

Положение № 8
к Положению о порядке приема на обучение по
дополнительным общеобразовательным программам
в области физической культуры и спорта в МБУ ДО
СПШ «Юность», утвержденного приказом МБУ ДО
СПШ «Юность»
от « 01 » 09 2023 г. № 174

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «хоккей»⁶

№ п/п	Упражнения	норматив	
		мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки			
1.1.	Бег на 20 м	Не более 4,5 с	Не более 5,3 с
1.2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	Не менее 135 см	Не менее 125 см
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	Не менее 15 раз	Не менее 10 раз
2. Нормативы специальной физической подготовки			
2.1.	Бег на коньках 20 м	Не более 4,8 с	Не более 5,5 с
2.2.	Бег на коньках челночный 6x9 м	Не более 17 с	Не более 18,5 с
2.3.	Бег на коньках спиной вперед 20 м	Не более 6,8 с	Не более 7,4 с
2.4.	Бег на коньках слаломный без шайбы	Не более 13,5 с	Не более 14,5 с
2.5.	Бег на коньках слаломный с ведением шайбы	Не более 15,5 с	Не более 17,5 с

⁶основание – ФССП по виду спорта хоккей, утвержденный приказом Минспорта России от 16.11.2022 № 997

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

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			5,5	5,8
1.2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			160	145
1.3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			5	-
1.4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			-	12
1.5.	Бег на 1000 м	мин, с	не более	
			5,50	6,20
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Бег на коньках 30 м	с	не более	
			5,8	6,4
2.2.	Бег на коньках челночный 6x9 м	с	не более	
			16,5	17,5
2.3.	Бег на коньках спиной вперед 30 м	с	не более	
			7,3	7,9
2.4.	Бег на коньках слаломный без шайбы	с	не более	
			12,5	13,0
2.5.	Бег на коньках слаломный с ведением шайбы	с	не более	
			14,5	15,0
2.6.	Бег на коньках челночный в стойке вратаря	с	не более	
			42,0	45,0
2.7.	Бег на коньках по малой восьмерке лицом и спиной вперед в стойке вратаря	с	не более	
			43,0	47,0
3. Уровень спортивной подготовки				
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до двух лет)		Не устанавливается	

3.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше двух лет)	Спортивные разряды – «третий юношеский разряд», «второй юношеский разряд», «первый юношеский разряд», «третий спортивный разряд»
------	---	--