



МИНИСТЕРСТВО ЮСТИЦИИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ЗАРЕГИСТРИРОВАНО**

Регистрационный № 85225

от "5" февраля 2025.

**МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**(МИНСПОРТ РОССИИ)**

**ПРИКАЗ**

«15» декабря 2025 г.

г. Москва

№

1155

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

В соответствии с частью 1 статьи 34 Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и подпунктом 4.2.27 пункта 4 Положения о Министерстве спорта Российской Федерации, утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации от 19.06.2012 № 607, 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 28.11.2022 № 1082 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «спорт лиц с интеллектуальными нарушениями» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 20.12.2022, регистрационный № 71674).
3. Контроль за исполнением настоящего приказа возложить на заместителя Министра спорта Российской Федерации А.А. Морозова.

Министр

М.В. Дегтярев

УТВЕРЖДЕН  
приказом Минспорта России  
от «15» декабря 2025 г. № 1155

**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, по отдельным этапам, 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 и мероприятия по профилактическим медицинским осмотрам (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, уровня спортивной квалификации и нозологической группы 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, календарным планом официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий субъекта Российской Федерации, календарным планом официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий федеральной территории «Сириус», календарным планом физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий муниципального образования и соответствующими положениями (регламентами) 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»;

прохождение физической реабилитации и абилитации, а также социальной адаптации и интеграции;

укрепление 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;

прохождение абилитации, а также социальной адаптации и интеграции;

укрепление здоровья.

6.3. На этапе совершенствования 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 совершенствование навыков в условиях соревновательной деятельности;

прохождение абилитации, а также социальной адаптации и интеграции;

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;

прохождение абилитации, а также социальной адаптации и интеграции;

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 своих наименованиях слова и словосочетания «академическая гребля» (далее – «академическая гребля»), «бадминтон» (далее – «бадминтон»), «баскетбол» (далее – «баскетбол»), «баскетбол 3х3» (далее – «баскетбол 3х3»), «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 - кросс» (далее – «кросс»), «легкая атлетика - ходьба» (далее – «ходьба»), «легкая атлетика - прыжок» (далее – «прыжки»), «легкая атлетика - метание» и «легкая атлетика - толкание» (далее – «метания»), «легкая атлетика - 5-борье», «легкая атлетика – 7-борье», «легкая атлетика - 10-борье» (далее – «многоборье»), «лыжные гонки» (далее – «лыжные гонки»), «мини-футбол (футзал)» (далее – «мини-футбол (футзал)»), «настольный теннис» (далее – «настольный теннис»), «пауэрлифтинг» (далее – «пауэрлифтинг»), «плавание» (далее – «плавание»), «спортивная гимнастика» (далее – «спортивная гимнастика»), «теннис» (далее – «теннис»), «тхэквондо - пхумсэ» (далее – «тхэквондо - пхумсэ»), «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. 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**

11. 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.

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

12.1. Уровень квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку, должен соответствовать требованиям, установленным профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту», утвержденным приказом Минтруда России от 19.10.2021 № 734н (зарегистрирован Минюстом России 19.11.2021, регистрационный № 65904), действует до 28.02.2026, профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель», утвержденным приказом Минтруда России от 24.12.2020 № 952н (зарегистрирован Минюстом России 25.01.2021, регистрационный № 62203)<sup>1</sup>, 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), действует до 28.02.2026, профессиональным стандартом «Тренер», утвержденным приказом Минтруда России от 27.04.2023 № 362н (зарегистрирован Минюстом России 25.05.2023, регистрационный № 73442), действует до 01.09.2029, 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), действует до 28.02.2026, 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), действует до 01.09.2028, профессиональным стандартом «Сопровождающий инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, несовершеннолетних лиц на спортивные мероприятия», утвержденным приказом Минтруда России

<sup>1</sup> С изменениями, внесенными приказом Минтруда России от 30.08.2023 № 686н (зарегистрирован Минюстом России 14.09.2023, регистрационный № 75229).

от 31.03.2022 № 191н (зарегистрирован Минюстом России 11.05.2022, регистрационный № 68449), действует до 01.09.2028 (далее – приказ № 191н), 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).

12.2. 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).

В целях обеспечения проведения учебно-тренировочных занятий и участия в спортивных соревнованиях обучающихся, имеющих нарушение интеллекта могут привлекаться сопровождающие инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья и несовершеннолетних, соответствующие требованиям, установленным профессиональным стандартом «Сопровождающий инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, несовершеннолетних лиц на спортивные мероприятия», утвержденным приказом № 191н.

13. Требования к материально-техническим условиям реализации этапов спортивной подготовки предусматривают (в том числе на основании договоров, заключенных в соответствии с гражданским законодательством Российской Федерации):

наличие тренировочного спортивного зала и (или) тренажерного зала;

наличие гребного канала и причального плота для спортивной дисциплины «академическая гребля»;

наличие велотрека для спортивной дисциплины «велоспорт-трек»;

наличие горнолыжной трассы для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт»;

наличие зала для спортивных дисциплин «дзюдо», «тхэквондо - пхумсэ»;

наличие лыжной и лыжероллерной трассы для спортивной дисциплины «лыжные гонки»;

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

наличие места для прыжков, состоящего из дорожки (сектора) для разбега, 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 раздевалок, душевых;

наличие медицинского пункта, оборудованного в соответствии с приказом Минздрава России от 23.10.2020 № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях» (зарегистрирован Минюстом России 03.12.2020, регистрационный № 61238)<sup>2</sup>;

обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки (приложение № 10 к ФССП), а также иным оборудованием, спортивным инвентарем, необходимыми 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), а также иной спортивной экипировкой, 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.

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

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

<sup>2</sup> С изменениями, внесенными приказами Минздрава России от 22.02.2022 № 106н (зарегистрирован Минюстом России 28.02.2022, регистрационный № 67554), от 26.09.2023 № 497н (зарегистрирован Минюстом России 29.09.2023, регистрационный № 75373), действует до 01.01.2027.

Учебно-тренировочный процесс в организации, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки, осуществляется в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом (включая период самостоятельной подготовки).

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

14.2. 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.

14.3. 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, участия в спортивных соревнованиях и самостоятельной подготовки.

Приложение № 1  
к федеральному стандарту  
спортивной подготовки по виду спорта  
«спорт лиц с интеллектуальными  
нарушениями», утвержденному  
приказом Минспорта России  
от «15» декабря 2025 г. № 1155

**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 последующий годы	3
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	16	1	
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	17	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 последующий годы	3
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	1	
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	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 последующий годы	6
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	5	
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	5	
Для спортивной дисциплины «баскетбол 3x3»				
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 последующий годы	4
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	4	
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	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 последующий годы	3
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	2	
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	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 последующий годы	3
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	1	
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	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 последующий годы	6
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	4	
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	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 последующий годы	3
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	1	
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	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 последующий годы	3
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	1	
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	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 последующий годы	2
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	1	
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	1	
Для спортивных дисциплин «бег на короткие дистанции», «бег на средние дистанции», «бег на длинные дистанции», «кросс», «ходьба», «прыжки», «метания», «многоборье»				
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 последующий годы	3
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	1	
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	1	
Для спортивной дисциплины «лыжные гонки»				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	9	до года	7
			свыше года	6
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	11	до года	5
			второй и третий годы	4
			четвертый и последующий годы	3
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	1	
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	1	
Для спортивной дисциплины «мини-футбол (футзал)»				
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 последующий годы	6
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	4	
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	2	
Для спортивной дисциплины «настольный теннис» (за исключением спортивной дисциплины, содержащей в своем наименовании аббревиатуру «ИН-2»)				
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 последующий годы	3
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	1	
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	1	
Для спортивной дисциплины «настольный теннис», содержащей в своем наименовании аббревиатуру «ИН-2»				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	7	до года	4
			свыше года	4

Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	9	до года	4
			второй и третий годы	4
			четвертый и последующий годы	3
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	15	1	
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	20	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	14	до года	4
			второй и третий годы	4
			четвертый и последующий годы	3
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	14	1	
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	1	
Для спортивной дисциплины «плавание» (за исключением спортивной дисциплины, содержащей в своем наименовании аббревиатуру «ИН-2»)				
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 последующий годы	3
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	11	1	
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	13	1	
Для спортивной дисциплины «плавание», содержащей в своем наименовании аббревиатуру «ИН-2»				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	7	до года	4
			свыше года	4
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	9	до года	4
			второй и третий годы	4
			четвертый и последующий годы	3
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	11	1	
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	13	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 последующий годы	3
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	12	1	
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	13	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 последующий годы	3
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	1	
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	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	12	до года	5
			второй и третий годы	4
			четвертый и последующий годы	3
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	1	
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	1	
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 последующий годы	6
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	4	
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	2	

Приложение № 2  
к федеральному стандарту  
спортивной подготовки по виду спорта  
«спорт лиц с интеллектуальными  
нарушениями», утвержденному  
приказом Миненорта России  
от «15» *декабря* 2025 г. № *1155*

**Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки**

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
<b>Для спортивной дисциплины «академическая гребля»</b>						
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
<b>Для спортивной дисциплины «бадминтон»</b>						
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
<b>Для спортивных дисциплин «баскетбол», «баскетбол 3x3»</b>						
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
<b>Для спортивной дисциплины «велоспорт-трек»</b>						
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», «кросс», «ходьба», «прыжки», «метания», «многоборье»						
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 «мини-футбол (футзал)»						
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 «настольный теннис» (за исключением спортивной дисциплины, содержащей в своем наименовании аббревиатуру «ИН-2»)						
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», содержащей в своем наименовании аббревиатуру «ИН-2»						
Количество часов в неделю	3-4	4-6	6-8	8-10	12-16	16-20
Общее количество часов в год	156-208	208-312	312-416	416-520	624-832	832-1040
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» (за исключением спортивной дисциплины, содержащей в своем наименовании аббревиатуру «ИН-2»)						
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», содержащей в своем наименовании аббревиатуру «ИН-2»						
Количество часов в неделю	3-4	4-6	6-8	8-10	12-16	16-20
Общее количество часов в год	156-208	208-312	312-416	416-520	624-832	832-1040

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 «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 «15» *декабря* 2025 г. № *1155*

**Учебно-тренировочные мероприятия и мероприятия  
по профилактическим медицинским осмотрам**

№ 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
<b>1. Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям</b>					
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.	Учебно-тренировочные мероприятия в каникулярный период	До 21 суток подряд и не более двух учебно-тренировочных мероприятий в год		-	-
2.4.	Просмотровые учебно-тренировочные мероприятия	-	До 60 суток		
3. Мероприятия по профилактическим медицинским осмотрам					
3.1.	Медицинские осмотры и обследования	До 2 суток и не менее 1 раза в год с учетом прохождения диспансеризации	До 3 суток 1 раз в полгода с учетом углубленного медицинского обследования		

Приложение № 4  
к федеральному стандарту  
спортивной подготовки по виду спорта  
«спорт лиц с интеллектуальными  
нарушениями», утвержденному  
приказом Минспорта России  
от «15» *декабря* 2025 г. № *1155*

**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
<b>Для спортивной дисциплины «академическая гребля»</b>				
Контрольные	1	2	5	7
Отборочные	-	2	3	5
Основные	-	1	2	4
<b>Для спортивной дисциплины «бадминтон»</b>				
Контрольные	1	2	5	6
Отборочные	-	7	7	7
Основные	-	1	3	4
<b>Для спортивных дисциплин «баскетбол», «баскетбол 3х3»</b>				
Контрольные	1	2	5	7
Отборочные	-	2	3	5
Основные	-	2	3	4
<b>Для спортивной дисциплины «велоспорт-трек»</b>				
Контрольные	1	5	5	5
Отборочные	-	2	3	5
Основные	-	1	2	4
<b>Для спортивной дисциплины «велоспорт-шоссе»</b>				
Контрольные	1	2	5	7
Отборочные	-	2	3	5
Основные	-	1	2	4
<b>Для спортивной дисциплины «гандбол»</b>				
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», «кросс», «ходьба», «прыжки», «метания», «многоборье»				
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 «мини-футбол (футзал)»				
Контрольные	1	2	2	3
Отборочные	-	2	3	4
Основные	-	1	2	4
Для спортивной дисциплины «настольный теннис» (за исключением спортивной дисциплины, содержащей в своем наименовании аббревиатуру «ИН-2»)				
Контрольные	1	1	2	2
Отборочные	-	1	2	2
Основные	-	1	2	4
Для спортивной дисциплины «настольный теннис», содержащей в своем наименовании аббревиатуру «ИН-2»				
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» (за исключением спортивной дисциплины, содержащей в своем наименовании аббревиатуру «ИН-2»)				
Контрольные	2	5	6	7
Отборочные	-	3	4	6
Основные	-	2	4	4
Для спортивной дисциплины «плавание», содержащей в своем наименовании аббревиатуру «ИН-2»				
Контрольные	1	1	2	2
Отборочные	-	1	2	2
Основные	-	1	2	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 «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 «15» декабря 2025 г. № 1155

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

№ п/п	Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы спортивной подготовки			
		Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
Для спортивной дисциплины «академическая гребля» (для мужчин)					
1.	Общая физическая подготовка (%)	44-48	40-44	36-40	32-36
2.	Специальная физическая подготовка (%)	8-12	16-20	23-27	28-32
3.	Техническая подготовка (%)	20-24	16-20	12-16	8-12
4.	Тактическая подготовка (%)	1-3	1-3	1-4	1-4
5.	Психологическая подготовка (%)	3-7	2-6	1-5	1-5
6.	Теоретическая подготовка (%)	3-7	2-6	1-5	1-4
7.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-4	2-6	4-8
8.	Интегральная подготовка (%)	2-7	2-6	3-7	4-8
9.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	6-10	5-9	4-8	5-9
Для спортивной дисциплины «академическая гребля» (для женщин)					
10.	Общая физическая подготовка (%)	41-45	38-42	36-40	28-32

11.	Специальная физическая подготовка (%)	10-14	16-20	23-27	30-34
12.	Техническая подготовка (%)	20-24	16-20	12-16	8-12
13.	Тактическая подготовка (%)	1-3	1-3	1-4	1-4
14.	Психологическая подготовка (%)	4-8	4-8	2-6	3-7
15.	Теоретическая подготовка (%)	3-7	2-6	1-5	1-4
16.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-4	1-5	4-8
17.	Интегральная подготовка (%)	2-7	2-6	3-7	4-8
18.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	6-10	5-9	4-8	5-9
Для спортивной дисциплины «бадминтон»					
19.	Общая физическая подготовка (%)	28-34	18-24	12-16	10-14
20.	Специальная физическая подготовка (%)	14-18	17-23	16-20	13-17
21.	Техническая подготовка (%)	35-45	35-45	32-42	28-34
22.	Тактическая подготовка (%)	3-5	5-7	8-10	10-12
23.	Психологическая подготовка (%)	2-4	2-4	4-6	4-6
24.	Теоретическая подготовка (%)	2-4	2-4	2-4	2-4
25.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	2-4	6-8	8-10
26.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-3	2-4	6-8	8-10
Для спортивных дисциплин «баскетбол», «баскетбол 3x3», «гандбол»					
27.	Общая физическая подготовка (%)	40-43	23-27	15-20	13-17

