

Муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования «Спортивная школа № 10»
городского округа город г.Уфа Республики Башкортостан

Принято решением
педагогического совета
протокол № 11 от 28.12.25

«Утверждаю»
Директор МАУ ДО СШ №10
Ю.И. Ильясов
Приказ № 75 от 28.12.25



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА «ФУТБОЛ»**

Программа разработана на основании:

- Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта футбол, утвержденного приказом Министерства спорта Российской Федерации от 24 ноября 2025г. № 1008;
- Примерной дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «футбол», утвержденной приказом Министерства спорта Российской Федерации от 13 марта 2024г. № 279.

Программу разработали:

Файзуллина Г.Т.- заместитель директора МАУ ДО СШ № 10 ГО г. Уфа РБ
Алимгужина Л.А.- инструктор - методист МАУ ДО СШ № 10 ГО г. Уфа РБ

Возраст обучающихся 7-18 лет

Срок реализации программы 15 лет

г. Уфа, 2026 год

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ.

1. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «футбол» (далее- Программа) предназначена для организации образовательной деятельности по спортивной подготовке футбол (мини-футбол) с учетом совокупности минимальных требований к спортивной подготовке, определенных федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «футбол», утвержденным приказом Минспорта России от 16 ноября 2022 г. № 1000 (далее – ФССП).
2. Целью Программы является достижение спортивных результатов на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки.

2. ХАРАКТЕРИСТИКА ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА «ФУТБОЛ».

1. Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки, согласно приложению № 1 ФССП по виду спорта «футбол», указаны в таблице № 1.

таблица № 1

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	Наполняемость (человек)
Для спортивных дисциплин «футбол», «футзал», «пляжный футбол»			
Этап начальной подготовки	3	7	14
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	4-6	10	12
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	14	не устанавливается
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	16	не устанавливается
Для спортивной дисциплины «ПОДА - футбол на электроколясках»			
Этап начальной подготовки	не ограничивается	10	4
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	12	4
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	16	4
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	17	4

2. Объемы дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, согласно приложению № 2 ФССП по виду спорта «футбол», представлены в таблице № 2

таблица № 2

Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
			До трех лет	Свыше трех лет		
До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет			
Для спортивных дисциплин «футбол», «футзал», «пляжный футбол»						
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	10-12	12-16	16-18	18-24
Общее количество часов в год	234-312	312-416	520- 624	624-832	832-936	936-1248
Для спортивной дисциплины «ПОДА - футбол на электроколясках»						
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	10-12	12-14	14-16	16-18
Общее количество часов в год	234-312	312-416	520-624	624-728	728-832	832-936

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

- учебно-тренировочные – групповые (командные), индивидуальные, смешанные и иные.

Учебно-тренировочные мероприятия представлены в таблице 3, согласно приложению № 3 ФССП по виду спорта «Футбол».

Учебно-тренировочные мероприятия

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

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 суток подряд и не более двух учебно-тренировочных мероприятий в год		-	-
2.5.	Просмотровые учебно-тренировочные мероприятия	-	До 60 суток		

4. Требования к участию лиц, проходящих спортивную подготовку, и лиц, ее осуществляющих, в спортивных соревнованиях, предусмотренных в соответствии с реализацией дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «футбол».

Требования к участию в спортивных соревнованиях обучающихся:

- соответствие возраста, пола и уровня спортивной квалификации обучающихся положением (регламентом) об официальных спортивных соревнованиях согласно ЕВСК и правила вида спорта «футбол».
- наличие медицинского заключения о допуске к участию в спортивных соревнованиях.
- соблюдение общероссийских антидопинговых правил и антидопинговых правил, утвержденных международными антидопинговыми организациями.

4.1. 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 ЕКП межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий календарным планом официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий субъекта РФ, календарным планом официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий федеральной территории «Сириус», календарным планом физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий муниципального образования и соответствующим положениям (регламентом) об официальных спортивных соревнованиях.

