя	м	не менее	
			-	4,0
2. Для спортивной дисциплины бадминтон				
2.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			4,8	5,8
2.2.	Челночный бег 6x5 м	с	не более	
			9	11
2.3.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			130	120
2.4.	Метание волана	м	не менее	
			6	5
3. Для спортивной дисциплины баскетбол				
3.1.	Бег на 20 м	с	не более	
			4,1	4,5

3.2.	Скоростное ведение мяча 20 м	с	не более	
			9,6	10,6
3.3.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			225	200
3.4.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее	
			32	25
3.5.	Бег на 600 м	мин, с	не более	
			2.15	2.50
3.6.	Челночный бег 40 с на 28 м	м	не менее	
			210	180
4. Для спортивной дисциплины баскетбол 3 x 3				
4.1.	Бег на 20 м	с	не более	
			4,1	4,5
4.2.	Скоростное ведение мяча 20 м	с	не более	
			9,6	10,6
4.3.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			225	190
4.4.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее	
			32	25
4.5.	Бег на 600 м	мин, с	не более	
			2.15	2.50
5. Для спортивной дисциплины велоспорт - трек				
5.1.	Бег на 100 м с ходу	с	не более	
			11,6	12,0
5.2.	Гонка на треке на 500 м со старта с места	с	не более	
			40,5	45,5
5.3.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			9,0	9,7
5.4.	Поднимание туловища лежа на спине за 20 с	количество раз	не менее	
			9	7
5.5.	Индивидуальная гонка на время 3 км	мин, с	не более	
			4.25	-
5.6.	Индивидуальная гонка на время 2 км	мин, с	не более	
			-	3.35
5.7.	Подтягивания на перекладине	количество раз	не менее	
			9	3
5.8.	Поднимание ног из виса на перекладине до хвата руками	количество раз	не менее	
			7	4
5.9.	В висе удержание ног в положении прямого угла	с	не менее	
			12	9
5.10.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			20	15

5.11.	Подтягивания на перекладине за 20 с	количество раз	не менее	
			10	-
5.12.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу за 20 с	количество раз	не менее	
			-	7
6. Для спортивной дисциплины велоспорт - шоссе				
6.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			9,5	10,5
6.2.	Бег на 1500 м	мин, с	не более	
			5.45	7.00
6.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			20	15
6.4.	Приседание со штангой весом не менее 60% от собственного веса обучающегося	количество раз	не менее	
			5	-
6.5.	Приседание со штангой весом не менее 40% от собственного веса обучающегося	количество раз	не менее	
			-	3
6.6.	Подтягивания на перекладине	количество раз	не менее	
			8	3
6.7.	Индивидуальная гонка на время 20 км	мин, с	не более	
			33.00	39.00
7. Для спортивной дисциплины гандбол				
7.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			4,8	-
7.2.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			9,0	-
7.3.	Бросок медицинбола массой 1 кг с места на дальность одной рукой	м	не менее	
			20	-
7.4.	Бросок медицинбола массой 1 кг с места на дальность двумя руками сидя	м	не менее	
			8	-
7.5.	Тройной прыжок с места	см	не менее	
			650	-
8. Для спортивной дисциплины горнолыжный спорт				
8.1.	Бег на 100 м	с	не более	
			14,0	14,9
8.2.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			180	160
8.3.	Прыжок в высоту с места	см	не менее	
			20	16
8.4.	Поднимание туловища лежа на спине	количество раз	не менее	
			20	15

8.5.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			9,5	10,4
8.6.	Подтягивания на перекладине	количество раз	не менее	
			6	-
8.7.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			-	10
8.8.	Наклон вперед из положения стоя на возвышении, пальцы рук ниже линии стоп	см	не менее	
			5	
8.9.	Бег на 6 мин	м	не менее	
			1200	1000
9. Для спортивной дисциплины дзюдо				
9.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			10,0	11,5
9.2.	Бег на 1500 м	мин, с	не более	
			6.00	7.00
9.3.	Подтягивания на перекладине	количество раз	не менее	
			12	9
9.4.	Поднимание ног из виса на перекладине до уровня хвата руками	количество раз	не менее	
			7	5
9.5.	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях	количество раз	не менее	
			15	11
9.6.	Поднимание туловища лежа на спине за 20 с	количество раз	не менее	
			10	6
9.7.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу за 20 с	количество раз	не менее	
			8	6
10. Для спортивных дисциплин выездка				
10.1.	Вращение на двух ногах вокруг своей оси, глаза открыты, руки на поясе, после остановки пройти прямо 7 оборотов	с	не более	
			20	
10.2.	Стойка на одной ноге, глаза закрыты, руки скрещены, ладони на плечах	с	не менее	
			7	
10.3.	Седловка лошади	мин	не более	
			20	
10.4.	Приседание, руки вперед, без остановки	количество раз	не менее	
			10	
10.5.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			7	
10.6.	Наклон вперед из положения сидя, ноги врозь	количество раз	не менее	
			1	

10.7.	Поднимание ноги, согнутой в колене, из положения стоя	количество раз	не менее	
			1	
11. Для спортивных дисциплин конкур, пробеги				
11.1.	Вращение на двух ногах вокруг своей оси, глаза открыты, руки на поясе, после остановки пройти прямо 7 оборотов	с	не более	
			20	
11.2.	Стойка на одной ноге, глаза закрыты, руки скрещены, ладони на плечах	с	не менее	
			7	
11.3.	Седловка лошади	мин	не более	
			20	
11.4.	Приседание, руки вперед, без остановки	количество раз	не менее	
			12	
11.5.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			10	
11.6.	Наклон вперед из положения сидя, ноги врозь	количество раз	не менее	
			1	
11.7.	Поднимание ноги, согнутой в колене, из положения стоя	количество раз	не менее	
			1	
12. Для спортивной дисциплины бег на короткие дистанции				
12.1.	Бег на 20 м с ходу	с	не более	
			2,8	3,2
12.2.	Бег на 100 м	с	не более	
			12,8	14,0
12.3.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			220	190
12.4.	Присед-вставание со штангой на плечах	кг	не менее	
			60	40
12.5.	Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее	
			35	30
13. Для спортивной дисциплины бег на средние дистанции				
13.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			9,5	10,0
13.2.	Бег на 1000 м	мин, с	не более	
			4.40	5.15
13.3.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			200	180
13.4.	Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее	
			35	30

14. Для спортивных дисциплин бег на длинные дистанции, кросс			
14.1.	Бег на 100 м	с	не более
			13,9 15,8
14.2.	Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее
			35 30
14.3.	Бег на 3000 м	мин, с	не более
			13.00 -
14.4.	Бег на 2000 м	мин, с	- 12.00
15. Для спортивной дисциплины ходьба			
15.1.	Ходьба на 1000 м	мин, с	не более
			5.05 5.15
15.2.	Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее
			35 30
15.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее
			25 20
16. Для спортивной дисциплины прыжки			
16.1.	Бег на 20 м с ходу	с	не более
			3,7 4,5
16.2.	Присед-вставание со штангой на плечах	кг	не менее
			60 40
16.3.	Прыжок в длину с места	см	не менее
			230 200
17. Для спортивных дисциплин метание, толкание			
17.1.	Бег на 20 м с ходу	с	не более
			3,0 3,7
17.2.	Прыжок в длину с места	см	не менее
			190 170
17.3.	Жим штанги из положения лежа на спине	кг	не менее
			50 30
17.4.	Присед-вставание со штангой на плечах	кг	не менее
			60 40
18. Для спортивной дисциплины многоборье			
18.1.	Бег на 20 м с ходу	с	не более
			3,2 3,9
18.2.	Прыжок в длину с места	см	не менее
			190 170
18.3.	Бег 1000 м	мин, с	не более
			4.50 5.20
18.4.	Бег на 300 м	с	не более
			55 60