28.	Специальная физическая подготовка (%)	10-12	12-14	29-32	27-29
29.	Техническая подготовка (%)	22-23	24-25	20-25	18-20
30.	Тактическая подготовка (%)	7-9	11-18	14-17	18-22
31.	Психологическая подготовка (%)	3-7	2-6	1-5	1-5
32.	Теоретическая подготовка (%)	3-7	2-6	1-5	1-4
33.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	2-4	4-6	4-8
34.	Интегральная подготовка (%)	2-6	2-6	3-7	4-8
35.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-3	2-4	4-6	4-8
Для спортивных дисциплин «велоспорт-трек», «велоспорт-шоссе»					
36.	Общая физическая подготовка (%)	30-35	17-24	10-15	8-12
37.	Специальная физическая подготовка (%)	25-30	28-32	45-47	40-54
38.	Техническая подготовка (%)	10-14	16-20	12-16	8-12
39.	Тактическая подготовка (%)	1-3	1-3	1-4	1-4
40.	Психологическая подготовка (%)	4-8	4-8	2-6	3-7
41.	Теоретическая подготовка (%)	3-7	2-6	1-5	1-4
42.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	2-4	4-6	4-8
43.	Интегральная подготовка (%)	2-7	2-6	3-7	4-8
44.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-3	2-4	4-6	4-8

Для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт»					
45.	Общая физическая подготовка (%)	24-36	13-17	13-17	13-17
46.	Специальная физическая подготовка (%)	22-28	22-28	17-22	24-33
47.	Техническая подготовка (%)	30-35	35-42	31-38	22-28
48.	Тактическая подготовка (%)	2-4	7-11	11-15	11-15
49.	Психологическая подготовка (%)	1-2	1-4	1-4	1-4
50.	Теоретическая подготовка (%)	1-2	1-3	1-3	1-3
51.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	1-3	1-3	1-3	1-3
52.	Интегральная подготовка (%)	1-5	2-6	2-6	3-7
53.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	1-4	1-5	3-7
Для спортивной дисциплины «дзюдо» (мужчины)					
54.	Общая физическая подготовка (%)	40-42	35-40	17-19	14-17
55.	Специальная физическая подготовка (%)	28-32	26-29	25-27	21-24
56.	Техническая подготовка (%)	8-10	13-17	22-23	25-28
57.	Тактическая подготовка (%)	5-8	10-12	16-18	18-20
58.	Психологическая подготовка (%)	3-7	2-6	1-5	1-5
59.	Теоретическая подготовка (%)	3-7	2-6	1-5	1-2
60.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-4	2-6	5-8
61.	Интегральная подготовка (%)	1-4	2-6	3-7	4-7

62.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	1-2	1-3	4-5
Для спортивной дисциплины «дзюдо» (женщины)					
63.	Общая физическая подготовка (%)	40-42	22-27	16-18	13-15
64.	Специальная физическая подготовка (%)	28-32	27-30	26-28	21-23
65.	Техническая подготовка (%)	8-10	20-26	22-23	26-29
66.	Тактическая подготовка (%)	5-8	11-13	16-18	18-20
67.	Психологическая подготовка (%)	3-7	2-6	1-5	1-5
68.	Теоретическая подготовка (%)	3-7	2-6	1-5	1-2
69.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-4	2-6	5-8
70.	Интегральная подготовка (%)	2-4	2-6	3-7	4-6
71.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	1-2	2-3	4-5
Для спортивных дисциплин «выездка», «конкур», «пробеги»					
72.	Общая физическая подготовка (%)	20-26	15-20	10-15	8-10
73.	Специальная физическая подготовка (%)	28-34	27-33	23-25	10-14
74.	Техническая подготовка (%)	28-32	39-43	46-50	50-54
75.	Тактическая подготовка (%)	5-10	4-9	3-9	3-8
76.	Психологическая подготовка (%)	1-2	0-4	0-4	0-4
77.	Теоретическая подготовка (%)	2-4	3-5	3-5	3-5

78.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	2-4	4-5	5-6
79.	Интегральная подготовка (%)	1-9	0-4	0-3	0-3
80.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	2-4	1-5	3-7
Для спортивной дисциплины «бег на короткие дистанции»					
81.	Общая физическая подготовка (%)	59-63	47-51	38-40	35-39
82.	Специальная физическая подготовка (%)	15-21	21-25	20-26	28-32
83.	Техническая подготовка (%)	13-15	18-25	26-34	26-32
84.	Тактическая подготовка (%)	1-5	0-4	0-3	0-3
85.	Психологическая подготовка (%)	0-2	1-4	1-4	1-4
86.	Теоретическая подготовка (%)	0-2	1-3	1-3	1-3
87.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-5	4-5	5-6
88.	Интегральная подготовка (%)	2-9	1-4	1-3	1-3
89.	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»					
90.	Общая физическая подготовка (%)	59-63	47-51	34-38	25-26
91.	Специальная физическая подготовка (%)	15-21	24-29	26-30	32-38
92.	Техническая подготовка (%)	13-15	18-25	24-32	24-30
93.	Тактическая подготовка (%)	1-5	0-4	0-3	0-3

94.	Психологическая подготовка (%)	0-2	1-4	1-4	1-4
95.	Теоретическая подготовка (%)	0-2	1-3	1-3	1-3
96.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-5	4-5	5-6
97.	Интегральная подготовка (%)	2-9	1-4	1-3	1-3
98.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	1-4	1-5	3-7
Для спортивной дисциплины «метания»					
99.	Общая физическая подготовка (%)	50-54	37-41	28-32	22-26
100.	Специальная физическая подготовка (%)	23-27	30-34	35-39	40-42
101.	Техническая подготовка (%)	13-17	17-21	20-24	22-26
102.	Тактическая подготовка (%)	1-5	1-4	1-3	1-3
103.	Психологическая подготовка (%)	0-2	1-4	1-4	1-4
104.	Теоретическая подготовка (%)	0-2	1-3	1-3	1-3
105.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-4	3-5	5-6
106.	Интегральная подготовка (%)	2-9	1-4	1-3	1-3
107.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	1-4	3-5	5-7
Для спортивной дисциплины «многоборье»					
108.	Общая физическая подготовка (%)	60-64	49-53	34-38	28-30
109.	Специальная физическая подготовка (%)	18-22	25-29	30-32	34-36

110.	Техническая подготовка (%)	15-19	20-25	27-35	28-34
111.	Тактическая подготовка (%)	1-5	0-4	0-3	0-3
112.	Психологическая подготовка (%)	0-2	0-4	0-4	0-4
113.	Теоретическая подготовка (%)	0-2	0-3	0-3	0-3
114.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	2-4	4-5	5-6
115.	Интегральная подготовка (%)	2-9	0-4	0-3	0-3
116.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	1-4	1-5	3-7
Для спортивной дисциплины «прыжки»					
117.	Общая физическая подготовка (%)	60-64	49-53	34-38	26-28
118.	Специальная физическая подготовка (%)	18-22	25-29	31-33	35-38
119.	Техническая подготовка (%)	13-15	18-25	26-34	30-34
120.	Тактическая подготовка (%)	1-5	0-4	0-3	0-3
121.	Психологическая подготовка (%)	0-2	0-4	0-4	0-4
122.	Теоретическая подготовка (%)	0-2	0-3	0-3	0-3
123.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	2-4	4-5	5-6
124.	Интегральная подготовка (%)	2-9	0-4	0-3	0-3
125.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	1-4	1-5	3-7
Для спортивной дисциплины «ходьба»					
126.	Общая физическая подготовка (%)	59-63	47-51	30-33	21-25

127.	Специальная физическая подготовка (%)	15-21	24-29	26-30	32-38
128.	Техническая подготовка (%)	15-19	20-25	27-35	28-34
129.	Тактическая подготовка (%)	1-5	0-4	0-3	0-3
130.	Психологическая подготовка (%)	0-2	1-4	1-4	1-4
131.	Теоретическая подготовка (%)	0-2	1-3	1-3	1-3
132.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-5	4-5	5-6
133.	Интегральная подготовка (%)	2-9	1-4	1-3	1-3
134.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	1-4	1-5	5-7
Для спортивной дисциплины «мини-футбол (футзал)»					
135.	Общая физическая подготовка (%)	28-32	38-42	11-17	10-16
136.	Специальная физическая подготовка (%)	5-8	9-11	39-41	37-40
137.	Техническая подготовка (%)	35-45	21-29	15-20	15-20
138.	Тактическая подготовка (%)	1-4	2-6	4-8	5-8
139.	Психологическая подготовка (%)	1-3	2-5	1-5	1-4
140.	Теоретическая подготовка (%)	1-4	2-5	1-5	1-4
141.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-4	2-6	4-8
142.	Интегральная подготовка (%)	2-7	2-6	3-7	4-8
143.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	6-10	5-9	4-8	5-9

Для спортивной дисциплины «настольный теннис»					
144.	Общая физическая подготовка (%)	26-34	17-23	13-17	9-11
145.	Специальная физическая подготовка (%)	17-23	17-23	17-23	23-27
146.	Техническая подготовка (%)	31-39	26-34	22-28	22-28
147.	Тактическая подготовка (%)	5-7	8-12	14-18	14-18
148.	Психологическая подготовка (%)	0-2	1-4	1-4	1-4
149.	Теоретическая подготовка (%)	0-2	1-3	1-3	1-3
150.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-4	1-3	1-3
151.	Интегральная подготовка (%)	2-9	1-5	3-7	2-6
152.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	1-4	1-5	3-7
Для спортивной дисциплины «пауэрлифтинг»					
153.	Общая физическая подготовка (%)	48-52	20-24	15-19	12-16
154.	Специальная физическая подготовка (%)	20-24	30-34	36-40	42-46
155.	Техническая подготовка (%)	13-17	28-32	27-31	23-27
156.	Тактическая подготовка (%)	0-2	1-3	1-3	1-3
157.	Психологическая подготовка (%)	4-8	3-7	3-7	4-8
158.	Теоретическая подготовка (%)	4-8	3-7	2-6	3-7
159.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-4	1-4	1-5
160.	Интегральная подготовка (%)	1-5	1-3	1-3	1-4

161.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	1-4	1-5	2-6
Для спортивной дисциплины «плавание» (для мужчин) (за исключением спортивной дисциплины, содержащей в своем наименовании аббревиатуру «ИН-2»)					
162.	Общая физическая подготовка (%)	27-31	23-27	18-22	14-18
163.	Специальная физическая подготовка (%)	15-19	21-25	24-28	28-32
164.	Техническая подготовка (%)	28-32	25-29	23-27	21-25
165.	Тактическая подготовка (%)	0-2	0-2	0-3	0-3
166.	Психологическая подготовка (%)	3-7	2-6	2-6	3-7
167.	Теоретическая подготовка (%)	3-7	3-7	2-6	1-5
168.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	0-4	2-6	3-7
169.	Интегральная подготовка (%)	1-5	1-5	4-8	6-10
170.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	10-14	9-13	8-12	7-11
Для спортивной дисциплины «плавание» (для женщин) (за исключением спортивной дисциплины, содержащей в своем наименовании аббревиатуру «ИН-2»)					
171.	Общая физическая подготовка (%)	25-29	21-25	16-20	13-17
172.	Специальная физическая подготовка (%)	15-19	23-27	28-32	31-35
173.	Техническая подготовка (%)	28-32	25-29	23-27	21-25
174.	Тактическая подготовка (%)	0-2	0-2	0-3	0-3
175.	Психологическая подготовка (%)	5-9	3-7	2-6	3-7
176.	Теоретическая подготовка (%)	3-7	3-7	2-6	1-5

177.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	0-3	0-4	1-5
178.	Интегральная подготовка (%)	1-5	1-5	4-8	6-10
179.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	10-14	9-13	8-12	7-11
Для спортивной дисциплины «плавание», содержащей в своем наименовании аббревиатуру «ИН-2»					
180.	Общая физическая подготовка (%)	26-34	17-23	13-17	9-11
181.	Специальная физическая подготовка (%)	17-23	17-23	17-23	23-27
182.	Техническая подготовка (%)	31-39	26-34	22-28	22-28
183.	Тактическая подготовка (%)	5-7	8-12	14-18	14-18
184.	Психологическая подготовка (%)	0-2	1-4	1-4	1-4
185.	Теоретическая подготовка (%)	0-2	1-3	1-3	1-3
186.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-4	1-3	1-3
187.	Интегральная подготовка (%)	2-9	1-5	3-7	2-6
188.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	1-4	1-5	3-7
Для спортивной дисциплины «спортивная гимнастика»					
189.	Общая физическая подготовка (%)	25-29	21-25	16-20	13-17
190.	Специальная физическая подготовка (%)	15-19	23-27	28-32	31-35
191.	Техническая подготовка (%)	28-32	25-29	23-27	21-25
192.	Тактическая подготовка (%)	0-2	0-2	0-3	0-3

193.	Психологическая подготовка (%)	5-9	3-7	2-6	3-7
194.	Теоретическая подготовка (%)	3-7	3-7	2-6	1-5
195.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	0-3	0-4	1-5
196.	Интегральная подготовка (%)	1-5	1-5	4-8	6-10
197.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	10-14	9-13	8-12	7-11
Для спортивной дисциплины «теннис»					
198.	Общая физическая подготовка (%)	24-36	13-17	13-17	13-17
199.	Специальная физическая подготовка (%)	22-28	22-28	17-22	24-33
200.	Техническая подготовка (%)	30-35	35-42	31-38	22-28
201.	Тактическая подготовка (%)	2-4	7-11	11-15	11-15
202.	Психологическая подготовка (%)	0-2	1-4	1-4	1-4
203.	Теоретическая подготовка (%)	0-2	1-3	1-3	1-3
204.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-4	1-3	1-3
205.	Интегральная подготовка (%)	2-9	1-5	3-7	2-6
206.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	0-2	1-4	1-5	3-7
Для спортивной дисциплины «тхэквондо - пхумсэ»					
207.	Общая физическая подготовка (%)	40-42	35-40	17-19	15-16
208.	Специальная физическая подготовка (%)	38-40	26-29	25-27	23-24