Таблица № 4
(согласно приложению № 4 ФССП по виду спорта «футбол»)

Объем соревновательной деятельности

Виды спортивных соревнований	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	Первый, второй годы	Третий год	До трех лет	Свыше трех лет		
Для спортивной дисциплины «футбол»						
Контрольные	1	4	3	1	1	1
Основные	-	1	1	1	1	2
Матчи	-	5	25	30	32	36
Для спортивной дисциплины «футзал»						
Контрольные	1	1	1	2	2	2
Отборочные	-	-	1	2	1	1
Основные	-	1	2	2	2	2
Матчи	-	5	28	28	32	32
Для спортивной дисциплины «пляжный футбол»						
Контрольные	1	1	1	2	2	2
Отборочные	-	-	1	2	1	1
Основные	-	-	2	2	2	2
Матчи	-	-	22	22	26	26
Для спортивной дисциплины «ПОДА - футбол на электроколясках»						
Контрольные	1	1	1	2	2	2
Отборочные	-	-	1	1	1	1
Основные	-	-	2	2	2	2

5. Годовой учебно-тренировочный план, разработан согласно Приложения № 1 к дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «футбол».

Таблица № 5
согласно приложению № 5 ФССП по виду спорта «футбол».

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

№ п/п	Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы спортивной подготовки					
		Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
		До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
1.	Общая физическая подготовка (%)	13-17	13-17	13-17	13-17	9-11	7-9
2.	Специальная физическая подготовка (%)	-	-	7-9	9-11	9-11	9-11
3.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	0-4	7-8	7-8	10-12	9-11
4.	Техническая подготовка (%)	45-52	43-49	35-39	18-20	9-11	7-9
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	1-2	1-2	7-9	11-13	19-20	26-29
6.	Инструкторская и судейская практика (%)	-	-	2-3	2-3	3-4	2-3
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	3-5	3-5	2-4	8-11	8-11	8-11
8.	Интегральная подготовка (%)	32-36	32-35	20-24	26-29	27-32	25-28

6. Календарный план воспитательной работы (рекомендуемый образец приведен в приложении № 2 к дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «футбол».

7. План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним приведен в приложении № 3 к дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «футбол».

8. Планы инструкторской и судейской практики указываются по этапам спортивной подготовки.

9. Планы медицинский, медико-биологических мероприятий и применение восстановительных средств указывается по этапам спортивной подготовки и прохождением, согласно графика прохождения, в республиканском врачебно-физкультурно диспансере Республики Башкортостан.

3. СИСТЕМА КОНТРОЛЯ

1. По итогам освоения Программы применительно к этапам спортивной подготовки лицу, проходящему спортивную подготовку (далее - обучающийся), необходимо выполнять следующие требования к результатам прохождения Программы, в том числе, к участию в спортивных соревнованиях.

1.1. На этапе начальной подготовки:

- изучить основы безопасного поведения при занятиях спортом;
- повысить уровень физической подготовленности;
- овладеть основами техники вида спорта «футбол»;
- получить общие знания об антидопинговых правилах;
- соблюдать антидопинговые правила;
- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спорта подготовки.

1.2. На учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):

- повышать уровень физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности;
- изучить правила безопасности при занятиях по виду спорта «футбол» и успешно применять их в ходе проведения учебно-тренировочных занятий и участия в спортивных соревнованиях;
- соблюдать режим учебно-тренировочных занятий;
- изучить основные методы саморегуляции и самоконтроля;
- овладеть общими теоретическими знаниями о правилах по виду спорта «футбол»;
- изучить антидопинговые правила;
- соблюдать антидопинговые правила и не иметь их нарушения;
- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по виду спорта «футбол»;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня спортивных соревнований муниципального образования на первом и втором и третьем году;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях проведения не ниже уровня спортивных соревнований субъекта РФ, начиная с четвертого;
- получить уровень спортивной квалификации (спортивный разряд), необходимый для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства.