18.5.	Присед-вставание со штангой на плечах	кг	не менее	
			60	40
18.6.	Жим штанги из положения лежа на спине	кг	не менее	
			45	30
19. Для спортивной дисциплины лыжные гонки				
19.1.	Бег на 100 м	с	не более	
			14,3	-
19.2.	Бег на 60 м	с	не более	
			-	12,0
19.3.	Бег на 1000 м	мин, с	не более	
			3.45	-
19.4.	Бег на 800 м	мин, с	не более	
			-	3.45
19.5.	Лыжи классический стиль 5 км	мин, с	не более	
			17.40	-
19.6.	Лыжи классический стиль 2,5 км	мин, с	не более	
			-	10.30
19.7.	Лыжи свободный стиль 10 км	мин, с	не более	
			34.45	-
19.8.	Лыжи свободный стиль 5 км	мин, с	не более	
			-	19.30
20. Для спортивной дисциплины настольный теннис				
20.1.	Кистевая динамометрия	кг	не менее	
			20	16
20.2.	Бросок медицинбола весом 1 кг двумя руками из-за головы из положения сидя	м	не менее	
			5,50	4,80
20.3.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			23	17
20.4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			15	8
21. Для спортивной дисциплины пауэрлифтинг				
21.1.	Кистевая динамометрия максимальная	кг	не менее	
			20	16
21.2.	Бросок медицинбола весом 1 кг двумя руками из-за головы из положения сидя	м	не менее	
			6,0	5,5
21.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях на прямых руках	количество раз	не менее	
			15	-
21.4.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			-	30

21.5.	Сгибание и разгибание рук в висе на перекладине	количество раз	не менее	
			7	-
21.6.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			-	10
22. Для спортивной дисциплины плавание				
22.1.	Плавание избранным способом	-	оценка техники выполнения	
22.2.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1,2 кг	количество раз	не менее	
			18	-
22.3.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг	количество раз	не менее	
			-	14
22.4.	Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамейки	количество раз	не менее	
			20	12
22.5.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			210	170
23. Для спортивной дисциплины спортивная гимнастика				
23.1.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			170	140
23.2.	Бег на 20 м с высокого старта	с	не более	
			5,2	6,0
23.3.	Лазанье по канату 3 м	-	без учета времени	
23.4.	Исходное положение – сед, ноги врозь на гимнастических брусьях, подъем ног в положение «угол»	с	не менее	
			10	7
23.5.	Исходное положение – упор на гимнастических кольцах, удержание положения «угол»	с	не менее	
			2	-
23.6.	Исходное положение – «угол» на гимнастической стенке, подъем ног в положение «высокий угол»	количество раз	не менее	
			-	4
23.7.	Исходное положение – вис на гимнастических кольцах, силой перемещение в вис сзади (обозначить), вернуться в исходное положение	количество раз	не менее	
			2	
23.8.	Исходное положение – сед, ноги врозь на гимнастических брусьях, подъем ног в положение упор «углом вне»	с	не менее	
			4,5	3,0
23.9.	Положение «упор» на гимнастических кольцах	с	не менее	
			6	-

23.10.	Положение вис на согнутых руках, согнув ноги на гимнастической жерди	с	не менее	
			-	8
24. Для спортивной дисциплины теннис				
24.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			4,9	5,5
24.2.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			190	170
24.3.	Прыжок вверх с места	см	не менее	
			28	23
24.4.	Наклон вперед стоя на возвышении	количество раз	не менее	
			1	
24.5.	Челночный бег 6x8 м	с	не более	
			15,2	17,1
25. Для спортивной дисциплины тхэквондо-пхумсэ				
25.1.	Бег на 100 м	с	не более	
			14,5	15,0
25.2.	Бег на 1000 м	мин, с	не более	
			3.20	4.00
25.3.	Подтягивания на перекладине	количество раз	не менее	
			10	6
25.4.	Отжимание на брусьях	количество раз	не менее	
			15	10
25.5.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			200	175
26. Для спортивной дисциплины мини-футбол				
26.1.	Бег на 15 м с высокого старта	с	не более	
			2,7	3,2
26.2.	Бег на 15 м с ходу	с	не более	
			2,5	3,0
26.3.	Бег на 30 м с высокого старта	с	не более	
			5,2	5,9
26.4.	Бег на 1500 м	мин, с	не более	
			5.30	6.00
26.5.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			200	175
26.6.	Прыжок вверх со взмахом руками	см	не менее	
			20	15
26.7.	Прыжок вверх без взмаха руками	см	не менее	
			12	9
27. Для спортивной дисциплины футбол				
27.1.	Бег на 15 м с высокого старта	с	не более	
			2,7	-

27.2.	Бег на 15 м с ходу	с	не более	
			2,5	-
27.3.	Бег на 30 м с высокого старта	с	не более	
			5,2	-
27.4	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			200	-
27.5.	Бег на 30 м с ходу	с	не более	
			5,6	-
27.6.	Бег на 1500 м	мин, с	не более	
			5.30	-
27.7.	Прыжок вверх без замаха руками	см	не менее	
			12	-
27.8.	Прыжок вверх со взмахом руками	см	не менее	
			20	-
28. Уровень спортивной квалификации				
Для спортивных дисциплин баскетбол, баскетбол 3 x 3, гандбол, футбол, мини-футбол				
28.1.	Спортивный разряд «первый спортивный разряд»			
Для спортивных дисциплин академическая гребля, бадминтон, велоспорт - трек, велоспорт - шоссе, горнолыжный спорт, дзюдо, выездка, конкур, пробеги, бег на короткие дистанции, бег на средние дистанции, бег на длинные дистанции, ходьба, прыжки, метание, толкание, кросс, многоборье, лыжные гонки, настольный теннис, пауэрлифтинг, плавание, спортивная гимнастика, теннис, тхэквондо-пхумсэ				
28.2.	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»			

Приложение № 9
к федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта
«спорт лиц с интеллектуальными
нарушениями», утвержденному
приказом Минспорта России
от «28» ноября 2022 г. № 1082

**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 лиц с интеллектуальными нарушениями»**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши/ мужчины	девушки/ женщины
1. Для спортивной дисциплины академическая гребля				
1.1.	Непрерывная гребля в гребном бассейне (канале) в лодке (5 мин)	-	оценка техники выполнения	
1.2.	Прохождение дистанции на тренажере (гребном эргометр) на 2000 м	мин, с	не более	
			8.20	8.50
1.3.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 8 кг	количество раз	не менее	
			18	-
1.4.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 6 кг	количество раз	не менее	
			-	15
1.5.	Жим штанги из положения лежа на спине	кг	не менее	
			30	20
1.6.	Бросок медицинбола весом 2 кг из положения сидя	м	не менее	
			6	-
1.7.	Бросок медицинбола весом 1 кг из положения сидя	м	не менее	
			-	6
2. Для спортивной дисциплины бадминтон				
2.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			4,4	4,9
2.2.	Челночный бег 6х5 м	с	не более	
			8,5	9,8
2.3.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			260	230
2.4.	Метание волана	м	не менее	
			8	7

3. Для спортивной дисциплины баскетбол			
3.1.	Бег на 20 м	с	не более
			3,9 4,25
3.2.	Скоростное ведение мяча 20 м	с	не более
			8,7 9,4
3.3.	Прыжок в длину с места	см	не менее
			275 235
3.4.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее
			40 35
3.5.	Бег на 600 м	мин, с	не более
			1.42 1.55
3.6.	Челночный бег 40 с на 28 м	м	не менее
			235 210
4. Для спортивной дисциплины баскетбол 3 x 3			
4.1.	Бег на 20 м	с	не более
			3,9 4,25
4.2.	Скоростное ведение мяча 20 м	с	не более
			8,7 9,4
4.3.	Прыжок в длину с места	см	не менее
			270 230
4.4.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее
			40 35
4.5.	Бег на 600 м	мин, с	не более
			1.42 1.55
4.6.	Челночный бег 40 с на 28 м	м	не менее
			235 210
5. Для спортивной дисциплины велоспорт - трек			
5.1.	Гонка на треке 200 м со старта с места	с	не более
			11,6 12,8
5.2.	Поднимание туловища из положения лежа на спине за 20 с	количество раз	не менее
			14 10
5.3.	Индивидуальная гонка на время 4 км	мин, с	не более
			3.45 -
5.4.	Индивидуальная гонка на время 3 км	мин, с	не более
			- 4.00
5.5.	Подтягивания на перекладине	количество раз	не менее
			15 6
5.6.	Приседание со штангой весом не менее 80% от собственного веса обучающегося	количество раз	не менее
			8 -
5.7.	Приседание со штангой весом не менее 50% от собственного веса обучающегося	количество раз	не менее
			- 5