209.	Техническая подготовка (%)	8-10	26-20	22-23	25-28
210.	Тактическая подготовка (%)	5-8	12-14	16-18	18-20
211.	Психологическая подготовка (%)	3-7	2-6	1-5	1-5
212.	Теоретическая подготовка (%)	3-7	2-6	1-5	1-2
213.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-4	2-6	5-8
214.	Интегральная подготовка (%)	1-5	2-6	3-7	4-6
215.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	1-2	1-3	4-5
Для спортивной дисциплины «футбол»					
216.	Общая физическая подготовка (%)	28-32	38-42	11-17	10-16
217.	Специальная физическая подготовка (%)	5-8	9-11	39-41	37-40
218.	Техническая подготовка (%)	35-45	21-29	15-20	15-20
219.	Тактическая подготовка (%)	1-4	2-6	4-8	5-8
220.	Психологическая подготовка (%)	1-3	2-5	1-5	1-4
221.	Теоретическая подготовка (%)	1-4	2-5	1-5	1-4
222.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-4	2-6	4-8
223.	Интегральная подготовка (%)	2-7	2-6	3-7	4-8
224.	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 «15» *января* 2025 г. № *1155*

**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
<b>Для спортивной дисциплины «академическая гребля»</b>						
1.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 2 кг	количество раз	не менее		не менее	
			10	5	11	6
2.	Поднимание туловища лежа на животе	количество раз	не менее		не менее	
			8	5	9	6
3.	Жим гантелей в положении лежа на спине	кг	не менее		не менее	
			7	5	8	6
4.	Маховые движения рук в положении лежа на спине	мин, с	не менее		не менее	
			2.00	1.50	2.50	2.00
<b>Для спортивной дисциплины «бадминтон»</b>						
5.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			7,7	8,5	7,6	8,4
6.	Челночный бег 6x5 м	с	не более		не более	
			13,0	14,5	12,5	14,0
7.	Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее	
			70	60	75	65
8.	Метание волана	м	не менее		не менее	
			3	2	3,5	2,5
<b>Для спортивной дисциплины «баскетбол»</b>						
9.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			4,8	5,2	4,7	5,1
10.	Челночный бег 6x5 м	с	не более		не более	
			12,2	13,1	12,0	13,0
11.	Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее	
			90	80	91	81

12.	Метание волана	м	не менее		не менее	
			12	10	13	11
Для спортивной дисциплины «баскетбол 3x3»						
13.	Бег на 20 м	с	не более		не более	
			4,8	5,2	4,7	5,1
14.	Скоростное ведение мяча 20 м	с	не более		не более	
			12,2	13,1	12,1	13,0
15.	Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее	
			85	75	86	76
16.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее		не менее	
			12	10	12,5	10,5
Для спортивной дисциплины «велоспорт-трек»						
17.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			6,7	7,5	6,6	7,4
18.	Гонка на треке 200 м со старта с места	с	не более		не более	
			22,5	25,0	22,0	24,5
19.	Челночный бег 3x10 м	с	не более		не более	
			11,6	12,2	11,5	12,1
20.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			6	4	7	6
21.	Приседание (за 15 с)	количество раз	не менее		не менее	
			6	5	7	6
22.	Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее	
			80	70	81	71
Для спортивной дисциплины «велоспорт-шоссе»						
23.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			6,7	7,5	6,6	7,4
24.	Челночный бег 3x10 м	с	не более		не более	
			11,6	12,2	11,5	12,1
25.	Бег на 800 м	мин, с	не более		не более	
			6.25	7.00	6.20	6.50
26.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			5	4	6	5
27.	Приседание за (15 с)	количество раз	не менее		не менее	
			6	5	7	6
28.	Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее	
			80	70	81	71
Для спортивной дисциплины «гандбол»						
29.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			6,7	-	6,6	-

30.	Челночный бег 3x10 м	с	не более		не более	
			11,6	-	11,5	-
31.	Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее	
			80	-	81	-
32.	Метание гандбольного мяча (размер № 2) двумя руками сидя	м	не менее		не менее	
			5	-	6	-
Для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт»						
33.	Бег на 30 м с ходу	с	не более		не более	
			6,7	7,5	6,6	7,4
34.	Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее	
			80	70	81	71
35.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			5	3	6	4
36.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее		не менее	
			7	5	8	6
37.	Челночный бег 3x10 м	с	не более		не более	
			11,6	12,2	11,5	12,1
Для спортивной дисциплины «дзюдо»						
38.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			6,7	7,5	6,6	7,4
39.	Челночный бег 3x10 м	с	не более		не более	
			11,6	12,2	11,5	12,1
40.	Подтягивания на перекладине	количество раз	не менее		не менее	
			4	2	4	2
41.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее		не менее	
			7	6	8	7
42.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			6		7	
43.	Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее	
			80	70	81	71
Для спортивных дисциплин «выездка», «конкур», «пробеги»						
44.	Вращение на двух ногах вокруг своей оси, глаза открыты, руки на поясе, после остановки пройти прямо 5 оборотов	с	не более		не более	
			30,0		30,0	
45.	Стойка на одной ноге, глаза закрыты, руки скрещены, ладони на плечах	с	не менее		не менее	
			3,0		3,0	
46.	Приседание без остановки	количество раз	не менее		не менее	
			5		6	
47.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			3		4	

48.	Наклон вперед из положения сидя, ноги врозь	количество раз	не менее		не менее	
			1		1	
49.	Поднимание ноги, согнутой в колене, из положения стоя	количество раз	не менее		не менее	
			1		1	
Для спортивной дисциплины «бег на короткие дистанции»						
50.	Бег на 20 м с ходу	с	не более		не более	
			4,1	5,1	4,0	5,0
51.	Бросок медицинбола двумя руками из-за головы весом 3 кг	количество раз	не менее		не менее	
			6	4	8	6
52.	Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее		не менее	
			15	10	20	15
53.	Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее	
			80	70	81	71
Для спортивных дисциплин «бег на средние дистанции», «бег на длинные дистанции», «кросс»						
54.	Бег на 60 м	с	не более		не более	
			12,0	13,0	11,0	12,0
55.	Бег на 300 м	мин, с	не более		не более	
			1.15	1.30	1.10	1.25
56.	Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее		не менее	
			15	10	20	15
57.	Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее	
			80	70	110	100
Для спортивной дисциплины «ходьба»						
58.	Ходьба на 500 м	мин, с	не более		не более	
			3.10	3.30	2.40	3.00
59.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			10	6	15	10
60.	Подъем туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее		не менее	
			15	10	20	15
Для спортивной дисциплины «прыжки»						
61.	Бег на 20 м с ходу	с	не более		не более	
			4,1	5,1	4,0	5,0
62.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			10	6	15	10
63.	Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее	
			80	70	110	100
Для спортивной дисциплины «метания»						
64.	Бег на 20 м с ходу	с	не более		не более	
			5,1	6,1	5,0	6,0

65.	Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее	
			80	70	90	80
66.	Бросок медицинбола двумя руками из-за головы весом 3 кг	количество раз	не менее		не менее	
			6	4	8	6
67.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			10	6	15	10
Для спортивной дисциплины «многоборье»						
68.	Бег на 20 м с ходу	с	не более		не более	
			4,3	5,3	4,1	5,1
69.	Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее	
			80	70	110	100
70.	Бросок медицинбола двумя руками из-за головы весом 3 кг	количество раз	не менее		не менее	
			6	4	8	6
71.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			10	6	15	10
72.	Бег на 500 м	-	без учета времени	-	без учета времени	-
73.	Бег на 300 м	-	-	без учета времени	-	без учета времени
Для спортивной дисциплины «лыжные гонки»						
74.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			6,7	7,5	6,6	7,7
75.	Бег на 60 м	с	не более		не более	
			12,7	13,7	13,0	14,1
76.	Бег на 600 м	-	без учета времени	-	без учета времени	-
77.	Бег на 400 м	-	-	без учета времени	-	без учета времени
Для спортивной дисциплины «мини-футбол (футзал)»						
78.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			6,7	7,5	6,6	7,4
79.	Бег 60 м	с	не более		не более	
			12,7	13,7	12,6	13,6
80.	Челночный бег 3x10 м	с	не более		не более	
			11,6	12,2	11,5	12,1
81.	Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее	
			80	70	81	71
82.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее		не менее	
			12	10	12,5	10,5
Для спортивной дисциплины «настольный теннис» (за исключением спортивной дисциплины, содержащей в своем наименовании аббревиатуру «ИН-2»)						
83.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			3	2	4	3

84.	Маховые движения рук в положении лежа на спине	мин, с	не менее		не менее	
			2.00	1.50	2.50	2.00
85.	Поднимание ног из виса на гимнастической стенке в положение «угол»	раз	не менее		не менее	
			3	2	4	3
86.	Многоскок (5 прыжков)	м	не менее		не менее	
			3,5	3	3,6	3,1
Для спортивной дисциплины «настольный теннис», содержащей в своем наименовании аббревиатуру «ИН-2»						
87.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			3	2	4	3
88.	Маховые движения рук в положении лежа на спине	мин, с	не менее		не менее	
			2.00	1.50	2.50	2.00
89.	Поднимание ног из виса на гимнастической стенке в положение «угол»	раз	не менее		не менее	
			3	2	4	3
90.	Многоскок (5 прыжков)	м	не менее		не менее	
			3	2,5	3	2,5
Для спортивной дисциплины «пауэрлифтинг»						
91.	Кистевая динамометрия	кг	не менее		не менее	
			10	8	11	9
92.	Приседания с весом 5 кг	количество раз	не менее		не менее	
			10	6	15	10
93.	Из исходного положения в упоре на брусьях на прямых руках сгибание и разгибание рук	количество раз	не менее		не менее	
			3	-	4	-
94.	Из исходного положения лежа на спине поднимание туловища	количество раз	не менее		не менее	
			15	8	25	15
95.	Сгибание и разгибание рук в висе на низкой перекладине	количество раз	не менее		не менее	
			6	3	12	6
96.	Жим на горизонтальной скамье с весом 10 кг	количество раз	не менее		не менее	
			10	5	15	8
97.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			10	4	15	6
Для спортивной дисциплины «плавание» (за исключением спортивной дисциплины, содержащей в своем наименовании аббревиатуру «ИН-2»)						
98.	Бег 400 м	-	без учета времени		без учета времени	
99.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее		не менее	
			10	8	18	15
100.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 3 кг	количество раз	не менее		не менее	
			5	3	8	5
101.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг	количество раз	не менее		не менее	
			6	4	10	7

102.	Приседания (за 20 с)	количество раз	не менее		не менее	
			8	7	10	8
Для спортивной дисциплины «плавание», содержащей в своем наименовании аббревиатуру «ИН-2»						
103.	Бег 100 м	-	без учета времени		без учета времени	
104.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее		не менее	
			5	3	10	8
105.	Многоскок (5 прыжков)	м	не менее		не менее	
			3,5	3	3,8	3,5
106.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг	количество раз	не менее		не менее	
			5	3	8	5
107.	Приседания (за 10 с)	количество раз	не менее		не менее	
			4	4	5	5
Для спортивной дисциплины «спортивная гимнастика»						
108.	Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее	
			80	70	90	80
109.	Вис согнув ноги на перекладине	с	не менее		не менее	
			3,0	-	3,5	-
110.	Вис согнув ноги на гимнастической жерди	с	не менее		не менее	
			-	3,0	-	3,5
111.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			5	3	7	5
112.	Исходное положение – упор сидя сзади, поднимание и удержание ног в положении «угол»	с	не менее		не менее	
			5,0		7,0	
113.	Исходное положение – сед, ноги вместе, наклон вперед	см	не менее		не менее	
			7		8	7,5
Для спортивной дисциплины «теннис»						
114.	Бег на 20 м	с	не более		не более	
			4,8	5,2	4,7	5,1
115.	Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее	
			80	70	85	75
116.	Прыжок вверх с места	см	не менее		не менее	
			12	10	13	11
117.	Наклон вперед, стоя на возвышении	-	выполнить		выполнить	
118.	Челночный бег 4x8 м	с	не более		не более	
			25,0	30,0	24,9	29,9
Для спортивной дисциплины «тхэквондо - пхумсэ»						
119.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			6,9	7,8	6,8	7,7
120.	Челночный бег 3x10 м	с	не более		не более	
			16,0	17,0	15,9	16,9

121.	Непрерывный бег в свободном темпе 10 мин	-	без учета времени		без учета времени	
122.	Подтягивания на перекладине	количество раз	не менее		не менее	
			3	2	4	3
123.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее		не менее	
			10	7	12	9
124.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			7	4	8	5
125.	Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее	
			80	70	85	75
Для спортивной дисциплины «футбол»						
126.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			6,7	-	6,6	-
127.	Бег 60 м	с	не более		не более	
			12,7	-	12,6	-
128.	Челночный бег 3x10 м	с	не более		не более	
			11,6	-	11,6	-
129.	Непрерывный бег в свободном темпе	мин, с	не менее		не менее	
			10.00	-	11.00	-
130.	Прыжок в длину с места	см	не менее		не менее	
			80	-	81	-
131.	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 «15» *декабря* 2025 г. № *1155*

**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/ юниоры/ мужчины	девушки/ юниорки/ женщины
<b>Для спортивной дисциплины «академическая гребля»</b>				
1.	Непрерывная гребля в гребном канале в лодке 3 мин	-	оценка техники выполнения	
2.	Прохождение дистанции на тренажере (гребной эргометр) на 500 м	-	без учета времени	
3.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 5 кг	количество раз	не менее	
			5	-
4.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 3 кг	количество раз	не менее	
			-	6
5.	Жим штанги из положения лежа на спине	кг	не менее	
			15	10
6.	Бросок медицинбола весом 1 кг из положения сидя	м	не менее	
			2,7	2,2
<b>Для спортивной дисциплины «бадминтон»</b>				
7.	Бег на 30 м	с	не более	
			6,3	7,0
8.	Челночный бег 6x5 м	с	не более	
			11,0	12,0
9.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			100	90
10.	Метание волана	м	не менее	
			5	4
11.	Прыжки боком через гимнастическую скамейку (за 30 с)	количество раз	не менее	
			10	8