1.3. На этапе совершенствования спортивного мастерства:

- повышать уровень физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности;
- соблюдать режим учебно-тренировочных занятий (включая самостоятельную подготовку), спортивных мероприятий, восстановления и питания;
- приобрести знания и навыки оказания первой доврачебной помощи;
- овладеть теоретическими знаниями о правилах вида спорта «футбол»;
- выполнить план индивидуальной подготовки;
- закрепить и углубить знания антидопинговых правил;
- соблюдать антидопинговые правила и не иметь их нарушения;

- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спорта;
- демонстрировать высокие спортивные результаты в официальных спортивных соревнованиях;
- показывать результаты, соответствующие присвоению спортивного разряда «второй спортивный разряд» не реже одного раза в два года;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня межрегиональных спортивных соревнований;
- получить уровень спортивной квалификации (спортивный разряд), необходимый для зачисления и перевода на этап высшего спортивного мастерства.

1.4. На этапе высшего спортивного мастерства:

- совершенствовать уровень общей физической и специальной физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности;
- соблюдать режим учебно-тренировочных занятий (включая самостоятельную подготовку), спортивных мероприятий, восстановления и питания;
- выполнять индивидуальный план подготовки;
- знать и соблюдать антидопинговые правила, не иметь нарушений таких правил;
- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спорта;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня всероссийских спортивных соревнованиях;
- показывать результаты, соответствующие присвоению спортивного разряда «первый спортивный разряд» или выполнять нормы и требования, необходимые для присвоения спортивного разряда «кандидат в мастер спорта» или спортивного звания «мастер спорта России» не реже одного раза в два года;
- достичь результатов уровня спортивной сборной команды субъекта РФ и (или) спортивной сборной команды РФ;
- демонстрировать высокие спортивные результаты в межрегиональных, всероссийских и международных официальных спортивных соревнованиях.

2. Оценка результатов освоения Программы сопровождается аттестацией обучающихся, проводимые МАУ ДО СШ № 10, на основе разработанных комплектов контрольных упражнений, перечня тестов и (или) вопросов по видам спорта, не связанных с физическими нагрузками (далее – тесты), а также с учетом результатов участия обучающегося в спортивных соревнованиях и достижения им соответствующего уровня спортивной квалификации.

3. Контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спорта подготовки указываются, согласно приложениям № 6, №7, №8, №9 ФССП по виду спорта «футбол».

таблица № 6

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

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив		Норматив свыше года обучения	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки для спортивных дисциплин «футбол», «пляжный футбол»						
1.1.	Челночный бег 3х10 м	с	-	-	не более 9,30	не более 10,30
1.2.	Бег на 10 м с высокого старта	с	не более 2,35	не более 2,50	не более 2,30	не более 2,40
1.3.	Бег на 30 м	с	-	-	не более 6,0	не более 6,5
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее 100	не менее 90	не менее 120	не менее 110
2. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины «футзал»						
2.1.	Бег на 10 м с высокого старта	с	не более 2,35	не более 2,50	не более 2,30	не более 2,40
2.2.	Челночный бег 5х6 м	с	не более 12,40	не более 12,60	не более 12,20	не более 12,40
2.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее 100	не менее 90	не менее 110	не менее 105
3. Нормативы технической подготовки для спортивных дисциплин «футбол», «футзал», «пляжный футбол»						
3.1.	Ведение мяча 10 м	с	-	-	не более 3,00	не более 3,20
3.2.	Ведение мяча с изменением направления 10 м	с	-	-	не более 8,60	не более 8,80
3.3.	Ведение мяча 3х10 м	с	-	-	не более 11,60	не более 11,80
3.4.	Удар на точность по воротам (10 ударов)	количество попаданий	-	-	не менее 5	не менее 4

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			мужчины	женщины
Для спортивной дисциплины «ПОДА - футбол на электроколясках»				
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Передвижение на электроколяске по периметру площадки по часовой и против часовой стрелки (за минимальное время)	количество раз	не менее	
			1	
1.2.	Передвижение на электроколяске 60 м	количество раз	не менее	
			1	
1.3.	Исходное положение – сидя в электроколяске. Поворот на электроколяске направо с остановкой на 90°, 180°, 270°, 360°	количество раз	не менее	
			2	
1.4.	Исходное положение – сидя в электроколяске. Поворот на электроколяске налево с остановкой на 90°, 180°, 270°, 360°	количество раз	не менее	
			2	
1.5.	Челночная езда 10 м вперед передним ходом, возврат задним ходом 1х10 м, 1х15 м, 1х20 м	количество раз	не менее	
			1	
2. Нормативы технической подготовки				
2.1.	Ведение мяча на электроколяске 10 м (за минимальное время)	количество раз	не менее	
			1	
2.2.	Ведение мяча на электроколяске с изменением направления 10 м (за минимальное время)	количество раз	не менее	
			1	