5.8.	В висе удержание ног в положении прямого угла	с	не менее	
			13	11
5.9.	Подтягивания на перекладине за 20 с	количество раз	не менее	
			12	-
5.10.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу за 20 с	количество раз	не менее	
			-	10
6. Для спортивной дисциплины велоспорт - шоссе				
6.1.	Бег на 3000 м	мин, с	не более	
			15.0	18.0
6.2.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			210	190
6.3.	Приседание со штангой весом не менее 70% от собственного веса обучающегося	количество раз	не менее	
			6	-
6.4.	Приседание со штангой весом не менее 50% от собственного веса обучающегося	количество раз	не менее	
			-	3
6.5.	Подтягивания на перекладине	количество раз	не менее	
			10	4
6.6.	Индивидуальная гонка на время 25 км	мин	не более	
			40	43
7. Для спортивной дисциплины гандбол				
7.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			4,5	-
7.2.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			8,7	-
7.3.	Бросок медицинбола массой 1 кг с места на дальность одной рукой	м	не менее	
			22	-
7.4.	Бросок медицинбола массой 1 кг с места на дальность двумя руками сидя	м	не менее	
			7,8	-
7.5.	Тройной прыжок с места	см	не менее	
			750	-
8. Для спортивной дисциплины горнолыжный спорт				
8.1.	Бег на 100 м	с	не более	
			12,9	14,0
8.2.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			225	190
8.3.	Прыжок в высоту с места	см	не менее	
			30	25
8.4.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			30	20

8.5.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			8,9	9,1
8.6.	Подтягивания на перекладине	количество раз	не менее	
			10	-
8.7.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			-	20
8.8.	Наклон вперед из положения сидя, пальцы рук ниже линии стоп	см	не менее	
			6	
8.9.	Бег 6 мин	м	не менее	
			1400	1100
9. Для спортивной дисциплины дзюдо				
9.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			9,0	10,7
9.2.	Бег на 1500 м	мин, с	не более	
			5.50	6.40
9.3.	Лазанье по канату без помощи ног 4 м	количество раз	не менее	
			2	1
9.4.	Поднимание ног из виса на перекладине до уровня хвата руками	количество раз	не менее	
			10	7
9.5.	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях	количество раз	не менее	
			20	13
9.6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине за 20 с	количество раз	не менее	
			12	9
9.7.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу за 20 с	количество раз	не менее	
			13	9
9.8.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			200	170
10. Для спортивной дисциплины выездка				
10.1.	Вращение на двух ногах вокруг своей оси, глаза открыты, руки на поясе, после остановки пройти прямо 10 оборотов	с	не более	
			20	
10.2.	Стойка на одной ноге, глаза закрыты, руки скрещены, ладони на плечах	с	не менее	
			9	
10.3.	Седловка лошади	мин	не более	
			15	
10.4.	Приседание, руки вперед, без остановки	количество раз	не менее	
			15	
10.5.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			8	

10.6.	Наклон вперед из положения сидя, ноги врозь	количество раз	не менее	
			1	
10.7.	Поднимание ноги, согнутой в колене, из положения стоя	количество раз	не менее	
			1	
11. Для спортивных дисциплин конкур, пробеги				
11.1.	Вращение на двух ногах вокруг своей оси, глаза открыты, руки на поясе, после остановки пройти прямо 10 оборотов	с	не более	
			20	
11.2.	Стойка на одной ноге, глаза закрыты, руки скрещены, ладони на плечах	с	не менее	
			9	
11.3.	Седловка лошади	мин	не более	
			15	
11.4.	Приседание, руки вперед, без остановки	количество раз	не менее	
			19	
11.5.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			14	
11.6.	Наклон вперед из положения сидя, ноги врозь	количество раз	не менее	
			1	
11.7.	Поднимание ноги, согнутой в колене, из положения стоя	количество раз	не менее	
			1	
12. Для спортивной дисциплины бег на короткие дистанции				
12.1.	Бег на 20 м с ходу	с	не более	
			2,5	2,9
12.2.	Бег на 100 м	с	не более	
			12,6	13,8
12.3.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			250	220
12.4.	Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее	
			40	35
12.5.	Присед-вставание со штангой на плечах	кг	не менее	
			65	45
13. Для спортивной дисциплины бег на средние дистанции				
13.1.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			230	210
13.2.	Бег на 1000 м	мин, с	не более	
			4,30	5,10
13.3.	Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее	
			35	30

13.4.	Бег на 60 м	с	не более	
			9,0	9,5
14. Для спортивных дисциплин бег на длинные дистанции, кросс				
14.1.	Бег на 3000 м	мин, с	не более	
			12.30	-
14.2.	Бег на 2000 м	мин, с	не более	
			-	11.30
14.3.	Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее	
			35	30
14.4.	Бег на 100 м	с	не более	
			13,5	15,0
15. Для спортивной дисциплины ходьба				
15.1.	Ходьба на 1000 м	мин, с	не более	
			4.50	5.00
15.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			30	25
15.3.	Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее	
			40	35
16. Для спортивной дисциплины прыжки				
16.1.	Бег на 20 м с ходу	с	не более	
			2,9	3,2
16.2.	Присед-вставание со штангой на плечах	кг	не менее	
			65	45
16.3.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			250	230
17. Для спортивных дисциплин метание, толкание				
17.1.	Бег на 20 м с ходу	с	не более	
			2,8	3,5
17.2.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			240	200
17.3.	Жим штанги из положения лежа на спине	кг	не менее	
			55	40
17.4.	Присед-вставание со штангой на плечах	кг	не менее	
			65	45
18. Для спортивной дисциплины многоборье				
18.1.	Бег на 20 м с ходу	с	не более	
			2,9	3,2
18.2.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			250	220
18.3.	Жим штанги из положения лежа на спине	кг	не менее	
			55	45

18.4.	Бег на 300 м	с	не более	
			50	55
18.5.	Бег на 1000 м	мин, с	не более	
			4.30	5.10
18.6.	Присед-вставание со штангой на плечах	кг	не менее	
			65	50
19. Для спортивной дисциплины лыжные гонки				
19.1.	Бег на 100 м	с	не более	
			13,9	-
19.2.	Бег на 60 м	с	не более	
			-	11,4
19.3.	Бег на 1000 м	мин, с	не более	
			3.30	-
19.4.	Бег на 800 м	мин, с	не более	
			-	3.00
19.5.	Лыжи классический стиль 10 км	мин, с	не более	
			35.25	-
19.6.	Лыжи классический стиль 5 км	мин, с	не более	
			-	18.55
19.7.	Лыжи свободный стиль 10 км	мин, с	не более	
			32.55	-
19.8.	Лыжи свободный стиль 5 км	мин, с	не более	
			-	18.00
19.9.	Кросс 3 км	мин, с	не более	
			12.15	-
19.10.	Кросс 2 км	мин, с	не более	
			-	9.35
20. Для спортивной дисциплины настольный теннис				
20.1.	Кистевая динамометрия	кг	не менее	
			22	17
20.2.	Бросок медицинбола весом 1 кг двумя руками из-за головы из положения сидя	м	не менее	
			9,0	5,50
20.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях на прямых руках	количество раз	не менее	
			20	-
20.4.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			-	22
20.5.	Сгибание и разгибание рук из виса на перекладине	количество раз	не менее	
			8	-
20.6.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			-	10
21. Для спортивной дисциплины пауэрлифтинг				

21.1.	Кистевая динамометрия максимальная	кг	не менее	
			24	20
21.2.	Бросок медицинбола весом 1 кг двумя руками из-за головы из положения сидя	м	не менее	
			7,5	6,0
21.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях на прямых руках	количество раз	не менее	
			14	-
21.4.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			-	20
21.5.	Сгибание и разгибание рук в весе на перекладине	количество раз	не менее	
			8	-
21.6.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			-	10
22. Для спортивной дисциплины плавание				
22.1.	Плавание всеми спортивными способами (стилями)	-	оценка техники выполнения	
22.2.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1,5 кг	количество раз	не менее	
			20	-
22.3.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг	количество раз	не менее	
			-	18
22.4.	Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамейки	количество раз	не менее	
			25	18
22.5.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			240	190
22.6.	Жим штанги из положения лежа на спине	кг	не менее	
			50	30
23. Для спортивной дисциплины спортивная гимнастика				
23.1.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			185	155
23.2.	Бег на 20 м с высокого старта	с	не более	
			2,9	3,2
23.3.	«Высокий угол» на гимнастических брусьях	с	не менее	
			5,0	-
23.4.	Исходное положение – вис на гимнастической жерди, «вис углом»	с	не менее	
			-	10
23.5.	Исходное положение – упор на гимнастических брусьях. Сгибание и разгибание рук	с	не менее	
			15	-
23.6.	Сгибание и разгибание рук в весе на гимнастической жерди	количество раз	не менее	
			-	8