12.	Бег на 400 м	мин, с	не более	
			1.30	2.00
Для спортивной дисциплины «баскетбол»				
13.	Бег на 20 м	с	не более	
			4,6	5,0
14.	Скоростное ведение мяча 20 м	с	не более	
			11,8	12,5
15.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			145	125
16.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее	
			16	13
17.	Бег на 600 м	мин, с	не более	
			2.25	2.50
Для спортивной дисциплины «баскетбол 3х3»				
18.	Бег на 20 м	с	не более	
			4,6	5,0
19.	Скоростное ведение мяча 20 м	с	не более	
			11,8	12,5
20.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			140	120
21.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее	
			16	13
22.	Бег на 600 м	мин, с	не более	
			2.25	2.50
Для спортивной дисциплины «велоспорт-трек»				
	Бег 60 м с ходу	с	не более	
			12,0	12,5
24.	Гонка на треке 200 м со старта с места	с	не более	
			25,5	29,5
25.	Челночный бег 3х10 м	с	не более	
			11,4	12,0
26.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 20 с)	количество раз	не менее	
			6	5
27.	Бег 1 500 м	мин, с	не менее	
			7.00	8.00
28.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			125	105
29.	В висе удержание ног в положении прямого угла	с	не менее	
			12,0	10,0
30.	Подтягивания на перекладине	количество раз	не менее	
			6	-

31.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			-	5
Для спортивной дисциплины «велоспорт-шоссе»				
32.	Бег на 60 м	с	не более	
			12,0	12,5
33.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			11,4	12,0
34.	Бег на 1 500 м	мин, с	не более	
			7.00	8.00
35.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			7	5
36.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 20 с)	количество раз	не менее	
			6	4
37.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			125	105
38.	Подтягивания на перекладине	количество раз	не менее	
			6	2
Для спортивной дисциплины «гандбол»				
39.	Бег на 30 м	с	не более	
			6,3	-
40.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			11,3	-
41.	Бросок медицинбола массой 1 кг с места на дальность одной рукой	м	не менее	
			7	-
42.	Бросок медицинбола массой 1 кг с места на дальность двумя руками сидя	м	не менее	
			3,5	-
43.	Тройной прыжок с места	см	не менее	
			450	-
Для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт»				
44.	Бег на 60 м с ходу	с	не более	
			12,0	12,5
45.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			125	105
46.	Бег на 800 м	мин, с	не более	
			5.30	5.50
47.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			9	7
48.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			11,4	12,0
49.	Подтягивания на перекладине	количество раз	не менее	
			4	-

50.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			-	5
51.	Наклон вперед из положения стоя на возвышении, пальцы рук ниже линии стоп	см	не менее	
			4	
Для спортивной дисциплины «дзюдо»				
52.	Бег на 30 м	с	не более	
			6,3	7,0
53.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			11,4	12,0
54.	Подтягивания на перекладине	количество раз	не менее	
			9	5
55.	Поднимание ног из виса на перекладине до уровня хвата руками	количество раз	не менее	
			5	4
56.	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях	количество раз	не менее	
			10	6
Для спортивных дисциплин «выездка», «конкур», «пробеги»				
57.	Вращение на двух ногах вокруг своей оси, глаза открыты, руки на поясе, после остановки пройти прямо 7 оборотов	с	не более	
			25,0	
58.	Стойка на одной ноге, глаза закрыты, руки скрещены, ладони на плечах	с	не менее	
			5,0	
59.	Приседание без остановки	количество раз	не менее	
			7	
60.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			5	
61.	Наклон вперед из положения сидя, ноги врозь	-	выполнить	
62.	Поднимание ноги, согнутой в колене, из положения стоя	-	выполнить	
63.	Седловка лошади	мин, с	не более	
			25.00	
Для спортивной дисциплины «бег на короткие дистанции»				
64.	Бег на 20 м с ходу	с	не более	
			2,9	3,5
65.	Бег на 100 м	с	не более	
			13,8	14,9
66.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			150	130
67.	Бросок медицинбола двумя руками из-за головы весом 3 кг	количество раз	не менее	
			10	8

68.	Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее	
			30	25
Для спортивной дисциплины «бег на средние дистанции»				
69.	Бег на 60 м	с	не более	
			10,0	11,0
70.	Бег на 1 000 м	мин, с	не более	
			5.00	5.30
71.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			150	130
72.	Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее	
			30	25
Для спортивных дисциплин «бег на длинные дистанции», «кросс»				
73.	Бег 100 м	с	не более	
			15,0	17,0
74.	Бег 3 000 м	мин, с	не более	
			15.00	-
75.	Бег 2 000 м	мин, с	не более	
			-	13.00
76.	Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее	
			30	25
Для спортивной дисциплины «ходьба»				
77.	Ходьба на 1 000 м	мин, с	не более	
			5.20	5.30
78.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			20	15
79.	Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее	
			30	25
Для спортивной дисциплины «прыжки»				
80.	Бег на 20 м с ходу	с	не более	
			3,7	4,5
81.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			160	140
82.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			20	15
Для спортивной дисциплины «метания»				
83.	Бег на 20 м с ходу	с	не более	
			3,7	4,5
84.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			150	140
85.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			20	15

86.	Жим штанги из положения лежа на спине	кг	не менее	
			40	20
Для спортивной дисциплины «многоборье»				
87.	Бег на 20 м с ходу	с	не более	
			3,7	4,5
88.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			150	140
89.	Жим штанги из положения лежа на спине	кг	не менее	
			40	20
90.	Бег на 300 м	мин, с	не более	
			1.00	1.10
91.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			20	15
92.	Бег на 1 000 м	мин, с	не более	
			5.00	5.30
Для спортивной дисциплины «лыжные гонки»				
93.	Бег на 100 м	с	не более	
			14,5	-
94.	Бег на 60 м	с	не более	
			-	12,5
95.	Бег на 1 000 м	мин, с	не более	
			4.45	-
96.	Бег на 800 м	мин, с	не более	
			-	5.00
97.	Лыжи классический стиль 5 км	мин, с	не более	
			23.00	-
98.	Лыжи классический стиль 2,5 км	мин, с	не более	
			-	14.00
99.	Лыжи свободный стиль 5 км	мин, с	не более	
			22.00	-
100.	Лыжи свободный стиль 2,5 км	мин, с	не более	
			-	13.00
Для спортивной дисциплины «мини-футбол (футзал)»				
101.	Бег на 15 м с высокого старта	с	не более	
			3,6	4,0
102.	Бег на 15 м с ходу	с	не более	
			3,2	3,6
103.	Тройной прыжок	см	не менее	
			450	400
104.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			120	105

105.	Прыжок вверх со взмахом руками	см	не менее	
			15	12
106.	Прыжок вверх без взмаха руками	см	не менее	
			9	7
Для спортивной дисциплины «настольный теннис» (за исключением спортивной дисциплины, содержащей в своем наименовании аббревиатуру «ИН-2»)				
107.	Кистевая динамометрия	кг	не менее	
			10	8
108.	Бросок медицинбола весом 1 кг двумя руками из-за головы из положения сидя	м	не менее	
			4,5	3,8
109.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			14	10
110.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			9	5
Для спортивной дисциплины «настольный теннис», содержащей в своем наименовании аббревиатуру «ИН-2»				
111.	Вис на перекладине	с	не менее	
			20,0	17,0
112.	Бросок медицинбола весом 1 кг двумя руками из-за головы из положения сидя	м	не менее	
			3,5	3
113.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			14	10
114.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			9	5
Для спортивной дисциплины «пауэрлифтинг»				
115.	Кистевая динамометрия максимальная	кг	не менее	
			17	12
116.	Приседание со штангой на плечах с весом 20 кг	количество раз	не менее	
			10	5
117.	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях	количество раз	не менее	
			6	-
118.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			-	25
119.	Сгибание и разгибание рук в висе на перекладине	количество раз	не менее	
			5	-
120.	Жим на горизонтальной скамье с весом 20 кг	количество раз	не менее	
			8	4
121.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			-	7

Для спортивной дисциплины «плавание» (за исключением спортивной дисциплины, содержащей в своем наименовании аббревиатуру «ИН-2»)			
122.	Плавание на 1 000 м	-	без учета времени
123.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 5 кг	количество раз	не менее
			11                      7
124.	Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамейки	количество раз	не менее
			11                      8
125.	Поднимание туловища лежа на спине (за 20 с)	количество раз	не менее
			12                      10
Для спортивной дисциплины «плавание», содержащей в своем наименовании аббревиатуру «ИН-2»			
126.	Плавание на 400 м	-	без учета времени
127.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг	количество раз	не менее
			5                      3
128.	Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамейки	количество раз	не менее
			7                      5
129.	Поднимание туловища лежа на спине (за 20 с)	количество раз	не менее
			10                      8
130.	Многоскок (5 прыжков)	м	не менее
			4                      3,8
Для спортивной дисциплины «спортивная гимнастика»			
131.	Прыжок в длину с места	см	не менее
			115                      105
132.	Бег на 20 м	с	не более
			3,5                      4,2
133.	Вис на согнутых руках на перекладине	с	не менее
			4,0                      -
134.	Вис на согнутых руках на гимнастической жерди	с	не менее
			-                      3,0
135.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее
			10                      7
136.	Поднимание ног из виса на гимнастической стенке в положение «угол»	количество раз	не менее
			3                      2
137.	Удержание положения «угол» в висе на гимнастической стенке	с	не менее
			5,0                      4,0
138.	Исходное положение – сед, ноги вместе, наклон вперед	см	не менее
			9                      8
139.	Упражнение «мост» из положения лежа на спине	с	не менее
			5,0

Для спортивной дисциплины «теннис»			
140.	Бег на 20 м	с	не более
			3,5      4,2
141.	Прыжок в длину с места	см	не менее
			125      105
142.	Прыжок вверх с места	см	не менее
			15      13
143.	Наклон вперед, стоя на возвышении	-	выполнить
144.	Челночный бег 6x8 м	с	не более
			18,4      20,2
Для спортивной дисциплины «тхэквондо - пхумсэ»			
145.	Бег на 30 м	с	не более
			5,5      6,0
146.	Челночный бег 3x10 м	с	не более
			14,0      14,5
147.	Непрерывный бег в свободном темпе	мин, с	не менее
			10.00
148.	Подтягивания на перекладине	количество раз	не менее
			6      4
149.	Поднимание туловища лежа на спине в течение 30 с	количество раз	не менее
			10      7
150.	Отжимание на брусьях	количество раз	не менее
			10      7
151.	Толчок ядра весом 1 кг левой рукой	м	не менее
			2      1,7
152.	Толчок ядра весом 1 кг правой рукой	м	не менее
			3      2,7
153.	Бег 500 м	мин, с	не более
			2.00      2.30
154.	Прыжок в длину с места	см	не менее
			130      110
Для спортивной дисциплины «футбол»			
155.	Бег на 15 м с высокого старта	с	не более
			3,6      -
156.	Бег на 15 м с ходу	с	не более
			3,2      -
157.	Бег на 30 м с высокого старта	с	не более
			5,9      -
158.	Прыжок в длину с места	см	не менее
			120      -

159.	Бег на 30 м с ходу	с	не более	
			5,6	-
160.	Бег на 1 500 м	мин, с	не более	
			7.00	-
161.	Тройной прыжок	см	не менее	
			450	-
162.	Прыжок вверх без взмаха руками	см	не менее	
			9	-
163.	Прыжок вверх со взмахом руками	см	не менее	
			15	-
<b>Уровень спортивной квалификации</b>				
Для спортивных дисциплин «баскетбол», «баскетбол 3х3», «гандбол», «мини-футбол (футзал)», «футбол»				
164.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)		Не устанавливается	
165.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)		Спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд», «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд»	
Для спортивных дисциплин «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», «кросс», «ходьба», «прыжки», «метания», «многоборье», «лыжные гонки», «настольный теннис», «пауэрлифтинг», «плавание», «теннис», «тхэквондо - пхумсэ»				
166.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (первый год)		Не устанавливается	
167.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (второй, третий годы)		Спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд»	
168.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)		Спортивные разряды – «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»	
<b>Для спортивной дисциплины «спортивная гимнастика»</b>				
169.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (первый, второй годы)		Не устанавливается	
170.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (третий год)		Спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд»	

171.	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 «15» *февраля* 2025 г. № *1155*

**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/ юниоры/ мужчины	девушки/ юниорки/ женщины
<b>Для спортивной дисциплины «академическая гребля»</b>				
1.	Гребля в лодке	-	оценка техники выполнения	
2.	Гребля в лодке на 1 000 м	-	без учета времени	
3.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 5 кг	количество раз	не менее	
			15	-
4.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 4 кг	количество раз	не менее	
			-	12
5.	Жим штанги из положения лежа на спине	кг	не менее	
			25	15
6.	Бросок медицинбола весом 2 кг из положения сидя	м	не менее	
			4	-
7.	Бросок медицинбола весом 1 кг из положения сидя	м	не менее	
			-	4
<b>Для спортивной дисциплины «бадминтон»</b>				
8.	Бег на 30 м	с	не более	
			4,8	5,8
9.	Челночный бег 6х5 м	с	не более	
			9,0	11,0
10.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			130	120
11.	Метание волана	м	не менее	
			6	5

Для спортивной дисциплины «баскетбол»			
12.	Бег на 20 м	с	не более
			4,1      4,5
13.	Скоростное ведение мяча 20 м	с	не более
			9,6      10,6
14.	Прыжок в длину с места	см	не менее
			225      190
15.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее
			32      25
16.	Бег на 600 м	мин, с	не более
			2.15      2.50
17.	Челночный бег 40 с на 28 м	м	не менее
			210      180
Для спортивной дисциплины «баскетбол 3x3»			
18.	Бег на 20 м	с	не более
			4,1      4,5
19.	Скоростное ведение мяча 20 м	с	не более
			9,6      10,6
20.	Прыжок в длину с места	см	не менее
			225      190
21.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее
			32      25
22.	Бег на 600 м	мин, с	не более
			2.15      2.50
Для спортивной дисциплины «велоспорт-трек»			
23.	Бег на 100 м с ходу	с	не более
			11,6      12,0
24.	Гонка на треке на 500 м со старта с места	с	не более
			40,5      45,5
25.	Челночный бег 3x10 м	с	не более
			9,0      9,7
26.	Поднимание туловища лежа на спине (за 20 с)	количество раз	не менее
			9      7
27.	Индивидуальная гонка на время 3 км	мин, с	не более
			4.25      -
28.	Индивидуальная гонка на время 2 км	мин, с	не более
			-      3.35
29.	Подтягивания на перекладине	количество раз	не менее
			9      3
30.	Поднимание ног из виса на перекладине до хвата руками	количество раз	не менее
			7      4