таблица № 7

Нормативы общей физической и технической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивного разряда) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) по виду спорта «футбол»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки для спортивных дисциплин «футбол», «футзал»				
1.1.	Бег на 10 м с высокого старта	с	не более 2,20	2,30
1.2.	Челночный бег 3x10 м	с	не более 8,70	9,00
1.3.	Бег на 30 м	с	не более 5,40	5,60
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее 160	140
1.5.	Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами (начиная с пятого года спортивной подготовки)	см	не менее 30	27
2. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины «пляжный футбол»				
2.1.	Бег на 10 м с высокого старта (на площадке с песчаным покрытием)	с	не более 2,35	-
2.2.	Бег на 20 м с высокого старта (на площадке с песчаным покрытием)	с	не более 4,20	-
2.3.	Челночный бег 3x10 м (на площадке с песчаным покрытием)	с	не более 8,90	-
2.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (на площадке с песчаным покрытием)	см	не менее 145	-
3. Нормативы технической подготовки для спортивных дисциплин «футбол», «футзал»				
3.1.	Ведение мяча 10 м	с	не более 2,60	2,80
3.2.	Ведение мяча с изменением направления 10 м	с	не более 7,80	8,00
3.3.	Ведение мяча 3x10 м	с	не более 10,00	10,30

3.4.	Удар на точность по воротам	количество попаданий	не менее	
			5	4
3.5.	Передача мяча в «коридор»	количество попаданий	не менее	
			5	4
3.6.	Вбрасывание мяча на дальность (начиная со второго года спортивной подготовки)	м	не менее	
			8	6
4. Нормативы технической подготовки для спортивной дисциплины «пляжный футбол»				
4.1.	Ведение мяча 10 м (на площадке с песчаным покрытием)	с	не более	
			2,85	-
4.2.	Ведение мяча с изменением направления 10 м (на площадке с песчаным покрытием)	с	не более	
			8,10	-
4.3.	Удар на точность по воротам (на площадке с песчаным покрытием)	количество попаданий	не менее	
			5	-
4.4.	Передача мяча в «коридор» (на площадке с песчаным покрытием)	количество попаданий	не менее	
			5	-
4.5.	Вбрасывание мяча на дальность (начиная со второго года спортивной подготовки) (на площадке с песчаным покрытием)	м	не менее	
			8	-
5. Уровень спортивной квалификации				
5.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	Не устанавливается		
5.2.	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»		

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			мужчины	женщины
Для спортивной дисциплины «ПОДА - футбол на электроколясках»				
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Передвижение на электроколяске по периметру площадки по часовой стрелке и против часовой стрелки (за минимальное время)	количество раз	не менее	
			2	
1.2.	Передвижение на электроколяске 60 м	количество раз	не менее	
			2	
1.3.	Исходное положение – сидя в электроколяске. Поворот на электроколяске направо с остановкой на 90°, 180°, 270°, 360°	количество раз	не менее	
			4	
1.4.	Исходное положение – сидя в электроколяске. Поворот на электроколяске налево с остановкой на 90°, 180°, 270°, 360°	количество раз	не менее	
			4	
1.5.	Челночная езда 10 м вперед передним ходом, возврат задним ходом 1х10 м, 1х15 м, 1х20 м	количество раз	не менее	
			2	
1.6.	Движение задом, разворот в движении на 180° через левое плечо и продолжить движение передом	количество раз	не менее	
			2	
1.7.	Движение задом, разворот в движении на 180° через правое плечо и продолжить движение передом	количество раз	не менее	
			2	
2. Нормативы технической подготовки				
2.1.	Ведение мяча на электроколяске 10 м (за минимальное время)	количество раз	не менее	
			1	
2.2.	Ведение мяча на электроколяске с изменением направления 10 м (за минимальное время)	количество раз	не менее	
			1	
2.3.	Прокат «змейкой» на электроколяске между 5 вешками (за минимальное время)	количество раз	не менее	
			1	
2.4.	Ввод мяча в игру	количество раз	не менее	
			1	
2.5.	Удар на точность по воротам передней частью бампера (10 ударов)	количество попаданий	не менее	
			3	2
2.6.	Удар на точность по воротам с разворота на месте (10 ударов слева/10 ударов справа)	количество попаданий	не менее	
			3/3	2/2
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	Не устанавливается		
3.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)	Спортивный разряд «третий спортивный разряд»		
		Не устанавливается при зачислении лиц, имеющих на момент получения инвалидности спортивный разряд и (или) спортивное звание		