23.7.	Исходное положение – вис на гимнастической перекладине, подъем переворотом в упор	количество раз	не менее	
			7	5
23.8.	Исходное положение – вис на гимнастических кольцах, силой выход в упор	количество раз	не менее	
			2	-
23.9.	Исходное положение – вис на гимнастической стенке, силой поднимание ног до касания верхней планки	количество раз	не менее	
			-	10
23.10.	Исходное положение – упор стоя, ноги врозь согнувшись, силой выход в стойку на руках	количество раз	не менее	
			5	-
23.11.	Исходное положение – упор лежа, сгибание и разгибание рук	количество раз	не менее	
			-	15
23.12.	Упор «углом» на гимнастических кольцах	с	не менее	
			10,0	-
23.13.	Упор «углом» на гимнастическом бревне	с	не менее	
			-	8,0
24. Для спортивной дисциплины теннис				
24.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			3,9	4,7
24.2.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			230	190
24.3.	Прыжок вверх с места	см	не менее	
			34	27
24.4.	Наклон вперед, стоя на возвышении	-	выполнить	
24.5.	Челночный бег 6x8 м	с	не более	
			14,1	16,1
25. Для спортивной дисциплины тхэквондо-пхумсэ				
25.1.	Бег на 100 м	с	не более	
			13,5	14,2
25.2.	Бег на 1000 м	мин, с	не более	
			3.00	4.00
25.3.	Подтягивания на перекладине	количество раз	не менее	
			15	7
25.4.	Отжимание на брусьях	количество раз	не менее	
			20	10
25.5.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			220	190

26. Для спортивной дисциплины мини-футбол			
26.1.	Бег на 15 м с высокого старта	с	не более
			2,6 3,1
26.2.	Бег на 15 м с ходу	с	не более
			2,4 2,9
26.3.	Бег на 30 м с высокого старта	с	не более
			4,2 4,5
26.4.	Бросок медицинбола весом 1 кг двумя руками из-за головы	м	не менее
			7,0 3,0
26.5.	Прыжок в длину с места	см	не менее
			230 190
26.6.	Прыжок вверх со взмахом руками	см	не менее
			27 20
26.7.	Прыжок вверх без взмаха руками	см	не менее
			16 12
27. Для спортивной дисциплины футбол			
27.1.	Бег на 15 м с высокого старта	с	не более
			2,6 -
27.2.	Бег на 15 м с ходу	с	не более
			2,4 -
27.3.	Бег на 30 м с высокого старта	с	не более
			4,2 -
27.4.	Прыжок в длину с места	см	не менее
			230 -
27.5.	Бег на 15 м с высокого старта	с	не более
			2,6 -
27.6.	Бег на 1500 м	мин, с	не более
			4.00 -
27.7.	Прыжок вверх без взмаха руками	см	не менее
			16 -
27.8.	Прыжок вверх со взмахом руками	см	не менее
			27 -
28. Уровень спортивной квалификации			
Для спортивных дисциплин баскетбол, баскетбол 3 x 3, гандбол, футбол, мини-футбол			
28.1.	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»		
Для спортивных дисциплин академическая гребля, бадминтон, велоспорт - трек, велоспорт - шоссе, горнолыжный спорт, дзюдо, выездка, конкур, пробеги, бег на короткие дистанции, бег на средние дистанции, бег на длинные дистанции, ходьба, прыжки, метание, толкание, кросс, многоборье, лыжные гонки, настольный теннис, пауэрлифтинг, плавание, спортивная гимнастика, теннис, тхэквондо-пхумсэ			
28.2.	Спортивное звание «мастер спорта России»		

Приложение № 10
к федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта
«спорт лиц с интеллектуальными
нарушениями», утвержденному
приказом Минспорта России
от «28» ноября 2022 г. № 1082

**Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми
для прохождения спортивной подготовки**

Таблица № 1

№ п/п	Наименование оборудования, спортивного инвентаря	Единица измерения	Количество изделий
Для спортивной дисциплины академическая гребля			
1.	Бинокль морской (7-кратный, объектив 50 мм)	штук	1
2.	Весла для распашной гребли	пар	8
3.	Весла для парной гребли	пар	8
4.	Весы (до 150 кг)	штук	1
5.	Гантели переменного веса (от 3 до 12 кг)	комплект	2
6.	Гребной эргометр (гребной тренажер)	штук	2
7.	Катер моторный для обслуживания гонок и тренировок	штук	1
8.	Козлы для лодок	комплект	5
9.	Круг спасательный	штук	4
10.	Кушетка массажная	штук	1
11.	Лодка академическая одиночка	штук	4
12.	Лодка академическая четверка с рулевым на корме для распашной гребли	штук	2
13.	Лодка академическая двойка для парной гребли	штук	3
14.	Мат гимнастический	штук	4
15.	Мотор лодочный подвесной	штук	1
16.	Мячи набивные (медицинболы) (от 1 до 5 кг)	комплект	2
17.	Причальный плот (10 x 4 м)	комплект	1
18.	Секундомер	штук	8
19.	Скамейка гимнастическая	штук	4
20.	Спасательный трос	штук	2
21.	Штанга тренировочная	штук	1
22.	Электромегафон	штук	2
Для спортивной дисциплины бадминтон			
23.	Волан для бадминтона	штук	300
24.	Гантели переменного веса (от 3 до 12 кг)	комплект	3
25.	Мячи набивные (медицинболы) (от 1 до 5 кг)	комплект	7
26.	Перекладина гимнастическая	штук	1
27.	Ракетка для бадминтона	штук	12
28.	Сетка для бадминтона	комплект	2

29.	Скамейка гимнастическая	штук	3
30.	Стенка гимнастическая	штук	3
31.	Стойка для бадминтона	комплект	2
Для спортивной дисциплины баскетбол			
32.	Барьер легкоатлетический	штук	10
33.	Гантели массивные (от 0,5 до 5 кг)	комплект	3
34.	Доска тактическая	штук	2
35.	Конструкция баскетбольного щита в сборе (щит, корзина с кольцом, сетка, опора)	комплект	2
36.	Конус (высотой 15 см)	штук	20
37.	Корзина для мячей	штук	2
38.	Мяч баскетбольный	штук	15
39.	Мячи набивные (медицинболы) (от 1 до 5 кг)	комплект	6
40.	Мяч теннисный	штук	10
41.	Насос для накачивания мячей с комплектами игл	штук	4
42.	Свисток	штук	4
43.	Секундомер	штук	4
44.	Скакалка	штук	12
45.	Скамейка гимнастическая	штук	4
46.	Стойка для обводки	штук	10
47.	Утяжелитель для ног (от 0,2 до 2 кг)	комплект	10
48.	Утяжелитель для рук (от 0,25 до 3 кг)	комплект	10
49.	Эспандер резиновый ленточный	штук	12
Для спортивной дисциплины баскетбол 3 x 3			
50.	Барьер легкоатлетический	штук	10
51.	Гантели массивные (от 0,5 до 5 кг)	комплект	3
52.	Доска тактическая	штук	2
53.	Конструкция баскетбольного щита в сборе (щит, корзина с кольцом, сетка, опора)	комплект	2
54.	Конус (высотой 15 см)	штук	20
55.	Корзина для мячей	штук	2
56.	Мяч баскетбольный	штук	12
57.	Мячи набивные (медицинболы) (от 1 до 5 кг)	комплект	6
58.	Мяч теннисный	штук	10
59.	Насос для накачивания мячей с комплектами игл	штук	4
60.	Свисток	штук	4
61.	Секундомер	штук	4
62.	Скакалка	штук	12
63.	Скамейка гимнастическая	штук	4
64.	Стойка для обводки	штук	10
65.	Утяжелители для ног (от 0,2 до 2 кг)	комплект	10
66.	Утяжелители для рук (от 0,25 до 3 кг)	комплект	10
67.	Эспандер резиновый ленточный	штук	12
Для спортивной дисциплины велоспорт - трек			
68.	Автомобиль легковой для сопровождения	штук	1
69.	Велостанок универсальный	штук	1
70.	Верстак железный с тисками	штук	1
71.	Гантели переменного веса (от 0,5 до 5 кг)	комплект	3
72.	Доска информационная	штук	1
73.	Дрель ручная	штук	1