31.	В висе удержание ног в положении прямого угла	с	не менее	
			12,0	9,0
32.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			20	15
33.	Подтягивания на перекладине (за 20 с)	количество раз	не менее	
			10	-
34.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (за 20 с)	количество раз	не менее	
			-	7
Для спортивной дисциплины «велоспорт-шоссе»				
35.	Бег на 60 м	с	не более	
			9,5	10,5
36.	Бег на 1 500 м	мин, с	не более	
			5.45	7.00
37.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			20	15
38.	Приседание со штангой весом не менее 60% от собственного веса обучающегося	количество раз	не менее	
			5	-
39.	Приседание со штангой весом не менее 40% от собственного веса обучающегося	количество раз	не менее	
			-	3
40.	Подтягивания на перекладине	количество раз	не менее	
			8	3
41.	Индивидуальная гонка на время 20 км	мин, с	не более	
			33.00	39.00
Для спортивной дисциплины «гандбол»				
42.	Бег на 30 м	с	не более	
			4,8	-
43.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			9,0	-
44.	Бросок медицинбола массой 1 кг с места на дальность одной рукой	м	не менее	
			20	-
45.	Бросок медицинбола массой 1 кг с места на дальность двумя руками сидя	м	не менее	
			8	-
46.	Тройной прыжок с места	см	не менее	
			650	-
Для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт»				
47.	Бег на 100 м	с	не более	
			14,0	14,9
48.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			180	160

49.	Прыжок в высоту с места	см	не менее	
			20	16
50.	Поднимание туловища лежа на спине	количество раз	не менее	
			20	15
51.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			9,5	10,4
52.	Подтягивания на перекладине	количество раз	не менее	
			6	-
53.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			-	10
54.	Наклон вперед из положения стоя на возвышении, пальцы рук ниже линии стоп	см	не менее	
			5	
55.	Бег на 6 мин	м	не менее	
			1 200	1 000
Для спортивной дисциплины «дзюдо»				
56.	Бег на 60 м	с	не более	
			10,0	11,5
57.	Бег на 1 500 м	мин, с	не более	
			6.00	7.00
58.	Подтягивания на перекладине	количество раз	не менее	
			12	9
59.	Поднимание ног из виса на перекладине до уровня хвата руками	количество раз	не менее	
			7	5
60.	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях	количество раз	не менее	
			15	11
61.	Поднимание туловища лежа на спине (за 20 с)	количество раз	не менее	
			10	6
62.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (за 20 с)	количество раз	не менее	
			8	6
Для спортивной дисциплины «выездка»				
63.	Вращение на двух ногах вокруг своей оси, глаза открыты, руки на поясе, после остановки пройти прямо 7 оборотов	с	не более	
			20,0	
64.	Стойка на одной ноге, глаза закрыты, руки скрещены, ладони на плечах	с	не менее	
			7,0	
65.	Седловка лошади	мин, с	не более	
			20.00	
66.	Приседание, руки вперед, без остановки	количество раз	не менее	
			10	

67.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			7	
68.	Наклон вперед из положения сидя, ноги врозь	количество раз	не менее	
			1	
69.	Поднимание ноги, согнутой в колене, из положения стоя	количество раз	не менее	
			1	
Для спортивных дисциплин «конкур», «пробеги»				
70.	Вращение на двух ногах вокруг своей оси, глаза открыты, руки на поясе, после остановки пройти прямо 7 оборотов	с	не более	
			20,0	
71.	Стойка на одной ноге, глаза закрыты, руки скрещены, ладони на плечах	с	не менее	
			7,0	
72.	Седловка лошади	мин, с	не более	
			20.00	
73.	Приседание, руки вперед, без остановки	количество раз	не менее	
			12	
74.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			10	
75.	Наклон вперед из положения сидя, ноги врозь	количество раз	не менее	
			1	
76.	Поднимание ноги, согнутой в колене, из положения стоя	количество раз	не менее	
			1	
Для спортивной дисциплины «бег на короткие дистанции»				
77.	Бег на 20 м с ходу	с	не более	
			2,8	3,2
78.	Бег на 100 м	с	не более	
			12,8	14,0
79.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			220	190
80.	Присед-вставание со штангой на плечах	кг	не менее	
			60	40
81.	Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее	
			35	30
Для спортивной дисциплины «бег на средние дистанции»				
82.	Бег на 60 м	с	не более	
			9,5	10,0
83.	Бег на 1 000 м	мин, с	не более	
			4.40	5.15
84.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			200	180

85.	Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее	
			35	30
Для спортивных дисциплин «бег на длинные дистанции», «кросс»				
86.	Бег на 100 м	с	не более	
			13,9	15,8
87.	Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее	
			35	30
88.	Бег на 3 000 м	мин, с	не более	
			13.00	-
89.	Бег на 2 000 м	мин, с	не более	
			-	12.00
Для спортивной дисциплины «ходьба»				
90.	Ходьба на 1 000 м	мин, с	не более	
			5.05	5.15
91.	Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее	
			35	30
92.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			25	20
Для спортивной дисциплины «прыжки»				
93.	Бег на 20 м с ходу	с	не более	
			3,7	4,5
94.	Присед-вставание со штангой на плечах	кг	не менее	
			60	40
95.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			230	200
Для спортивной дисциплины «метания»				
96.	Бег на 20 м с ходу	с	не более	
			3,0	3,7
97.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			190	170
98.	Жим штанги из положения лежа на спине	кг	не менее	
			50	30
99.	Присед-вставание со штангой на плечах	кг	не менее	
			60	40
Для спортивной дисциплины «многоборье»				
100.	Бег на 20 м с ходу	с	не более	
			3,2	3,9
101.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			190	170
102.	Бег 1 000 м	мин, с	не более	
			4.50	5.20

103.	Бег на 300 м	с	не более	
			55,0	60,0
104.	Присед-вставание со штангой на плечах	кг	не менее	
			60	40
105.	Жим штанги из положения лежа на спине	кг	не менее	
			45	30
Для спортивной дисциплины «лыжные гонки»				
106.	Бег на 100 м	с	не более	
			14,3	-
107.	Бег на 60 м	с	не более	
			-	12,0
108.	Бег на 1 000 м	мин, с	не более	
			3.45	-
109.	Бег на 800 м	мин, с	не более	
			-	3.45
110.	Лыжи классический стиль 5 км	мин, с	не более	
			17.40	-
111.	Лыжи классический стиль 2,5 км	мин, с	не более	
			-	10.30
112.	Лыжи свободный стиль 10 км	мин, с	не более	
			34.45	-
113.	Лыжи свободный стиль 5 км	мин, с	не более	
			-	19.30
Для спортивной дисциплины «мини-футбол (футзал)»				
114.	Бег на 15 м с высокого старта	с	не более	
			2,7	3,2
115.	Бег на 15 м с ходу	с	не более	
			2,5	3,0
116.	Бег на 30 м с высокого старта	с	не более	
			5,2	5,9
117.	Бег на 1 500 м	мин, с	не более	
			5.30	6.00
118.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			200	175
119.	Прыжок вверх со взмахом руками	см	не менее	
			20	15
120.	Прыжок вверх без взмаха руками	см	не менее	
			12	9
Для спортивной дисциплины «настольный теннис» (за исключением спортивной дисциплины, содержащей в своем наименовании аббревиатуру «ИН-2»)				

121.	Кистевая динамометрия	кг	не менее	
			20	16
122.	Бросок медицинбола весом 1 кг двумя руками из-за головы из положения сидя	м	не менее	
			5,5	4,8
123.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			23	17
124.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			15	8
Для спортивной дисциплины «настольный теннис», содержащей в своем наименовании аббревиатуру «ИН-2»				
125.	Вис на перекладине	с	не менее	
			30,0	25,0
126.	Бросок медицинбола весом 1 кг двумя руками из-за головы из положения сидя	м	не менее	
			5,5	4,8
127.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			20	15
128.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			13	8
Для спортивной дисциплины «пауэрлифтинг»				
129.	Кистевая динамометрия максимальная	кг	не менее	
			20	16
130.	Бросок медицинбола весом 1 кг двумя руками из-за головы из положения сидя	м	не менее	
			6	5,5
131.	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях на прямых руках	количество раз	не менее	
			15	-
132.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			-	30
133.	Сгибание и разгибание рук в висе на перекладине	количество раз	не менее	
			7	-
134.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			-	10
Для спортивной дисциплины «плавание» (за исключением спортивной дисциплины, содержащей в своем наименовании аббревиатуру «ИН-2»)				
135.	Плавание избранным способом	-	оценка техники выполнения	
136.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1,2 кг	количество раз	не менее	
			18	-
137.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг	количество раз	не менее	
			-	14
138.	Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамейки	количество раз	не менее	
			20	12

139.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			210	170
Для спортивной дисциплины «плавание», содержащей в своем наименовании аббревиатуру «ИН-2»				
140.	Плавание избранным способом	-	оценка техники выполнения	
141.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1,2 кг	количество раз	не менее	
			12	-
142.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг	количество раз	не менее	
			-	12
143.	Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамейки	количество раз	не менее	
			15	10
144.	Многоскок (5 прыжков)	м	не менее	
			4,2	4
Для спортивной дисциплины «спортивная гимнастика»				
145.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			170	140
146.	Бег на 20 м с высокого старта	с	не более	
			5,2	6,0
147.	Лазанье по канату 3 м	-	без учета времени	
148.	Исходное положение – сед, ноги врозь на гимнастических брусьях, подъем ног в положение «угол»	с	не менее	
			10,0	7,0
149.	Исходное положение – упор на гимнастических кольцах, удержание положения «угол»	с	не менее	
			2,0	-
150.	Исходное положение – «угол» на гимнастической стенке, подъем ног в положение «высокий угол»	количество раз	не менее	
			-	4
151.	Исходное положение – вис на гимнастических кольцах, силой перемещение в вис сзади (обозначить), вернуться в исходное положение	количество раз	не менее	
			2	
152.	Исходное положение – сед, ноги врозь на гимнастических брусьях, подъем ног в положение упор «углом вне»	с	не менее	
			4,5	3,0
153.	Положение «упор» на гимнастических кольцах	с	не менее	
			6,0	-
154.	Положение вис на согнутых руках, согнув ноги на гимнастической жерди	с	не менее	
			-	8,0
Для спортивной дисциплины «теннис»				
155.	Бег на 30 м	с	не более	
			4,9	5,5

156.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			190	170
157.	Прыжок вверх с места	см	не менее	
			28	23
158.	Наклон вперед стоя на возвышении	количество раз	не менее	
			1	
159.	Челночный бег 6x8 м	с	не более	
			15,2	17,1
Для спортивной дисциплины «тхэквондо - пхумсэ»				
160.	Бег на 100 м	с	не более	
			14,5	15,0
161.	Бег на 1 000 м	мин, с	не более	
			3.20	4.00
162.	Подтягивания на перекладине	количество раз	не менее	
			10	6
163.	Отжимание на брусьях	количество раз	не менее	
			15	10
164.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			200	175
Для спортивной дисциплины «футбол»				
165.	Бег на 15 м с высокого старта	с	не более	
			2,7	-
166.	Бег на 15 м с ходу	с	не более	
			2,5	-
167.	Бег на 30 м с высокого старта	с	не более	
			5,2	-
168.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			200	-
169.	Бег на 30 м с ходу	с	не более	
			5,6	-
170.	Бег на 1 500 м	мин, с	не более	
			5.30	-
171.	Прыжок вверх без взмаха руками	см	не менее	
			12	-
172.	Прыжок вверх со взмахом руками	см	не менее	
			20	-
Уровень спортивной квалификации				
Для спортивных дисциплин «баскетбол», «баскетбол 3x3», «гандбол», «мини-футбол (футзал)», «футбол»				
173.	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», «кросс», «ходьба», «прыжки», «метания», «многоборье», «лыжные гонки», «настольный теннис», «пауэрлифтинг», «плавание», «спортивная гимнастика», «теннис», «тхэквондо - пхумсэ»	
174.	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 «15» декабря 2025 г. № 1155

**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/ юниоры/ мужчины	девушки/ юниорки/ женщины
<b>Для спортивной дисциплины «академическая гребля»</b>				
1.	Непрерывная гребля в гребном бассейне (канале) в лодке (5 мин)	-	оценка техники выполнения	
2.	Прохождение дистанции на тренажере (гребном эргометр) на 2 000 м	мин, с	не более	
			8.20	8.50
3.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 8 кг	количество раз	не менее	
			18	-
4.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 6 кг	количество раз	не менее	
			-	15
5.	Жим штанги из положения лежа на спине	кг	не менее	
			30	20
6.	Бросок медицинбола весом 2 кг из положения сидя	м	не менее	
			6	-
7.	Бросок медицинбола весом 1 кг из положения сидя	м	не менее	
			-	6
<b>Для спортивной дисциплины «бадминтон»</b>				
8.	Бег на 30 м	с	не более	
			4,4	4,9
9.	Челночный бег 6x5 м	с	не более	
			8,5	9,8
10.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			260	230
11.	Метание волана	м	не менее	
			8	7

Для спортивной дисциплины «баскетбол»			
12.	Бег на 20 м	с	не более
			3,9      4,25
13.	Скоростное ведение мяча 20 м	с	не более
			8,7      9,4
14.	Прыжок в длину с места	см	не менее
			275      235
15.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее
			40      35
16.	Бег на 600 м	мин, с	не более
			1.42      1.55
17.	Челночный бег 40 с на 28 м	м	не менее
			235      210
Для спортивной дисциплины «баскетбол 3x3»			
18.	Бег на 20 м	с	не более
			3,9      4,25
19.	Скоростное ведение мяча 20 м	с	не более
			8,7      9,4
20.	Прыжок в длину с места	см	не менее
			270      230
21.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее
			40      35
22.	Бег на 600 м	мин, с	не более
			1.42      1.55
23.	Челночный бег 40 с на 28 м	м	не менее
			235      210
Для спортивной дисциплины «велоспорт-трек»			
24.	Гонка на треке 200 м со старта с места	с	не более
			11,6      12,8
25.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 20 с)	количество раз	не менее
			14      10
26.	Индивидуальная гонка на время 4 км	мин, с	не более
			3.45      -
27.	Индивидуальная гонка на время 3 км	мин, с	не более
			-      4.00
28.	Подтягивания на перекладине	количество раз	не менее
			15      6
29.	Приседание со штангой весом не менее 80% от собственного веса обучающегося	количество раз	не менее
			8      -