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

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки для спортивных дисциплин «футбол», «футзал»				
1.1.	Бег на 10 м с высокого старта	с	не более 1,95	2,10
1.2.	Челночный бег 3х10 м	с	не более 7,40	7,80
1.3.	Бег на 30 м	с	не более 4,80	5,00
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее 220	215
1.5.	Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами	см	не менее 33	27
2. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины «пляжный футбол»				
2.1.	Бег на 10 м с высокого старта (на площадке с песчаным покрытием)	с	не более 2,05	-
2.2.	Бег на 20 м с высокого старта (на площадке с песчаным покрытием)	с	не более 3,50	-
2.3.	Челночный бег 3х10 м (на площадке с песчаным покрытием)	с	не более 7,90	-
2.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (на площадке с песчаным покрытием)	см	не менее 200	-
3. Нормативы технической подготовки для спортивных дисциплин «футбол», «футзал»				
3.1.	Ведение мяча 10 м	с	не более 2,25	2,40
3.2.	Ведение мяча с изменением направления 10 м	с	не более 7,10	7,30
3.3.	Ведение мяча 3х10 м	с	не более 8,50	8,70
3.4.	Удар на точность по воротам (10 ударов)	количество попаданий	не менее 5	4
3.5.	Передача мяча в «коридор» (10 попыток)	количество попаданий	не менее 5	4
3.6.	Вбрасывание мяча на дальность	м	не менее 15	12
4. Нормативы технической подготовки для спортивной дисциплины «пляжный футбол»				
4.1.	Ведение мяча 10 м (на площадке с песчаным покрытием)	с	не более 2,40	-
4.2.	Ведение мяча с изменением направления 10 м (на площадке с песчаным покрытием)	с	не более 7,30	-
4.3.	Удар на точность по воротам (10 ударов) (на площадке с песчаным покрытием)	количество попаданий	не менее 5	-
4.4.	Передача мяча в «коридор» (10 попыток) (на площадке с песчаным покрытием)	количество попаданий	не менее 5	-
4.5.	Вбрасывание мяча на дальность (на площадке с песчаным покрытием)	м	не менее 15	-
5. Уровень спортивной квалификации				
5.1.	Спортивный разряд «второй спортивный разряд»			

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			мужчины	женщины
Для спортивной дисциплины «ПОДА - футбол на электроколясках»				
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Передвижение на электроколяске по периметру площадки по часовой стрелке и против часовой стрелки (за минимальное время)	количество раз	не менее	
			2	
1.2.	Передвижение на электроколяске 60 м	количество раз	не менее	
			2	
1.3.	Исходное положение – сидя в электроколяске. Поворот на электроколяске направо с остановкой на 90°, 180°, 270°, 360°	количество раз	не менее	
			4	
1.4.	Исходное положение – сидя в электроколяске. Поворот на электроколяске налево с остановкой на 90°, 180°, 270°, 360°	количество раз	не менее	
			4	
1.5.	Челночная езда 10 м вперед передним ходом, возврат задним ходом 1х10 м, 1х15 м, 1х20 м	количество раз	не менее	
			2	
1.6.	Движение задом, разворот в движении на 180° через левое плечо и продолжить движение передом	количество раз	не менее	
			2	
1.7.	Движение задом, разворот в движении на 180° через правое плечо и продолжить движение передом	количество раз	не менее	
			2	
2. Нормативы технической подготовки				
2.1.	Ведение мяча на электроколяске 10 м (за минимальное время)	количество раз	не менее	
			2	
2.2.	Ведение мяча на электроколяске с изменением направления 10 м (за минимальное время)	количество раз	не менее	
			2	
2.3.	Прокат «змейкой» на электроколяске между 5 вешками (за минимальное время)	количество раз	не менее	
			2	
2.4.	Ввод мяча в игру	количество раз	не менее	
			2	