74.	Дрель электрическая	штук	1
75.	Камера	штук	10
76.	Капсула каретки	штук	10
77.	Маты гимнастические	штук	10
78.	Микроавтобус для перевозки велосипедов и снаряжения	штук	1
79.	Мячи набивные (медицинболы) (от 1 до 5 кг)	комплект	6
80.	Мяч футбольный	штук	1
81.	Набор инструментов для ремонта велосипедов	комплект	2
82.	Набор передних кареток	штук	6
83.	Набор слесарных инструментов	штук	1
84.	Насос для подкачки покрышек	штук	2
85.	Насос-компрессор для подкачки колес	штук	2
86.	Переносная стойка для ремонта велосипедов	штук	1
87.	Планшет для карт	комплект	1
88.	Покрышка	штук	10
89.	Рулетка металлическая (20 м)	штук	1
90.	Скамейка гимнастическая	штук	4
91.	Спица	штук	25
92.	Средства обслуживания велосипеда (смазки, спреи, щетки)	штук	4
93.	Станок для правки колес и спицной ключ	комплект	2
94.	Станок сверлильный	штук	1
95.	Стенка гимнастическая	штук	8
96.	Тормозной диск	штук	7
97.	Тормозные колодки	комплект	10
98.	Трос и рубашка переключения	штук	50
99.	Устройство для развития стоп	штук	1
100.	Цепь с кассетой	штук	10
101.	Чашка рулевая	штук	7
102.	Штанга тяжелоатлетическая	штук	2
103.	Эксцентрик	штук	7
104.	Эспандер ручной двойного действия	штук	15
Для спортивной дисциплины велоспорт - шоссе			
105.	Автомобиль легковой для сопровождения	штук	1
106.	Велостанок универсальный	штук	1
107.	Верстак железный с тисками	штук	1
108.	Доска информационная	штук	1
109.	Дрель ручная	штук	1
110.	Дрель электрическая	штук	1
111.	Камера	штук	10
112.	Капсула каретки	штук	10
113.	Микроавтобус для перевозки велосипедов и снаряжения	штук	1
114.	Мячи набивные (медицинболы) (от 1 до 5 кг)	комплект	6
115.	Набор инструментов для ремонта велосипедов	комплект	1
116.	Набор передних кареток	комплект	6
117.	Набор слесарных инструментов	комплект	1
118.	Насос для подкачки покрышек	штук	2
119.	Переносная стойка для ремонта велосипедов	штук	1

120.	Планшет для карт	штук	1
121.	Покрышка	штук	10
122.	Рулетка металлическая (20 м)	штук	1
123.	Секундомер	штук	1
124.	Спица	штук	25
125.	Средства обслуживания велосипеда (смазки, спреи, щетки)	комплект	4
126.	Станок для правки колес и спицной ключ	комплект	2
127.	Станок сверлильный	штук	1
128.	Тормозной диск	штук	7
129.	Тормозные колодки	комплект	10
130.	Трос и рубашка переключения	штук	50
131.	Цепь с кассетой	штук	10
132.	Чашка рулевая	комплект	7
133.	Эксцентрик	штук	7
Для спортивной дисциплины гандбол			
134.	Ворота гандбольные	комплект	2
135.	Гантели массивные (от 1 до 5 кг)	комплект	10
136.	Гантели переменного веса (от 3 до 12 кг)	комплект	5
137.	Мяч гандбольный	штук	16
138.	Сетка гашения для ворот гандбольных	штук	4
139.	Сетка для переноски мячей	штук	2
140.	Сетка заградительная для зала (6 x 15 м)	штук	2
Для спортивной дисциплины горнолыжный спорт			
141.	Барьеры тренировочные для прыжков	штук	10
142.	Гантели массивные от 0,5 до 5 кг	комплект	3
143.	Гантели переменной массы от 3 до 12 кг	комплект	3
144.	Жилет с отягощением	штук	6
145.	Канат координационный с крепежным устройством	штук	2
146.	Коврик гимнастический	штук	6
147.	Конусы разметочные, резиновые	штук	30
148.	Координационная лестница	штук	1
149.	Крепления лыжные	комплект	6
150.	Лента для ограждения трасс	метр	1000
151.	Лыжи горные	пар	6
152.	Мат гимнастический	штук	6
153.	Мостик гимнастический	штук	1
154.	Мячи гимнастические (фитболы) 65 см, 75 см	комплект	6
155.	Палка гимнастическая	штук	6
156.	Палки горнолыжные	пар	6
157.	Перекладина гимнастическая	штук	1
158.	Свисток	штук	1
159.	Секундомер	штук	1
160.	Скакалка гимнастическая	штук	6
161.	Скамейка гимнастическая	штук	3
162.	Снегоход	штук	1
163.	Станок для заточки кантов горных лыж	штук	1
164.	Станок для подготовки лыж (тиски)	штук	1
165.	Стенка гимнастическая	штук	2
166.	Термометр	штук	2

167.	Шлем горнолыжный	штук	6
Для спортивной дисциплины дзюдо			
168.	Весы (до 150 кг)	штук	1
169.	Гантели переменного веса (от 1,5 до 6 кг)	комплект	3
170.	Гири спортивные (16 кг, 24 кг, 32 кг)	комплект	2
171.	Гонг боксерский	штук	1
172.	Зеркало (2х3 м)	штук	2
173.	Канат для лазанья	штук	3
174.	Канат для перетягивания	штук	1
175.	Ковер татами	штук	1
176.	Кушетка массажная	штук	2
177.	Манекен тренировочный для борьбы (разного веса)	штук	15
178.	Мат гимнастический	штук	8
179.	Мячи набивные (медицинболы) (от 1 до 5 кг)	комплект	6
180.	Насос универсальный (для накачивания спортивных мячей)	штук	1
181.	Перекладина гимнастическая	штук	1
182.	Пояс ручной для страховки	штук	2
183.	Секундомер	штук	2
184.	Скамейка гимнастическая	штук	3
185.	Стенка гимнастическая	штук	3
186.	Тренажер кистевой фрикционный	штук	3
187.	Тренажер универсальный малогабаритный	штук	1
188.	Флажки судейские (синий, белый)	комплект	3
189.	Штанга тяжелоатлетическая	комплект	1
Для спортивных дисциплин конкур, выездка, пробег			
190.	Автоматизированное устройство для моциона лошади (водилка)	штук	1
191.	Автомобиль-коневоз на стационарной платформе пятиместный-восьмиместный	штук	1
192.	Автомобиль-тягач с прицепом на 2-4 лошади	штук	1
193.	Бич	штук	6
194.	Ведро для воды или корма	штук	24
195.	Весы электронные	штук	1
196.	Декоративные элементы для оформления площадки (фитодизайн)	комплект	12
197.	Доска информационная	штук	1
198.	Звуковоспроизводящее и звукоусиливающее оборудование	комплект	1
199.	Кардиомонитор или фонендоскоп	штук	8
200.	Квадроцикл	штук	1
201.	Набор ковочных инструментов	комплект	2
202.	Развязки	пар	12
203.	Сборно-разборное ограждение для площадки	комплект	4
204.	Седелка	штук	6
205.	Снегоход	штук	1
206.	Указатели для трассы	комплект	4
207.	Установка-солярий для лошади	штук	2
208.	Хлыст	штук	12
209.	Ракия беспроводная с передатчиком и ушной	комплект	6

	гарнитурой		
210.	Пульсометр для лошади	штук	4
211.	Гурга	штук	4
212.	Борона	штук	2
213.	Препятствия	комплект	2
214.	Буквы для выездкового поля (в том числе тумбы)	комплект	4
215.	Створы старт-финиш	комплект	4
216.	Ящик для транспортировки амуниции	штук	6
217.	Ящик для щеток	штук	6
Для спортивных дисциплин бег на короткие дистанции, бег на средние дистанции, бег на длинные дистанции, метание, прыжки, толкание, кросс, многоборье, ходьба			
218.	Барьер легкоатлетический универсальный	штук	20
219.	Брус для отгалкивания	штук	1
220.	Буфер для остановки ядра	штук	2
221.	Гантели массивные (от 0,5 до 5 кг)	комплект	10
222.	Гантели переменного веса (от 3 до 12 кг)	комплект	10
223.	Гири спортивные (16 кг, 24 кг, 32 кг)	комплект	3
224.	Грабли	штук	2
225.	Диск (массой 1 кг)	штук	7
226.	Диск (массой 1,5 кг)	штук	5
227.	Диск (массой 1,75 кг)	штук	5
228.	Диск (массой 2 кг)	штук	7
229.	Диск обрешиненный (0,5 до 2 кг)	комплект	3
230.	Доска информационная	штук	2
231.	Измеритель высоты установки планки для прыжков в высоту	штук	2
232.	Конус (высотой 30 см)	штук	15
233.	Конус (высотой 15 см)	штук	10
234.	Координационная лестница	штук	4
235.	Копье (массой 600 г)	штук	7
236.	Копье (массой 700 г)	штук	7
237.	Копье (массой 800 г)	штук	7
238.	Круг для места толкания ядра	штук	1
239.	Круг для метания диска	штук	1
240.	Круг для метания молота	штук	1
241.	Мат гимнастический	штук	10
242.	Место приземления для прыжков в высоту	штук	1
243.	Мяч для метания (140 г)	штук	10
244.	Мячи набивные (медицинболы) (от 1 до 5 кг)	комплект	8
245.	Молот (массой 3 кг)	штук	5
246.	Молот (массой 4 кг)	штук	5
247.	Молот (массой 5 кг)	штук	5
248.	Молот (массой 6 кг)	штук	5
249.	Молот (массой 7,26 кг)	штук	5
250.	Ограждение для метания диска	штук	1
251.	Ограждение для метания молота	штук	1
252.	Палочка эстафетная	штук	7
253.	Патроны для стартового пистолета	штук	1000
254.	Пистолет стартовый	штук	2
255.	Планка для прыжков в высоту	штук	4