30.	Приседание со штангой весом не менее 50% от собственного веса обучающегося	количество раз	не менее	
			-	5
31.	В висе удержание ног в положении прямого угла	с	не менее	
			13,0	11,0
32.	Подтягивания на перекладине (за 20 с)	количество раз	не менее	
			12	-
33.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (за 20 с)	количество раз	не менее	
			-	10
Для спортивной дисциплины «велоспорт-шоссе»				
34.	Бег на 3 000 м	мин, с	не более	
			15.00	18.00
35.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			210	190
36.	Приседание со штангой весом не менее 70% от собственного веса обучающегося	количество раз	не менее	
			6	-
37.	Приседание со штангой весом не менее 50% от собственного веса обучающегося	количество раз	не менее	
			-	3
38.	Подтягивания на перекладине	количество раз	не менее	
			10	4
39.	Индивидуальная гонка на время 25 км	мин, с	не более	
			40.00	43.00
Для спортивной дисциплины «гандбол»				
40.	Бег на 30 м	с	не более	
			4,5	-
41.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			8,7	-
42.	Бросок медицинбола массой 1 кг с места на дальность одной рукой	м	не менее	
			22	-
43.	Бросок медицинбола массой 1 кг с места на дальность двумя руками сидя	м	не менее	
			7,8	-
44.	Тройной прыжок с места	см	не менее	
			750	-
Для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт»				
45.	Бег на 100 м	с	не более	
			12,9	14,0
46.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			225	190
47.	Прыжок в высоту с места	см	не менее	
			30	25

48.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			30	20
49.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			8,9	9,1
50.	Подтягивания на перекладине	количество раз	не менее	
			10	-
51.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			-	20
52.	Наклон вперед из положения сидя, пальцы рук ниже линии стоп	см	не менее	
			6	
53.	Бег 6 мин	м	не менее	
			1 400	1 100
Для спортивной дисциплины «дзюдо»				
54.	Бег на 60 м	с	не более	
			9,0	10,7
55.	Бег на 1 500 м	мин, с	не более	
			5.50	6.40
56.	Лазанье по канату без помощи ног 4 м	количество раз	не менее	
			2	1
57.	Поднимание ног из виса на перекладине до уровня хвата руками	количество раз	не менее	
			10	7
58.	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях	количество раз	не менее	
			20	13
59.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 20 с)	количество раз	не менее	
			12	9
60.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (за 20 с)	количество раз	не менее	
			13	9
61.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			200	170
Для спортивной дисциплины «выездка»				
62.	Вращение на двух ногах вокруг своей оси, глаза открыты, руки на поясе, после остановки пройти прямо 10 оборотов	с	не более	
			20,0	
63.	Стойка на одной ноге, глаза закрыты, руки скрещены, ладони на плечах	с	не менее	
			9,0	
64.	Седловка лошади	мин, с	не более	
			15.00	
65.	Приседание, руки вперед, без остановки	количество раз	не менее	
			155	

66.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			8	
67.	Наклон вперед из положения сидя, ноги врозь	количество раз	не менее	
			1	
68.	Поднимание ноги, согнутой в колене, из положения стоя	количество раз	не менее	
			1	
Для спортивных дисциплин «конкур», «пробеги»				
69.	Вращение на двух ногах вокруг своей оси, глаза открыты, руки на поясе, после остановки пройти прямо 10 оборотов	с	не более	
			20,0	
70.	Стойка на одной ноге, глаза закрыты, руки скрещены, ладони на плечах	с	не менее	
			9,0	
71.	Седловка лошади	мин, с	не более	
			15.00	
72.	Приседание, руки вперед, без остановки	количество раз	не менее	
			19	
73.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			14	
74.	Наклон вперед из положения сидя, ноги врозь	количество раз	не менее	
			1	
75.	Поднимание ноги, согнутой в колене, из положения стоя	количество раз	не менее	
			1	
Для спортивной дисциплины «бег на короткие дистанции»				
76.	Бег на 20 м с ходу	с	не более	
			2,5	2,9
77.	Бег на 100 м	с	не более	
			12,6	13,8
78.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			250	220
79.	Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее	
			40	35
80.	Присед-вставание со штангой на плечах	кг	не менее	
			65	45
Для спортивной дисциплины «бег на средние дистанции»				
81.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			230	210
82.	Бег на 1 000 м	мин, с	не более	
			4.30	5.10
83.	Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее	
			35	30

84.	Бег на 60 м	с	не более	
			9,0	9,5
Для спортивных дисциплин «бег на длинные дистанции», «кросс»				
85.	Бег на 3 000 м	мин, с	не более	
			12.30	-
86.	Бег на 2 000 м	мин, с	не более	
			-	11.30
87.	Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее	
			35	30
88.	Бег на 100 м	с	не более	
			13,5	15,0
Для спортивной дисциплины «ходьба»				
89.	Ходьба на 1 000 м	мин, с	не более	
			4.50	5.00
90.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			30	25
91.	Поднимание туловища из положения лежа на полу, руки за головой	количество раз	не менее	
			40	35
Для спортивной дисциплины «прыжки»				
92.	Бег на 20 м с ходу	с	не более	
			2,9	3,2
93.	Присед-вставание со штангой на плечах	кг	не менее	
			65	45
94.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			250	230
Для спортивной дисциплины «метания»				
95.	Бег на 20 м с ходу	с	не более	
			2,8	3,5
96.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			240	200
97.	Жим штанги из положения лежа на спине	кг	не менее	
			55	40
98.	Присед-вставание со штангой на плечах	кг	не менее	
			65	45
Для спортивной дисциплины «многоборье»				
99.	Бег на 20 м с ходу	с	не более	
			2,9	3,2
100.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			250	220
101.	Жим штанги из положения лежа на спине	кг	не менее	
			55	45

102.	Бег на 300 м	с	не более	
			50,0	55,0
103.	Бег на 1 000 м	мин, с	не более	
			4.30	5.10
104.	Присед-вставание со штангой на плечах	кг	не менее	
			65	50
Для спортивной дисциплины «лыжные гонки»				
105.	Бег на 100 м	с	не более	
			13,9	-
106.	Бег на 60 м	с	не более	
			-	11,4
107.	Бег на 1 000 м	мин, с	не более	
			3.30	-
108.	Бег на 800 м	мин, с	не более	
			-	3.00
109.	Лыжи классический стиль 10 км	мин, с	не более	
			35.25	-
110.	Лыжи классический стиль 5 км	мин, с	не более	
			-	18.55
111.	Лыжи свободный стиль 10 км	мин, с	не более	
			32.55	-
112.	Лыжи свободный стиль 5 км	мин, с	не более	
			-	18.00
113.	Кросс 3 км	мин, с	не более	
			12.15	-
114.	Кросс 2 км	мин, с	не более	
			-	9.35
Для спортивной дисциплины «мини-футбол (футзал)»				
115.	Бег на 15 м с высокого старта	с	не более	
			2,6	3,1
116.	Бег на 15 м с ходу	с	не более	
			2,4	2,9
117.	Бег на 30 м с высокого старта	с	не более	
			4,2	4,5
118.	Бросок медицинбола весом 1 кг двумя руками из-за головы	м	не менее	
			7	3
119.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			230	190
120.	Прыжок вверх со взмахом руками	см	не менее	
			27	20

121.	Прыжок вверх без взмаха руками	см	не менее	
			16	12
Для спортивной дисциплины «настольный теннис» (за исключением спортивной дисциплины, содержащей в своем наименовании аббревиатуру «ИН-2»)				
122.	Кистевая динамометрия	кг	не менее	
			22	17
123.	Бросок медицинбола весом 1 кг двумя руками из-за головы из положения сидя	м	не менее	
			9	5,5
124.	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях на прямых руках	количество раз	не менее	
			20	-
125.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			-	22
126.	Сгибание и разгибание рук из виса на перекладине	количество раз	не менее	
			8	-
127.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			-	10
Для спортивной дисциплины «настольный теннис», содержащей в своем наименовании аббревиатуру «ИН-2»				
128.	Вис на перекладине	с	не менее	
			40,0	30,0
129.	Бросок медицинбола весом 1 кг двумя руками из-за головы из положения сидя	м	не менее	
			7	5
130.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			15	10
131.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			24	21
Для спортивной дисциплины «пауэрлифтинг»				
132.	Кистевая динамометрия максимальная	кг	не менее	
			24	20
133.	Бросок медицинбола весом 1 кг двумя руками из-за головы из положения сидя	м	не менее	
			7,5	6
134.	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях на прямых руках	количество раз	не менее	
			14	-
135.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			-	20
136.	Сгибание и разгибание рук в висе на перекладине	количество раз	не менее	
			8	-
137.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			-	10

Для спортивной дисциплины «плавание» (за исключением спортивной дисциплины, содержащей в своем наименовании аббревиатуру «ИН-2»)			
138.	Плавание всеми спортивными способами (стилями)	-	оценка техники выполнения
139.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1,5 кг	количество раз	не менее
			20 -
140.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг	количество раз	не менее
			- 18
141.	Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамейки	количество раз	не менее
			25 18
142.	Прыжок в длину с места	см	не менее
			240 190
143.	Жим штанги из положения лежа на спине	кг	не менее
			50 30
Для спортивной дисциплины «плавание», содержащей в своем наименовании аббревиатуру «ИН-2»			
144.	Плавание всеми спортивными способами (стилями)	-	оценка техники выполнения
145.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1,5 кг	количество раз	не менее
			20 -
146.	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг	количество раз	не менее
			- 18
147.	Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамейки	количество раз	не менее
			18 15
148.	Многоскок (5 прыжков)	м	не менее
			3,5 3
149.	Жим штанги из положения лежа на спине	кг	не менее
			30 15
Для спортивной дисциплины «спортивная гимнастика»			
150.	Прыжок в длину с места	см	не менее
			185 155
151.	Бег на 20 м с высокого старта	с	не более
			2,9 3,2
152.	«Высокий угол» на гимнастических брусьях	с	не менее
			5,0 -
153.	Исходное положение – вис на гимнастической жерди, «вис углом»	с	не менее
			- 10,0
154.	Исходное положение – упор на гимнастических брусьях. Сгибание и разгибание рук	с	не менее
			15,0 -
155.	Сгибание и разгибание рук в висе на гимнастической жерди	количество раз	не менее
			- 8

156.	Исходное положение – вис на гимнастической перекладине, подъем переворотом в упор	количество раз	не менее	
			7	5
157.	Исходное положение – вис на гимнастических кольцах, силой выход в упор	количество раз	не менее	
			2	-
158.	Исходное положение – вис на гимнастической стенке, силой поднимание ног до касания верхней планки	количество раз	не менее	
			-	10
159.	Исходное положение – упор стоя, ноги врозь согнувшись, силой выход в стойку на руках	количество раз	не менее	
			5	-
160.	Исходное положение – упор лежа, сгибание и разгибание рук	количество раз	не менее	
			-	15
161.	Упор «углом» на гимнастических кольцах	с	не менее	
			10,0	-
162.	Упор «углом» на гимнастическом бревне	с	не менее	
			-	8,0
Для спортивной дисциплины «теннис»				
163.	Бег на 30 м	с	не более	
			3,9	4,7
164.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			230	190
165.	Прыжок вверх с места	см	не менее	
			34	27
166.	Наклон вперед, стоя на возвышении	-	выполнить	
167.	Челночный бег 6х8 м	с	не более	
			14,1	16,1
Для спортивной дисциплины «тхэквондо - пхумсэ»				
168.	Бег на 100 м	с	не более	
			13,5	14,2
169.	Бег на 1 000 м	мин, с	не более	
			3.00	4.00
170.	Подтягивания на перекладине	количество раз	не менее	
			15	7
171.	Отжимание на брусьях	количество раз	не менее	
			20	10
172.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			220	190
Для спортивной дисциплины «футбол»				
173.	Бег на 15 м с высокого старта	с	не более	
			2,6	-

174.	Бег на 15 м с ходу	с	не более	
			2,4	-
175.	Бег на 30 м с высокого старта	с	не более	
			4,2	-
176.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			230	-
177.	Бег на 15 м с высокого старта	с	не более	
			2,6	-
178.	Бег на 1 500 м	мин, с	не более	
			4.00	-
179.	Прыжок вверх без взмаха руками	см	не менее	
			16	-
180.	Прыжок вверх со взмахом руками	см	не менее	
			27	-
<b>Уровень спортивной квалификации</b>				
Для спортивных дисциплин «баскетбол», «баскетбол 3х3», «гандбол», «мини-футбол (футзал)», «футбол»				
181.	<b>Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»</b>			
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», «кросс», «ходьба», «прыжки», «метания», «многоборье», «лыжные гонки», «настольный теннис», «пауэрлифтинг», «плавание», «спортивная гимнастика», «теннис», «тхэквондо - пхумсэ»				
182.	<b>Спортивное звание «мастер спорта России»</b>			

Приложение № 10  
к федеральному стандарту  
спортивной подготовки по виду спорта  
«спорт лиц с интеллектуальными  
нарушениями», утвержденному  
приказом Минспорта России  
от «15» *декабря* 2025 г. № *1155*

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

Таблица № 1

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Количество изделий
Для спортивной дисциплины «академическая гребля»				
1.	Бинокль морской (7-кратный, объектив 50 мм)	штук	на тренера-преподавателя	1
2.	Весла для распашной гребли	пар	на посадочное место	1
3.	Весла для парной гребли	пар	на посадочное место	1
4.	Гантели переменного веса (от 3 до 12 кг)	комплект	на тренажерный зал	2
5.	Гребной эргометр (гребной тренажер)	штук	на организацию	2
6.	Катер моторный для обслуживания гонок и тренировок, укомплектованный спасательным кругом и спасательным тросом (25 м)	штук	на тренера-преподавателя	1
7.	Козелок для хранения лодки	комплект	на организацию	1
8.	Лодка академическая одиночка	штук	на организацию	1
9.	Лодка академическая четверка с рулевым на корме для распашной гребли	штук	на организацию	1
10.	Лодка академическая двойка для парной гребли	штук	на организацию	1
11.	Мат гимнастический	штук	на тренировочный спортивный зал	4
12.	Мотор лодочный подвесной	штук	на организацию	1
13.	Мячи набивные (медицинбол) (от 1 до 5 кг)	комплект	на тренировочный спортивный зал	2
14.	Секундомер	штук	на тренера-преподавателя	1
15.	Скамья гимнастическая	штук	на тренировочный спортивный зал	4
16.	Штанга тренировочная	штук	на тренажерный зал	1