2.5.	Удар на точность по воротам передней частью бампера (10 ударов)	количество попаданий	не менее	
			4	3
2.6.	Удар на точность по воротам с разворота на месте (10 ударов слева/10 ударов справа)	количество попаданий	не менее	
			4/4	3/3
2.7.	Передача мяча в «коридор» (10 попыток)	количество попаданий	не менее	
			4	3
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Спортивный разряд «второй спортивный разряд»			
	Не устанавливается при зачислении лиц, имеющих на момент получения инвалидности спортивный разряд и (или) спортивное звание			

Нормативы общей физической и технической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивного разряда) для зачисления и перевода на этап высшего спортивного мастерства по виду спорта «футбол»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши/ юниоры	девушки/ юниорки
1. Нормативы общей физической подготовки для спортивных дисциплин «футбол», «футзал»				
1.1.	Бег на 10 м с высокого старта	с	не более	
			1,90	2,05
1.2.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			7,15	7,50
1.3.	Бег на 30 м	с	не более	
			4,40	4,60
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			230	215
1.5.	Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами	см	не менее	
			35	30
2. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины «пляжный футбол»				
2.1.	Бег на 10 м с высокого старта (на площадке с песчаным покрытием)	с	не более	
			1,95	-
2.2.	Бег на 20 м с высокого старта (на площадке с песчаным покрытием)	с	не более	
			3,40	-
2.3.	Челночный бег 3x10 м (на площадке с песчаным покрытием)	с	не более	
			7,90	-
2.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (на площадке с песчаным покрытием)	см	не менее	
			210	-

3. Нормативы технической подготовки для спортивных дисциплин «футбол», «футзал»				
3.1.	Ведение мяча 10 м	с	не более	
			2,10	2,30
3.2.	Ведение мяча с изменением направления 10 м	с	не более	
			6,60	6,90
3.3.	Ведение мяча 3х10 м	с	не более	
			8,30	8,60
3.4.	Удар на точность по воротам (10 ударов)	количество попаданий	не менее	
			5	4
3.5.	Передача мяча в «коридор» (10 попыток)	количество попаданий	не менее	
			5	4
3.6.	Вбрасывание мяча на дальность	м	не менее	
			18	15
4. Нормативы технической подготовки для спортивной дисциплины «пляжный футбол»				
4.1.	Ведение мяча 10 м (на площадке с песчаным покрытием)	с	не более	
			2,25	-
4.2.	Ведение мяча с изменением направления 10 м (на площадке с песчаным покрытием)	с	не более	
			6,80	-
4.3.	Удар на точность по воротам (10 ударов) (на площадке с песчаным покрытием)	количество попаданий	не менее	
			5	-
4.4.	Передача мяча в «коридор» (10 попыток) (на площадке с песчаным покрытием)	количество попаданий	не менее	
			5	-
4.5.	Вбрасывание мяча на дальность (на площадке с песчаным покрытием)	м	не менее	
			18	-
5. Уровень спортивной квалификации				
5.1.	Спортивный разряд «первый спортивный разряд»			