256.	Помост тяжелоатлетический (2,8x2,8 м)	штук	1
257.	Препятствие для бега с препятствиями (3,66 м)	комплект	1
258.	Препятствие для бега с препятствиями (3,96 м)	комплект	3
259.	Препятствие для бега с препятствиями (5 м)	комплект	1
260.	Рулетка (10 м)	штук	3
261.	Рулетка (20 м)	штук	2
262.	Рулетка (50 м)	штук	1
263.	Рулетка (100 м)	штук	2
264.	Секундомер	штук	10
265.	Сетка для ограждения места тренировки метаний в помещении	штук	1
266.	Скамейка гимнастическая	штук	7
267.	Скамейка для жима штанги лежа	штук	4
268.	Стартовые колодки (станки)	комплект	10
269.	Стенка гимнастическая	штук	2
270.	Стойки для приседания со штангой	пар	1
271.	Указатель направления ветра	штук	4
272.	Штанга тяжелоатлетическая	штук	5
273.	Электромегафон	штук	1
274.	Ядро (весом 1 кг)	штук	5
275.	Ядро (весом 2 кг)	штук	7
276.	Ядро (весом 3 кг)	штук	10
277.	Ядро (весом 4 кг)	штук	15
278.	Ядро (весом 5 кг)	штук	15
279.	Ядро (весом 6 кг)	штук	10
280.	Ядро (весом 7,26 кг)	штук	10
281.	Ядро (весом 8 кг)	штук	5
Для спортивной дисциплины лыжные гонки			
282.	Амортизатор резиновый (эспандер лыжника)	штук	14
283.	Весы медицинские (до 150 кг)	штук	2
284.	Гантели массивные от 0,5 до 5 кг	комплект	2
285.	Гантели переменной массы от 3 до 12 кг	комплект	4
286.	Доска информационная	штук	1
287.	Зеркало настенное	комплект	4
288.	Крепления лыжные	пар	28
289.	Лыжероллеры для классического стиля передвижения	пар	7
290.	Лыжероллеры для конькового стиля передвижения	пар	7
291.	Лыжи гоночные для классического стиля передвижения	пар	7
292.	Лыжи гоночные для конькового стиля передвижения	пар	7
293.	Мат гимнастический	штук	7
294.	Мяч баскетбольный	штук	1
295.	Мяч волейбольный	штук	1
296.	Мячи набивные (медицинболы) (от 1 до 5 кг)	комплект	4
297.	Мяч теннисный	штук	7
298.	Мяч футбольный	штук	1
299.	Набор парафинов различных температур	комплект	12
300.	Набор препятствий (конусы, фишки, вешки)	комплект	1
301.	Палка гимнастическая	штук	7
302.	Палки для классического стиля передвижения	пар	7
303.	Палки для конькового стиля передвижения	пар	7
304.	Перекладина гимнастическая	штук	2

305.	Рулетка металлическая 50 м	штук	1
306.	Секундомер	штук	4
307.	Скамейка гимнастическая	штук	2
308.	Снегоход, укомплектованный приспособлением для прокладки лыжных трасс, либо ратрак (снегоуплотнительная машина для прокладки лыжных трасс)	штук	1
309.	Станок для подготовки лыж с ножками	штук	1
310.	Стенка гимнастическая	штук	2
311.	Стол для подготовки лыж	штук	2
312.	Термометр для измерения температуры снега	штук	1
313.	Термометр наружный	штук	4
314.	Флажки для разметки лыжных трасс	комплект	1
315.	Штанга тяжелоатлетическая с комплектом дисков	комплект	1
316.	Электромегафон	комплект	1
Для спортивной дисциплины настольный теннис			
317.	Гантели переменного веса (от 1,5 до 10 кг)	комплект	3
318.	Корзина для мячей	штук	2
319.	Корзина для мячей на вертикальной опоре передвижная	штук	2
320.	Ловушка для мячей для настольного тенниса	штук	2
321.	Мяч для настольного тенниса	штук	300
322.	Мячи набивные (медицинболы) (от 1 до 5 кг)	комплект	7
323.	Перекладина гимнастическая	штук	1
324.	Приспособление для сбора мячей для настольного тенниса	штук	2
325.	Ракетка для настольного тенниса	штук	8
326.	Скамейка гимнастическая	штук	3
327.	Стенка гимнастическая	штук	3
328.	Теннисный стол	штук	3
Для спортивной дисциплины пауэрлифтинг			
329.	Весы (до 200 кг)	штук	2
330.	Гантели переменного веса (от 3 до 60 кг)	пар	2
331.	Гантели постоянного веса (от 1 до 45 кг)	пар	2
332.	Гири спортивные (16 кг, 24 кг, 32 кг)	комплект	2
333.	Зеркало настенное (0,6x2 м)	комплект	8
334.	Кушетка массажная	штук	2
335.	Магнезница	штук	2
336.	Мат гимнастический	штук	10
337.	Перекладина гимнастическая	штук	1
338.	Плинты для пауэрлифтинга	пар	3
339.	Помост для пауэрлифтинга	комплект	6
340.	Секундомер	штук	3
341.	Скамейка гимнастическая	штук	3
342.	Скамья для жимовая для пауэрлифтинга	штук	2
343.	Стенка гимнастическая	штук	5
344.	Стойка для хранения (дисков, грифов, гантелей)	штук	5
345.	Стойки для приседания со штангой	пар	2
346.	Табло информационное световое электронное	комплект	2
347.	Штанга разборная для пауэрлифтинга	комплект	8

Для спортивной дисциплины плавание			
348.	Весы	штук	1
349.	Гантели переменного веса (от 1,5 до 10 кг)	комплект	3
350.	Кухетка массажная	штук	1
351.	Ласты	пар	6
352.	Лопатки для плавания	пар	6
353.	Мат гимнастический	штук	6
354.	Мячи набивные (медицинболы) (от 1 до 5 кг)	комплект	6
355.	Настенный секундомер	штук	2
356.	Перекладина гимнастическая	штук	1
357.	Плавательная доска	штук	6
358.	Плавательные поплавки-вставки для ног	штук	6
359.	Плавательный тренажер для тренировки в зале	штук	4
360.	Пояс с парашютом для плавания	штук	6
361.	Секундомер	штук	1
362.	Скамейка гимнастическая	штук	4
363.	Средства спасения (круг, шест, фал, поплавки)	комплект	1
364.	Стенка гимнастическая	штук	4
365.	Фен	штук	1
366.	Штанга спортивная	комплект	1
367.	Электромегафон	штук	1
Для спортивной дисциплины спортивная гимнастика			
368.	Батут	штук	1
369.	Бревно гимнастическое	штук	1
370.	Бревно гимнастическое напольное	штук	1
371.	Бревно гимнастическое переменной высоты	штук	1
372.	Брусья гимнастические (женские)	штук	2
373.	Брусья гимнастические (мужские)	штук	2
374.	Гантели переменного веса (от 2 до 6,5 кг)	комплект	1
375.	Дорожка акробатическая	комплект	1
376.	Дорожка для разбега	комплект	1
377.	Жердь гимнастическая женская на универсальных стойках	штук	2
378.	Зеркало настенное (12x2 м)	штук	1
379.	Канат для лазанья (диаметром 30 мм)	штук	5
380.	Ковер для вольных упражнений	штук	1
381.	Конь гимнастический маховый	штук	1
382.	Стол гимнастический прыжковый переменной высоты	штук	2
383.	Лонжа ручная	штук	2
384.	Лонжа ручная, винтовая	штук	2
385.	Лонжа ручная универсальная с широким поясом	штук	2
386.	Магнетница	штук	6
387.	Магnezия (из расчета кг на человека)	кг	из расчета 0,2 кг на человека
388.	Мат гимнастический	штук	50
389.	Мат поролоновый (200x300x40 см)	штук	2
390.	Мостик гимнастический	штук	12
391.	Музыкальный центр	штук	1
392.	Палка гимнастическая	штук	10
393.	Палка для остановки колец	штук	1