17.	Электромегафон	штук	на тренера-преподавателя	1
Для спортивной дисциплины «бадминтон»				
18.	Мячи набивные (медицинбол) (от 1 до 5 кг)	комплект	на тренировочный спортивный зал	2
19.	Перекладина гимнастическая	штук	на тренировочный спортивный зал	1
20.	Сетка для бадминтона	комплект	на корт (площадку)	1
21.	Скамья гимнастическая	штук	на тренировочный спортивный зал	2
22.	Стенка гимнастическая	штук	на тренировочный спортивный зал	2
23.	Стойка для бадминтона	комплект	на корт (площадку)	1
Для спортивных дисциплин «баскетбол», «баскетбол 3х3»				
24.	Барьер легкоатлетический	штук	на тренировочный спортивный зал	10
25.	Доска тактическая	штук	на тренера-преподавателя	1
26.	Конструкция баскетбольного щита в сборе (щит, корзина с кольцом, сетка, опора)	комплект	на тренировочный спортивный зал	2
27.	Конус (высотой 15 см)	штук	на тренировочный спортивный зал	20
28.	Корзина для мячей	штук	на тренировочный спортивный зал	2
29.	Мячи набивные (медицинбол) (от 1 до 5 кг)	комплект	на тренировочный спортивный зал	2
30.	Мяч теннисный	штук	на тренировочный спортивный зал	10
31.	Насос для мячей (в комплекте с иглами)	штук	на тренера-преподавателя	1
32.	Свисток	штук	на тренера-преподавателя	1
33.	Секундомер	штук	на тренера-преподавателя	1
34.	Скакалка	штук	на тренировочный спортивный зал	10
35.	Скамья гимнастическая	штук	на тренировочный спортивный зал	2
36.	Стойка для обводки	штук	на тренировочный спортивный зал	10
37.	Утяжелитель для ног (от 0,2 до 2 кг)	комплект	на тренировочный спортивный зал	2
38.	Утяжелитель для рук (от 0,25 до 3 кг)	комплект	на тренировочный спортивный зал	2
39.	Эспандер резиновый ленточный	штук	на тренировочный спортивный зал	10

Для спортивных дисциплин «велоспорт-трек», «велоспорт-шоссе»				
40.	Автомобиль легковой для сопровождения	штук	на организацию	1
41.	Велостанок универсальный	штук	на организацию	1
42.	Верстак железный с тисками	штук	на организацию	1
43.	Гантели переменного веса (от 0,5 до 5 кг)	комплект	на тренажерный зал	2
44.	Камера	штук	на организацию	8
45.	Капсула каретки	штук	на организацию	8
46.	Маты гимнастические	штук	на тренировочный спортивный зал	8
47.	Микроавтобус для перевозки велосипедов и снаряжения	штук	на организацию	1
48.	Мячи набивные (медицинбол) (от 1 до 5 кг)	комплект	на тренировочный спортивный зал	2
49.	Мяч футбольный	штук	на тренировочный спортивный зал	1
50.	Набор инструментов для ремонта велосипедов	комплект	на организацию	1
51.	Набор передних кареток	комплект	на организацию	4
52.	Набор слесарных инструментов	комплект	на организацию	1
53.	Насос для подкачки покрышек	штук	на организацию	1
54.	Насос-компрессор для подкачки колес	штук	на организацию	1
55.	Переносная стойка для ремонта велосипедов	штук	на организацию	1
56.	Планшет для карт	комплект	на тренера-преподавателя	1
57.	Покрышка	штук	на организацию	8
58.	Рулетка металлическая (20 м)	штук	на тренера-преподавателя	1
59.	Скамейка гимнастическая	штук	на тренировочный спортивный зал	2
60.	Спица	штук	на организацию	25
61.	Набор средств для обслуживания велосипеда (смазки, спреи, щетки)	комплект	на тренера-преподавателя	1
62.	Станок для правки колес и спицной ключ	комплект	на организацию	1
63.	Станок сверлильный	штук	на организацию	1
64.	Стенка гимнастическая	штук	на тренировочный спортивный зал	2
65.	Тормозной диск	штук	на организацию	8
66.	Тормозные колодки	комплект	на организацию	4
67.	Трос и рубашка переключения	комплект	на организацию	50
68.	Устройство для развития стоп	штук	на организацию	1
69.	Цепь с кассетой	штук	на организацию	8
70.	Чашка рулевая	штук	на организацию	8

71.	Штанга тяжелоатлетическая	штук	на тренажерный зал	2
72.	Эксцентрик	штук	на организацию	8
Для спортивной дисциплины «гандбол»				
73.	Ворота гандбольные	комплект	на тренировочный спортивный зал	2
74.	Сетка гашения для ворот гандбольных	штук	на гандбольные ворота	1
75.	Сетка для переноски мячей	штук	на тренера-преподавателя	1
76.	Сетка заградительная для зала (6x15 м)	штук	на тренировочный спортивный зал	2
Для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт»				
77.	Барьеры тренировочные для прыжков	штук	на тренировочный спортивный зал	10
78.	Канат координационный с крепежным устройством	штук	на тренировочный спортивный зал	2
79.	Коврик гимнастический	штук	на тренировочный спортивный зал	6
80.	Конусы разметочные, резиновые	штук	на тренировочный спортивный зал	30
81.	Координационная лестница	штук	на тренировочный спортивный зал	1
82.	Мат гимнастический	штук	на тренировочный спортивный зал	6
83.	Мячи гимнастические (фитбол) (65 см, 75 см)	комплект	на тренировочный спортивный зал	2
84.	Свисток	штук	на тренера-преподавателя	1
85.	Секундомер	штук	на тренера-преподавателя	1
86.	Скакалка гимнастическая	штук	на тренировочный спортивный зал	6
87.	Станок для заточки кантов горных лыж	штук	на организацию	1
88.	Станок для подготовки лыж (тиски)	штук	на организацию	1
89.	Термометр	штук	на организацию	1
Для спортивной дисциплины «дзюдо»				
90.	Весы (до 150 кг)	штук	на зал	1
91.	Гири спортивные (16, 24, 32 кг)	комплект	на зал	2
92.	Зеркало (2x3 м)	штук	на зал	1
93.	Канат для лазанья	штук	на зал	1
94.	Канат для перетягивания	штук	на зал	1
95.	Ковер татами	штук	на зал	1
96.	Манекен тренировочный для борьбы	штук	на зал	2
97.	Мат гимнастический	штук	на зал	8
98.	Мячи набивные (медицинбол) (от 1 до 5 кг)	комплект	на зал	2
99.	Перекладина гимнастическая	штук	на зал	1

100.	Секундомер	штук	на тренера-преподавателя	1
101.	Скамья гимнастическая	штук	на зал	2
102.	Тренажер кистевой фрикционный	штук	на зал	2
103.	Тренажер универсальный малогабаритный	штук	на зал	1
104.	Штанга тяжелоатлетическая	комплект	на зал	1
Для спортивных дисциплин «выездка», «конкур», «пробеги»				
105.	Автоматизированное устройство для моциона лошади (водилка)	штук	на организацию	1
106.	Автомобиль-коневоз на стационарной платформе пятиместный-восьмиместный	штук	на организацию	1
107.	Автомобиль-тягач с прицепом на 2-4 лошади	штук	на организацию	1
108.	Бич	штук	на организацию	6
109.	Ведро для воды или корма	штук	на организацию	24
110.	Весы электронные	штук	на организацию	1
111.	Декоративные элементы для оформления площадки (фитодизайн)	комплект	на организацию	12
112.	Звуковоспроизводящее и звукоусиливающее оборудование	комплект	на организацию	1
113.	Набор ковочных инструментов	комплект	на организацию	2
114.	Развязки	пар	на организацию	12
115.	Сборно-разборное ограждение для площадки	комплект	на организацию	4
116.	Седелка	штук	на организацию	6
117.	Указатели для трассы	комплект	на организацию	4
118.	Установка-солярий для лошади	штук	на организацию	2
119.	Хлыст	штук	на организацию	12
120.	Рация беспроводная с передатчиком и ушной гарнитурой	комплект	на организацию	6
121.	Гурта	штук	на организацию	4
122.	Борона	штук	на организацию	2
123.	Препятствия	комплект	на организацию	2
124.	Буквы для выездкового поля (в том числе тумбы)	комплект	на организацию	4
125.	Створы старт-финиш	комплект	на организацию	4
126.	Ящик для транспортировки амуниции	штук	на организацию	6
127.	Ящик для щеток	штук	на организацию	6
Для спортивных дисциплин «бег на короткие дистанции», «бег на средние дистанции», «бег на длинные дистанции», «кросс», «ходьба», «прыжки», «метания», «многоборье»				
128.	Барьер легкоатлетический универсальный	штук	на организацию	20
129.	Брус для отталкивания	штук	на место для прыжков в длину	1

130.	Буфер для остановки ядра	штук	на место для метания (толкания)	2
131.	Гантели массивные (от 0,5 до 5 кг)	комплект	на тренажерный зал	2
132.	Гантели переменного веса (от 3 до 12 кг)	комплект	на тренажерный зал	2
133.	Гири спортивные (16, 24, 32 кг)	комплект	на тренажерный зал	2
134.	Грабли	штук	на место для прыжков в длину	2
135.	Диск (массой 1 кг)	штук	на организацию	7
136.	Диск (массой 1,5 кг)	штук	на организацию	5
137.	Диск (массой 1,75 кг)	штук	на организацию	5
138.	Диск (массой 2 кг)	штук	на организацию	7
139.	Диск обрезиненный (0,5 до 2 кг)	комплект	на организацию	2
140.	Измеритель высоты установки планки для прыжков в высоту	штук	на место для прыжков в высоту	2
141.	Конус (высотой 30 см)	штук	на организацию	10
142.	Конус (высотой 15 см)	штук	на организацию	10
143.	Координационная лестница	штук	на организацию	4
144.	Копье (массой 600 г)	штук	на организацию	7
145.	Копье (массой 700 г)	штук	на организацию	7
146.	Копье (массой 800 г)	штук	на организацию	7
147.	Круг для места толкания ядра	штук	на место для метания (толкания)	1
148.	Круг для метания диска	штук	на место для метания (толкания)	1
149.	Круг для метания молота	штук	на место для метания (толкания)	1
150.	Мат гимнастический	штук	на организацию	8
151.	Место приземления для прыжков в высоту	штук	на место для прыжков в высоту	1
152.	Мяч для метания (140 г)	штук	на организацию	8
153.	Мячи набивные (медицинбол) (от 1 до 5 кг)	комплект	на организацию	2
154.	Молот (массой 3 кг)	штук	на организацию	5
155.	Молот (массой 4 кг)	штук	на организацию	5
156.	Молот (массой 5 кг)	штук	на организацию	5
157.	Молот (массой 6 кг)	штук	на организацию	5
158.	Молот (массой 7,26 кг)	штук	на организацию	5
159.	Ограждение для метания диска	штук	на место для метания (толкания)	1
160.	Ограждение для метания молота	штук	на место для метания (толкания)	1
161.	Палочка эстафетная	штук	на организацию	8
162.	Патроны для стартового пистолета	штук	на организацию	1000
163.	Пистолет стартовый	штук	на организацию	2

164.	Планка для прыжков в высоту	штук	на место для прыжков в высоту	4
165.	Помост тяжелоатлетический (2,8x2,8 м)	штук	на тренажерный зал	1
166.	Препятствие для бега с препятствиями (3,66 м)	комплект	на организацию	1
167.	Препятствие для бега с препятствиями (3,96 м)	комплект	на организацию	3
168.	Препятствие для бега с препятствиями (5 м)	комплект	на организацию	1
169.	Рулетка (10 м)	штук	на организацию	3
170.	Рулетка (20 м)	штук	на организацию	2
171.	Рулетка (50 м)	штук	на организацию	3
172.	Рулетка (100 м)	штук	на организацию	2
173.	Секундомер	штук	на тренера-преподавателя	1
174.	Сетка для ограждения места тренировки метаний в помещении	штук	на место для метания (толкания)	1
175.	Скамья гимнастическая	штук	на тренировочный спортивный зал	2
176.	Скамья для жима штанги лежа	штук	на тренажерный зал	1
177.	Стартовые колодки (станки)	комплект	на организацию	8
178.	Стенка гимнастическая	штук	на тренировочный спортивный зал	2
179.	Стойки для приседания со штангой	пар	на тренажерный зал	1
180.	Указатель направления ветра	штук	на организацию	4
181.	Штанга тяжелоатлетическая	штук	на тренажерный зал	1
182.	Электромегафон	штук	на организацию	1
183.	Ядро (весом 1 кг)	штук	на организацию	5
184.	Ядро (весом 2 кг)	штук	на организацию	7
185.	Ядро (весом 3 кг)	штук	на организацию	10
186.	Ядро (весом 4 кг)	штук	на организацию	10
187.	Ядро (весом 5 кг)	штук	на организацию	10
188.	Ядро (весом 6 кг)	штук	на организацию	10
189.	Ядро (весом 7,26 кг)	штук	на организацию	10
190.	Ядро (весом 8 кг)	штук	на организацию	5
Для спортивной дисциплины «лыжные гонки»				
191.	Амортизатор резиновый (эспандер лыжника)	штук	на тренера-преподавателя	7
192.	Лыжные мази (на каждую температуру)	комплект	на тренера-преподавателя	6
193.	Мат гимнастический	штук	на тренировочный спортивный зал	7
194.	Мяч баскетбольный	штук	на тренировочный спортивный зал	1

195.	Мяч волейбольный	штук	на тренировочный спортивный зал	1
196.	Мячи набивные (медицинбол) (от 1 до 5 кг)	комплект	на тренировочный спортивный зал	2
197.	Мяч теннисный	штук	на тренировочный спортивный зал	7
198.	Мяч футбольный	штук	на тренировочный спортивный зал	1
199.	Набор парафинов различных температур	комплект	на тренера-преподавателя	6
200.	Набор препятствий (конусы, фишки, вешки)	комплект	на тренировочный спортивный зал	1
201.	Палка гимнастическая	штук	на тренировочный спортивный зал	7
202.	Перекладина гимнастическая	штук	на тренировочный спортивный зал	1
203.	Рулетка металлическая 50 м	штук	на тренера-преподавателя	1
204.	Секундомер	штук	на тренера-преподавателя	1
205.	Скамья гимнастическая	штук	на тренировочный спортивный зал	2
206.	Станок для подготовки лыж с ножками	штук	на организацию	1
207.	Стенка гимнастическая	штук	на тренировочный спортивный зал	2
208.	Стол для подготовки лыж	штук	на тренера-преподавателя	1
209.	Термометр для измерения температуры снега	штук	на тренера-преподавателя	1
210.	Термометр наружный	штук	на организацию	2
211.	Флажки для разметки лыжных трасс	комплект	на организацию	1
212.	Штанга тяжелоатлетическая с комплектом дисков	комплект	на тренажерный зал	1
213.	Электромегафон	комплект	на организацию	1
Для спортивной дисциплины «настольный теннис»				
214.	Корзина для мячей	штук	на тренировочный спортивный зал	2
215.	Корзина для мячей на вертикальной опоре передвижная	штук	на тренировочный спортивный зал	2
216.	Ловушка для мячей для настольного тенниса	штук	на тренировочный спортивный зал	2
217.	Мячи набивные (медицинбол) (от 1 до 5 кг)	комплект	на тренировочный спортивный зал	2
218.	Перекладина гимнастическая	штук	на тренировочный спортивный зал	1
219.	Приспособление для сбора мячей для настольного тенниса	штук	на тренировочный спортивный зал	2
220.	Скамейка гимнастическая	штук	на тренировочный спортивный зал	2