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			мужчины	женщины
Для спортивной дисциплины «ПОДА - футбол на электроколясках»				
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Передвижение на электроколяске по периметру площадки по часовой стрелке и против часовой стрелки (за установленное время)	количество раз	не менее	
			2	
1.2.	Передвижение на электроколяске 60 м	количество раз	не менее	
			2	
1.3.	Исходное положение – сидя в электроколяске. Поворот на электроколяске направо с остановкой на 90°, 180°, 270°, 360°	количество раз	не менее	
			4	
1.4.	Исходное положение – сидя в электроколяске. Поворот на электроколяске налево с остановкой на 90°, 180°, 270°, 360°	количество раз	не менее	
			4	
1.5.	Челночная езда 10 м вперед передним ходом, возврат задним ходом 1х10 м, 1х15 м, 1х20 м за определенное время	количество раз	не менее	
			2	
1.6.	Движение задом, разворот в движении на 180° через левое плечо и продолжить движение передом	количество раз	не менее	
			2	
1.7.	Движение задом, разворот в движении на 180° через правое плечо и продолжить движение передом	количество раз	не менее	
			2	
2. Нормативы технической подготовки				
2.1.	Ведение мяча на электроколяске 10 м (за минимальное время)	количество раз	не менее	
			2	
2.2.	Ведение мяча на электроколяске с изменением направления 10 м (за минимальное время)	количество раз	не менее	
			2	
2.3.	Прокат «змейкой» на электроколяске между 5 вешками (за минимальное время)	количество раз	не менее	
			2	
2.4.	Ввод мяча в игру	количество раз	не менее	
			2	

2.5.	Удар на точность по воротам передней частью бампера (10 ударов)	количество попаданий	не менее	
			4	3
2.6.	Удар на точность по воротам с разворота на месте (10 ударов слева/10 ударов справа)	количество попаданий	не менее	
			4/4	3/3
2.7.	Передача мяча в «коридор» (10 попыток)	количество попаданий	не менее	
			4	3
2.8.	Удар на точность по воротам в движении передней частью бампера (10 ударов)	количество попаданий	не менее	
			4/4	3/3
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Спортивный разряд «первый спортивный разряд»			
	Не устанавливается при зачислении лиц, имеющих на момент получения инвалидности спортивный разряд и (или) спортивное звание			

4. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ВИДУ СПОРТА (СПОРТИВНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ).

1.

5. ОСОБЕННОСТИ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ОТДЕЛЬНЫМ СПОРТИВНЫМ ДИСЦИПЛИНАМ

1. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам вида спорта «футбол» основаны на особенностях вида спорта «футбол» и его спортивных дисциплинах. Реализация дополнительных образовательных программ спортивной подготовки проводится с учетом этапа спортивной подготовки и спортивных дисциплин вида спорта «футбол», по которым осуществляется спортивная подготовка.
2. особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта «футбол» учитываются организациями, реализующими дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, при формировании дополнительных образовательных программ спортивной подготовки, в том числе, годового учебно-тренировочного плана.
3. Для зачисления на этап спортивной подготовки лицо, желающего пройти спортивную подготовку, должно достичь устанавливающего возраста в календарный год зачисления на соответствующий этап спортивной подготовки.
4. 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 «футбол».

6. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ

1. Требования к материально-техническим условиям реализации этапов спортивной подготовки предусматривают (в том числе на основании договоров заключенных в соответствии с гражданским законодательством РФ):
 - 1.1. Для этапа начальной подготовки:
 - наличие футбольного поля.
 - 1.2. Для учебно-тренировочного этапа (этап спортивной специализации):
 - наличие футбольного поля с натуральным или искусственным покрытием и (или) футбольного манежа (для спортивной дисциплины «футбол»);
 - наличие игровой площадки (для спортивной дисциплины «футзал»).
 - 1.3. Для этапов совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства:
 - наличие полноразмерного футбольного поля с натуральным или искусственным покрытием (для спортивной дисциплины футбол);

- наличие футбольного поля с натуральным или искусственным покрытием и (или) футбольного манежа (для спортивной дисциплины футбол);

- наличие игровой площадки (для спортивной дисциплины футзал);

1.4. Для всех этапов спортивной подготовки:

- наличие площадки с песчаным покрытием (для спортивной дисциплины «пляжный футбол»);

- наличие тренировочного спортивного зала;

- наличие тренажёрного зала;

- наличие раздевалок и душевых;

- наличие медицинского пункта, оборудованного в соответствии с приказом Минздрава России от 23.10.2020 г. № 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 против спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы (испытания) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях.

- обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем необходимым для прохождения спортивной подготовки (приложение № 10 ФССП по виду спорта «футбол»), а также иным оборудованием, спортивным инвентарем, необходимым для реализации спортивной подготовки, приобретаемыми по решению организации, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки, по согласованию с учредителем.