394.	Переключатель гимнастическая	штук	2
395.	Переключатель гимнастическая переменной высоты (универсальная)	штук	1
396.	Подвеска блочная с кольцами гимнастическая	пар	1
397.	Подставка для страхования	штук	2
398.	Поролон для страховочной ямы (из расчета 40 кг на 1 м ³ объема страховочной ямы)	кг	-
399.	Рама с кольцами гимнастическая	штук	1
400.	Скакалка гимнастическая	штук	6
401.	Скамейка гимнастическая	штук	8
402.	Стенка гимнастическая	штук	6
Для спортивной дисциплины теннис			
403.	Гантели переменного веса (от 1,5 до 10 кг)	комплект	3
404.	Мячи набивные (медицинболы) (от 1 до 5 кг)	комплект	10
405.	Ракетка теннисная	штук	12
406.	Стойка для теннисной сетки	штук	4
407.	Теннисная сетка	штук	2
408.	Теннисный мяч	штук	100
Для спортивной дисциплины тхэквондо-пхумсэ			
409.	Весы электронные	штук	2
410.	Доска информационная	штук	2
411.	Зеркало (0,6x2 м)	штук	6
412.	Лапа тренировочная	штук	16
413.	Макивара	штук	8
414.	Мат гимнастический (2x1 м)	штук	10
415.	Мешок водоналивной тренировочный напольный (манекен)	штук	8
416.	Напольное покрытие для тхэквондо (12x12 м)	штук	1
417.	Секундомер	штук	4
418.	Скамейка гимнастическая	штук	2
419.	Стенка гимнастическая	штук	6
Для спортивной дисциплины мини-футбол			
420.	Барьеры тренировочные	комплект	2
421.	Ворота мини-футбольные	комплект	2
422.	Ворота мини-футбольные, переносные, уменьшенных размеров	штук	4
423.	Гантели массивные (от 1 до 5 кг)	комплект	3
424.	Мяч мини-футбольный	штук	16
425.	Мячи набивные (медицинболы) (от 1 до 5 кг)	штук	6
426.	Насос универсальный (для накачивания спортивных мячей)	штук	3
427.	Планшет тренерский с фишками	штук	2
428.	Сетка для переноски мячей	штук	2
429.	Стойка для обводки	штук	20
430.	Фишки для обводки	комплект	2
Для спортивной дисциплины футбол			
431.	Барьеры тренировочные	комплект	2
432.	Ворота футбольные	комплект	2
433.	Ворота футбольные, переносные, уменьшенных размеров	комплект	4

434.	Гантели массивные (от 1 до 5 кг)	комплект	3
435.	Мячи набивные (медицинболы) (от 1 до 5 кг)	комплект	6
436.	Мяч футбольный	штук	22
437.	Насос универсальный (для накачивания спортивных мячей)	штук	4
438.	Планшет тренерский с фишками	штук	2
439.	Сетка для переноски мячей	штук	2
440.	Стойка для обводки	штук	20
441.	Фишки для обводки	комплект	2
442.	Флаг для разметки футбольного поля	штук	6

Животные, участвующие в спортивной подготовке						
Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки			Этап высшего спортивного мастерства
			Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Этап совершенствования спортивного мастерства	
			количество	количество	количество	количество
Для спортивной дисциплины выездка, конкур, пробеги						
Лошадь	штук	на обучающегося	0,3-1	0,5-1	1-2	1-3

Спортивный инвентарь, передаваемый в индивидуальное пользование												
№ п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки				Этап высшего спортивного мастерства				
				Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	
Для спортивной дисциплины академическая гребля												
1.	Весло для парной гребли	штук	на обучающегося	-	-	-	1	2	1	2		
2.	Весло для распашной гребли	штук	на обучающегося	-	-	-	1	2	1	2		
3.	Жилет спасательный	штук	на обучающегося	-	1	3	-	-	-	-		
Для спортивной дисциплины бадминтон												
4.	Волан	штук	на обучающегося	200	1	1000	1	1	1800	1	2400	
5.	Натяжка (струны)	комплект	на обучающегося	52	1	72	1	1	96	1	120	
6.	Обмотка для ракетки	штук	на обучающегося	18	1	36	1	1	48	1	60	
7.	Ракетка для бадминтона	штук	на обучающегося	4	1	6	1	1	8	1	10	
Для спортивных дисциплин баскетбол, баскетбол 3 x 3												
8.	Мяч для баскетбола	штук	на обучающегося	1	1	1	1	1	1	0,5	1	0,5
Для спортивных дисциплин велоспорт - трек, велоспорт - шоссе												
9.	Велобачок	штук	на обучающегося	1	1	2	1	1	4	1	8	1

10.	Велокомпьютер	штук	на обучающегося	-	-	1	2	2	2	4	2
11.	Велосипед гоночный трековый	штук	на обучающегося	1	2	1	2	2	3	2	1
12.	Велосипед гоночный шоссейный	штук	на обучающегося	1	2	1	2	1	2	2	1
13.	Велошлем (велокаска)	штук	на обучающегося	1	2	1	1	2	2	2	2
14.	Грязевой щиток	комплект	на обучающегося	1	2	2	2	2	2	2	1
15.	Держатель для велобачка	штук	на обучающегося	1	1	2	1	4	1	6	1
16.	Запасное колесо для трекового велосипеда	комплект	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	2	1
17.	Запасное колесо для шоссейного велосипеда	комплект	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	1
18.	Камера к соответствующей покрышке	комплект	на обучающегося	2	1	3	1	4	1	8	1
19.	Контактные педали	пар	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	2
20.	Контактные педали шоссе	пар	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	2
21.	Покрышка для различных условий трассы	комплект	на обучающегося	2	1	3	1	4	1	8	1
Для спортивной дисциплины гандбол											
22.	Мяч для гандбола	штук	на обучающегося	1	2	1	2	1	1	1	1
Для спортивной дисциплины горнолыжный спорт											
23.	Крепления	комплект	на обучающегося	1	3	2	3	4	3	6	3
24.	Лыжи	пар	на обучающегося	1	2	2	2	4	1	6	1
25.	Палки	пар	на обучающегося	1	1	1	2	2	1	1	1
Для спортивных дисциплин метание, прыжки, толкание, многоборье											
26.	Диск	штук	на обучающегося	-	-	1	3	1	2	1	1
27.	Копье	штук	на обучающегося	-	-	1	2	2	1	2	1

28.	Молот	штук	на обучающегося	-	-	1	3	1	2	1	1
29.	Шест	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	2	1
30.	Ядро	штук	на обучающегося	-	-	1	3	1	2	1	1
Для спортивной дисциплины лыжные гонки											
31.	Крепления лыжные	пар	на обучающегося	1	2	2	1	3	1	4	1
32.	Лыжероллеры	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
33.	Лыжи гоночные	пар	на обучающегося	1	2	2	1	3	1	4	1
34.	Палки для лыжных гонок	пар	на обучающегося	1	2	1	2	2	1	4	1
Для спортивной дисциплины настольный теннис											
35.	Клей (неорганический) в тубике	штук	на обучающегося	2	6	3	4	4	3	4	3
36.	Лента защитная для предохранения оснований и накладок ракетки для настольного тенниса от ударов и порывов в рулоне	штук	на обучающегося	1	12	2	6	4	3	4	3
37.	Мяч для настольного тенниса	штук	на обучающегося	100	1	150	1	250	1	300	1
38.	Основание ракетки для настольного тенниса	штук	на обучающегося	2	6	2	6	4	3	4	3
39.	Ракетка для настольного тенниса	штук	на обучающегося	1	1	2	1	2	1	3	1
40.	Резиновая накладка для ракетки для настольного тенниса	штук	на обучающегося	4	1	6	1	12	1	24	1
Для спортивной дисциплины плавание											
41.	Доска для плавания	штук	на обучающегося	1	3	1	3	1	2	1	2
42.	Лопатки для плавания	пар	на обучающегося	-	-	1	3	1	3	1	3