- обеспечение спортивной экипировкой (приложение № 11 к ФССП по виду спорта «футбол»), а также иной спортивной экипировки, необходимой для реализации спортивной подготовки, приобретаемой по решению организации, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки, по согласованию с учредителем;

- 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.

таблица 10

Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимым для
прохождения спортивной подготовки

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Количество изделий
1.	Барьер тренировочный (регулируемый)	штук	на футбольное поле	10
2.	Манекен футбольный (для отработки ударов и обводки)	штук	на футбольное поле или игровой зал	20
3.	Насос универсальный для накачивания мячей с иглой	комплект	на тренера-преподавателя	1
4.	Сетка для переноски мячей	штук	на тренера-преподавателя	2
5.	Стойка для обводки	штук	на футбольное поле или игровой зал	20
6.	Секундомер	штук	на тренера-преподавателя	1
7.	Свисток	штук	на тренера-преподавателя	1
8.	Тренажер «лесенка»	штук	на тренера-преподавателя	2
9.	Фишка для установления размеров площадки	штук	на тренера-преподавателя	50
10.	Флаг для разметки футбольного поля	штук	на футбольное поле	6
11.	Ворота футбольные, тренировочные, переносные, уменьшенных размеров с сеткой (5x2 м)	штук	на футбольное поле	4
12.	Ворота футбольные, тренировочные, уменьшенных размеров с сеткой (3x2 м)	штук	на футбольное поле	4
13.	Ворота футбольные, тренировочные, уменьшенных размеров с сеткой (2x1 м или 1x1 м)	штук	на футбольное поле или игровой зал	8
14.	Электронасос	штук	на организацию	1
Для спортивной дисциплины «футбол»				
15.	Ворота футбольные стандартные с сеткой	штук	на футбольное поле	2
16.	Ворота футбольные стандартные, переносные с сеткой	штук	на футбольное поле	2

17.	Макет футбольного поля с магнитными фишками	комплект	на тренера-преподавателя	1
Для спортивной дисциплины «футзал»				
18.	Макет футбольного поля с магнитными фишками	комплект	на тренера-преподавателя	1
19.	Мяч для футзала	штук	на тренера-преподавателя	14
Для спортивной дисциплины «пляжный футбол»				
20.	Ворота для пляжного футбола с сеткой (5,5x2,2 м)	штук	на организацию	2
21.	Мяч для пляжного футбола	штук	на тренера-преподавателя	14
Для спортивной дисциплины «ПОДА - футбол на электроколясках»				
22.	Конус (фишка)	штук	на тренера-преподавателя	20
23.	Мяч для спортивной дисциплины «ПОДА - футбол на электроколясках» (диаметр – не более 35,6 см и не менее 30,5 см)	штук	на тренера-преподавателя	4
24.	Основание для стоек ворот	штук	на организацию	4
25.	Подъемник для пересаживания спортсменов	штук	на организацию	1
26.	Прибор для тестирования скорости электроколяски	штук	на организацию	1
27.	Ремни для дополнительной фиксации спортсмена в электроколяске (стопы, ноги, торс, голова)	комплект	на обучающегося	1
28.	Свисток	штук	на тренера-преподавателя	1
29.	Секундомер	штук	на тренера-преподавателя	1
30.	Стойки ворот для спортивной дисциплины «ПОДА – футбол на электроколясках»	штук	на организацию	4
31.	Шлем защитный	штук	на обучающегося	1

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

2.1. Требования к кадровому составу организации, реализующих дополнительные образовательные программы спортивной подготовки:

- уровень квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку, должен соответствовать требованиям, установленным профессиональным стандартом «тренер-преподаватель», утвержденным приказом Минтруда России от 24.12.2020 г. № 952н (зарегистрирован Минюстом России 25.01.2021 г., регистрационный № 62203), 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 г., регистрационный № 68615), действует до 01.09.2028 г. (далее приказ № 237н), 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 г. № 916н (зарегистрирован Минюстом России 14.10.2011 г., регистрационный № 22054).