43.	Полпаков для ног	штуки	на обучающегося	-	-	1	3	1	2	1	2
44.	Пояс для плавания	штуки	на обучающегося	-	-	1	3	1	3	1	3
Для спортивной дисциплины теннис											
45.	Мяч теннисный	штуки	на обучающегося	5	1	10	1	36	1	72	1
46.	Ракетка для тенниса	штуки	на обучающегося	1	2	1	2	6	1	8	1
47.	Струны теннисные натуральные	комплект	на обучающегося	1	1	1	1	4	1	8	1
48.	Струны теннисные синтетические	комплект	на обучающегося	-	-	-	-	8	1	12	1
Для спортивной дисциплины мини-футбол											
49.	Мяч мини-футбольный	штуки	на обучающегося	1	1	1	1	2	1	2	1
Для спортивной дисциплины футбол											
50.	Мяч футбольный	штуки	на обучающегося	1	1	1	1	2	1	2	1

Приложение № 11
к федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта «спорт лиц
с интеллектуальными нарушениями»,
утвержденному приказом
Минспорта России
от «28» ноября 2022 г. № 1082

Обеспечение спортивной экипировкой

Таблица № 1

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Количество изделий
Для спортивной дисциплины академическая гребля			
1.	Жилет спасательный	штук	10
Для спортивной дисциплины горнолыжный спорт			
2.	Ботинки горнолыжные	пар	6
3.	Маска горнолыжная (очки)	штук	6
Для спортивной дисциплины мини-футбол			
4.	Манишка футбольная	штук	10
Для спортивной дисциплины футбол			
5.	Манишка футбольная	штук	14

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 академическая гребля													
1.	Велосипедные трусы	штук	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	2	1	2	1
2.	Комбинезон гребной летний	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1	1
3.	Комбинезон гребной утепленный	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1	1
4.	Костюм спортивный ветрозащитный	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1	1
5.	Костюм спортивный парадный	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	2	1	1
6.	Кроссовки легкоатлетические	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1	1
7.	Сандалии для водных видов спорта	пар	на обучающегося	-	-	-	-	1	-	1	2	1	2
8.	Термобелье спортивное	комплект	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	2	1
9.	Футболка	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	2	1
10.	Футболка утепленная (толстовка)	штук	на обучающегося	-	-	-	-	2	-	2	1	2	1

Для спортивной дисциплины бадминтон

		штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	2	1	1	2	1
11.	Костюм спортивный тренировочный	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	2	1	1	2	1
12.	Костюм спортивный парадный	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	2	1	1	2	1
13.	Кроссовки для бадминтона (для зала)	пар	на обучающегося	-	-	2	1	3	1	1	3	1	4	1
14.	Майка-полоукавка (футболка поло)	штук	на обучающегося	-	-	2	1	3	1	1	3	1	4	1
15.	Фиксаторы голеностопных суставов	комплект	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	-	1	1	2	1
16.	Фиксаторы коленных суставов	комплект	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	-	1	1	2	1
17.	Фиксаторы лучезапястных суставов	комплект	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	-	1	1	2	1
18.	Чехол для ракетки	штук	на обучающегося	-	-	2	1	3	1	1	3	1	4	1
19.	Шорты спортивные	штук	на обучающегося	-	-	2	1	2	1	1	2	1	4	1

Для спортивных дисциплин баскетбол, баскетбол 3 x 3

20.	Гольфы	пар	на обучающегося	-	-	2	1	2	1	1	2	1	3	1
21.	Костюм спортивный ветрозащитный	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	1	1	1	1	1
22.	Костюм спортивный парадный	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	1	2	1	1
23.	Кроссовки для баскетбола	пар	на обучающегося	-	-	2	1	2	1	1	2	1	3	1
24.	Кроссовки легкоатлетические	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1	2	1
25.	Майка	штук	на обучающегося	-	-	4	1	4	1	1	4	1	6	1
26.	Напульсники (фиксаторы лучезапястных суставов)	комплект	на обучающегося	-	-	-	-	2	1	-	2	1	2	1
27.	Носки	пар	на обучающегося	-	-	2	1	4	1	1	4	1	6	1
28.	Полотенце	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	-	1	1	1	1
29.	Сумка спортивная	штук	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	1	2	1	2	1
30.	Фиксатор голеностопного сустава (голеностопник)	комплект	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	1	2	1	2	1

31.	Фиксатор коленного сустава (наколенник)	комплект	на обучающегося	-	1	1	2	1	2	1
32.	Фиксатор лучезапястного сустава (напульсник)	комплект	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1
33.	Футболка	штук	на обучающегося	-	2	1	3	1	4	1
34.	Шапка спортивная	штук	на обучающегося	-	1	2	1	1	1	1
35.	Шорты спортивные (трусы спортивные)	штук	на обучающегося	-	1	1	2	1	3	1
Для спортивных дисциплин велоспорт - трек, велоспорт - шоссе										
36.	Бахилы	пар	на обучающегося	-	1	1	2	1	4	1
37.	Велогамашки короткие	пар	на обучающегося	-	1	2	1	1	2	1
38.	Велогамашки легкие	пар	на обучающегося	-	1	1	2	1	2	1
39.	Велогамашки теплые	пар	на обучающегося	-	1	2	2	1	2	1
40.	Велокомбинезон	штук	на обучающегося	-	1	1	1	1	1	1
41.	Веломайка	штук	на обучающегося	2	3	1	5	1	8	1
42.	Веломайка с длинным рукавом	штук	на обучающегося	-	1	1	2	1	3	1
43.	Велоперчатки летние	пар	на обучающегося	2	2	1	3	1	6	1
44.	Велоперчатки теплые	пар	на обучающегося	1	2	2	2	2	2	1
45.	Велотрусы	штук	на обучающегося	2	3	1	5	1	8	1
46.	Велотуфли байк	пар	на обучающегося	1	2	2	1	1	2	1
47.	Велотуфли шоссе	пар	на обучающегося	-	1	2	1	2	2	1
48.	Велощапка летняя	штук	на обучающегося	2	2	1	3	1	6	1
49.	Велощапка теплая	штук	на обучающегося	1	2	2	2	2	2	1
50.	Велошлем	штук	на обучающегося	1	2	1	2	2	2	2
51.	Ветровка-дождевик	штук	на обучающегося	-	1	2	2	2	2	1
52.	Жилет велосипедный	штук	на обучающегося	-	1	2	1	1	2	1
53.	Костюм спортивный ветрозащитный	штук	на обучающегося	-	-	-	1	1	1	1
54.	Костюм спортивный парадный	штук	на обучающегося	-	1	2	1	2	1	1
55.	Кроссовки легкоатлетические	пар	на обучающегося	-	-	-	1	1	1	1
56.	Носки велосипедные	пар	на обучающегося	-	-	-	6	1	12	1

57.	Очки защитные со сменными фильтрами	штук	на обучающегося	1	2	1	2	1	2	1	2	1
58.	Разминочные рукава	пар	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	2	1
59.	Разминочные чулки	пар	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	2	1
60.	Тапочки (сланцы)	пар	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	1	1	1
61.	Термобелье спортивное	комплект	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	2	1
62.	Чехол для велосипеда	штук	на обучающегося	-	-	1	2	2	2	2	2	2
63.	Чехол для запасных колес	штук	на обучающегося	-	-	2	2	2	2	2	4	2
Для спортивной дисциплины гандбол												
64.	Брюки для вратаря	штук	на обучающегося	-	-	2	1	3	1	3	1	3
65.	Костюм спортивный парадный	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	1	1
66.	Кроссовки для гандбола	пар	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	3	1	1
67.	Перчатки вратарские	пар	на группу	2	2	2	2	2	1	2	2	1
68.	Раковина защитная для вратаря	штук	на обучающегося	1	1	1	1	2	1	2	2	1
69.	Трусы спортивные (шорты спортивные, двух разных цветов)	комплект	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1
70.	Футболка (майка-полурукавка)	штук	на обучающегося	-	-	2	1	2	1	2	2	1
71.	Футболка для вратаря (двух разных цветов)	комплект	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1
Для спортивной дисциплины горнолыжный спорт												
72.	Ботинки горнолыжные	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	2	1
73.	Виндстоппер горнолыжный (ветрозащитная куртка)	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	1	1	1
74.	Защита на ноги	пар	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	1	2
75.	Защита на руки	пар	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	1	2
76.	Защита на спину	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	2	1	1	2
77.	Защитный плащ	штук	на обучающегося	-	-	-	-	-	-	-	1	2
78.	Маска горнолыжная (очки)	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	1	1	1
79.	Перчатки горнолыжные	пар	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	1	2