221.	Стенка гимнастическая	штук	на тренировочный спортивный зал	2
222.	Теннисный стол	штук	на тренировочный спортивный зал	3
Для спортивной дисциплины «пауэрлифтинг»				
223.	Весы (до 200 кг)	штук	на зал	1
224.	Гантели переменного веса (от 3 до 60 кг)	комплект	на зал	2
225.	Гантели постоянного веса (от 1 до 45 кг)	комплект	на зал	2
226.	Гири спортивные (16, 24, 32 кг)	комплект	на зал	2
227.	Зеркало настенное (0,6x2 м)	комплект	на зал	2
228.	Магнезница	штук	на зал	1
229.	Мат гимнастический	штук	на зал	5
230.	Перекладина гимнастическая	штук	на зал	1
231.	Плиты для пауэрлифтинга	комплект	на помост	1
232.	Помост для пауэрлифтинга	комплект	на зал	1
233.	Секундомер	штук	на тренера-преподавателя	1
234.	Скамья гимнастическая	штук	на зал	2
235.	Скамья жимовая для пауэрлифтинга	штук	на зал	1
236.	Стенка гимнастическая	штук	на зал	2
237.	Стойка для хранения (дисков, грифов, гантелей)	штук	на зал	1
238.	Стойки для приседания со штангой	комплект	на помост	1
239.	Штанга разборная для пауэрлифтинга	комплект	на зал	5
Для спортивной дисциплины «плавание»				
240.	Гантели переменного веса (от 1,5 до 10 кг)	комплект	на тренажерный зал	2
241.	Ласты	пар	на тренера-преподавателя	6
242.	Лопатки для плавания	пар	на тренера-преподавателя	6
243.	Мат гимнастический	штук	на тренировочный спортивный зал	6
244.	Мячи набивные (медицинбол) (от 1 до 5 кг)	комплект	на тренировочный спортивный зал	2
245.	Настенный секундомер	штук	на плавательный бассейн	1
246.	Перекладина гимнастическая	штук	на тренировочный спортивный зал	1
247.	Плавательная доска	штук	на тренера-преподавателя	6
248.	Плавательные поплавки-вставки для ног	штук	на тренера-преподавателя	6

249.	Плавательный тренажер для тренировки в зале	штук	на тренажерный зал	4
250.	Пояс с парашютом для плавания	штук	на тренера-преподавателя	6
251.	Секундомер	штук	на тренера-преподавателя	1
252.	Скамья гимнастическая	штук	на тренировочный спортивный зал	2
253.	Средства спасения (круг, шест, фал, поплавок)	комплект	на плавательный бассейн	1
254.	Стенка гимнастическая	штук	на тренировочный спортивный зал	2
255.	Штанга спортивная с комплектом дисков	комплект	на тренажерный зал	1
Для спортивной дисциплины «спортивная гимнастика»				
256.	Батут	штук	на тренировочный спортивный зал	1
257.	Бревно гимнастическое	штук	на тренировочный спортивный зал	1
258.	Бревно гимнастическое напольное	штук	на тренировочный спортивный зал	1
259.	Бревно гимнастическое переменной высоты	штук	на тренировочный спортивный зал	1
260.	Брусья гимнастические (женские)	штук	на тренировочный спортивный зал	2
261.	Брусья гимнастические (мужские)	штук	на тренировочный спортивный зал	2
262.	Дорожка акробатическая	комплект	на тренировочный спортивный зал	1
263.	Дорожка для разбега	комплект	на тренировочный спортивный зал	1
264.	Жердь гимнастическая женская на универсальных стойках	штук	на тренировочный спортивный зал	2
265.	Зеркало настенное (12x2 м)	штук	на тренировочный спортивный зал	1
266.	Канат для лазанья (диаметром 30 мм)	штук	на тренировочный спортивный зал	2
267.	Ковер для вольных упражнений	штук	на тренировочный спортивный зал	1
268.	Конь гимнастический маховый	штук	на тренировочный спортивный зал	1
269.	Стол гимнастический прыжковый переменной высоты	штук	на тренировочный спортивный зал	2
270.	Лонжа ручная	штук	на тренировочный спортивный зал	2
271.	Лонжа ручная, винтовая	штук	на тренировочный спортивный зал	2
272.	Лонжа ручная универсальная с широким поясом	штук	на тренировочный спортивный зал	2

273.	Магnezница	штук	на тренировочный спортивный зал	6
274.	Магnezия (из расчета кг на человека)	кг	на обучающегося	из расчета 0,2 кг на человека
275.	Мат гимнастический	штук	на тренировочный спортивный зал	50
276.	Мат поролоновый (200x300x40 см)	штук	на тренировочный спортивный зал	2
277.	Мостик гимнастический	штук	на тренировочный спортивный зал	6
278.	Музыкальный центр	штук	на тренировочный спортивный зал	1
279.	Палка для остановки колец	штук	на тренировочный спортивный зал	1
280.	Перекладина гимнастическая	штук	на тренировочный спортивный зал	2
281.	Перекладина гимнастическая переменной высоты (универсальная)	штук	на тренировочный спортивный зал	1
282.	Подвеска блочная с кольцами гимнастическая	пар	на тренировочный спортивный зал	1
283.	Подставка для страхования	штук	на тренировочный спортивный зал	2
284.	Поролон для страховочной ямы (на 1 м <sup>3</sup> ямы)	кг	на тренировочный спортивный зал	40
285.	Рама с кольцами гимнастическая	штук	на тренировочный спортивный зал	1
286.	Скакалка гимнастическая	штук	на тренировочный спортивный зал	6
287.	Скамья гимнастическая	штук	на тренировочный спортивный зал	6
288.	Стенка гимнастическая	штук	на тренировочный спортивный зал	6
Для спортивной дисциплины «теннис»				
289.	Мячи набивные (медицинбол) (от 1 до 5 кг)	комплект	на тренировочный спортивный зал	2
290.	Стойка для теннисной сетки	штук	на теннисный корт	2
291.	Теннисная сетка	штук	на теннисный корт	2
Для спортивной дисциплины «тхэквондо - пхумсэ»				
292.	Весы электронные	штук	на зал	1
293.	Зеркало (0,6x2 м)	штук	на зал	1
294.	Лапа тренировочная	штук	на зал	16
295.	Макивара	штук	на зал	8
296.	Мат гимнастический (2x1 м)	штук	на зал	4
297.	Мешок водоналивной тренировочный напольный (манекен)	штук	на зал	2
298.	Напольное покрытие для тхэквондо (12x12 м)	комплект	на зал	1

299.	Секундомер	штук	на тренера-преподавателя	1
300.	Скамья гимнастическая	штук	на зал	2
301.	Стенка гимнастическая	штук	на зал	2
Для спортивной дисциплины «мини-футбол (футзал)»				
302.	Барьеры тренировочные	комплект	на тренировочный спортивный зал	2
303.	Ворота мини-футбольные	комплект	на тренировочный спортивный зал	2
304.	Ворота мини-футбольные, переносные, уменьшенных размеров	штук	на тренировочный спортивный зал	4
305.	Насос универсальный для накачивания мячей с иглой	комплект	на тренера-преподавателя	1
306.	Планшет тренерский с фишками	комплект	на тренера-преподавателя	1
307.	Сетка для переноски мячей	штук	на тренера-преподавателя	1
308.	Стойка для обводки	штук	на тренировочный спортивный зал	20
309.	Фишка для обводки	штук	на тренировочный спортивный зал	20
Для спортивной дисциплины «футбол»				
310.	Барьеры тренировочные	комплект	на футбольное поле	2
311.	Ворота футбольные	комплект	на футбольное поле	2
312.	Ворота футбольные, переносные, уменьшенных размеров	комплект	на футбольное поле	4
313.	Насос универсальный для накачивания мячей с иглой	комплект	на тренера-преподавателя	1
314.	Планшет тренерский с фишками	комплект	на тренера-преподавателя	1
315.	Сетка для переноски мячей	штук	на тренера-преподавателя	1
316.	Стойка для обводки	штук	на футбольное поле	20
317.	Фишка для обводки	штук	на футбольное поле	20
318.	Флаг для разметки футбольного поля	штук	на футбольное поле	6

Сокращения, используемые в настоящей таблице:

зал – зал, оборудованный для занятий видами спорта «дзюдо», «пауэрлифтинг», «тхэквондо - пхумсэ»;

организация – организация, реализующая дополнительную образовательную программу спортивной подготовки.

Животные, участвующие в спортивной подготовке							
№ п/п	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 спортивных дисциплин «выездка», «конкур», «пробеги»							
1.	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)		Этап совершенствования спортивного мастерства			
				количество	срок эксплуатации (лет)	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	1	2
2.	Весло для распашной гребли	штук	на обучающегося	-	-	-	2	1	2	1	2
Для спортивной дисциплины «бадминтон»											
3.	Волан	штук	на обучающегося	200	1	1000	1	1800	1	2400	1
4.	Натяжка (струны)	комплект	на обучающегося	52	1	72	1	96	1	120	1
5.	Обмотка для ракетки	штук	на обучающегося	18	1	36	1	48	1	60	1
6.	Ракетка для бадминтона	штук	на обучающегося	4	1	6	1	8	1	10	1
Для спортивных дисциплин «баскетбол», «баскетбол 3х3»											
7.	Мяч для баскетбола	штук	на обучающегося	1	1	1	1	1	0,5	1	0,5
Для спортивных дисциплин «велоспорт-трек», «велоспорт-шоссе»											
8.	Велобачок	штук	на обучающегося	1	1	2	1	4	1	8	1
9.	Велокомпьютер	штук	на обучающегося	-	-	1	2	2	2	2	2

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

28.	Шест	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	2	1	1
29.	Ядро	штук	на обучающегося	-	-	1	3	1	2	1	2	1	1
Для спортивной дисциплины «Льжные Гонки»													
30.	Крепления лыжные	пар	на обучающегося	1	2	2	1	3	1	3	1	4	1
31.	Лыжероллеры	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1	1
32.	Льжи гоночные	пар	на обучающегося	1	2	2	1	3	1	3	1	4	1
33.	Палки для лыжных гонок	пар	на обучающегося	1	2	1	2	2	1	2	1	4	1
Для спортивной дисциплины «мини-футбол (футзал)»													
34.	Мяч мини-футбольный	штук	на обучающегося	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1
Для спортивной дисциплины «настольный теннис»													
35.	Клей в тубике (неорганический)	штук	на обучающегося	2	6	3	4	4	3	4	3	4	3
36.	Лента защитная для оснований и накладок от ударов и порывов (1 м)	штук	на обучающегося	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
37.	Мяч для настольного тенниса	штук	на обучающегося	100	1	150	1	250	1	1	300	1	1
38.	Основание ракетки для настольного тенниса	штук	на обучающегося	2	6	2	6	4	3	4	3	4	3
39.	Ракетка для настольного тенниса	штук	на обучающегося	1	1	2	1	2	1	3	1	3	1
40.	Резиновая накладка для ракетки для настольного тенниса	штук	на обучающегося	4	1	6	1	12	1	1	24	1	1
Для спортивной дисциплины «плавание»													
41.	Доска для плавания	штук	на обучающегося	-	-	1	3	1	2	1	2	1	2
42.	Лопатки для плавания	пар	на обучающегося	-	-	1	3	1	3	1	3	1	3
43.	Поплавок для ног	штук	на обучающегося	-	-	1	3	1	2	1	2	1	2
44.	Пояс для плавания	штук	на обучающегося	-	-	1	3	1	3	1	3	1	3

Для спортивной дисциплины «Теннис»											
45.	Мяч теннисный	штук	на обучающегося	5	1	10	1	36	1	72	1
46.	Ракетка для тенниса	штук	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 «Футбол»											
49.	Мяч футбольный	штук	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 «15» *декабря* 2025 г. № *1135*

### Обеспечение спортивной экипировкой

Таблица № 1

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

Сокращение, используемое в настоящей таблице:

организация – организация, реализующая дополнительную образовательную программу спортивной подготовки.

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 (лет)	количество	срок (лет)	количество	срок (лет)	количество	срок (лет)	
Для спортивной дисциплины «академическая гребля»												
1.	Велосипедные трусы	штук	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	2	1	1
2.	Комбинезон гребной летний	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1
3.	Комбинезон гребной утепленный	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1
4.	Костюм спортивный ветрозащитный	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1
5.	Кроссовки легкоатлетические	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1
6.	Сандалии для водных видов спорта	пар	на обучающегося	-	-	-	-	1	2	1	1	2
7.	Футболка	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	2	1	1
8.	Футболка утепленная (толстовка)	штук	на обучающегося	-	-	-	-	2	1	2	1	1

Для спортивной дисциплины «бадминтон»												
9.	Костюм спортивный тренировочный	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	2	1	1
10.	Кроссовки для бадминтона (для зала)	пар	на обучающегося	-	-	2	1	3	1	4	1	1
11.	Майка-полурукавка (футболка поло)	штук	на обучающегося	-	-	2	1	3	1	4	1	1
12.	Фиксаторы голеностопных суставов	комплект	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	2	1	1
13.	Фиксаторы коленных суставов	комплект	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	2	1	1
14.	Фиксаторы лучезапястных суставов	комплект	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	2	1	1
15.	Чехол для ракетки	штук	на обучающегося	-	-	2	1	3	1	4	1	1
16.	Шорты спортивные	штук	на обучающегося	-	-	2	1	2	1	4	1	1
Для спортивных дисциплин «баскетбол», «баскетбол 3х3»												
17.	Гольфы	пар	на обучающегося	-	-	2	1	2	1	3	1	1
18.	Костюм спортивный ветрозащитный	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	1	1	1
19.	Кроссовки для баскетбола	пар	на обучающегося	-	-	2	1	2	1	3	1	1
20.	Кроссовки легкоатлетические	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	2	1	1
21.	Майка	штук	на обучающегося	-	-	4	1	4	1	6	1	1
22.	Напульсники (фиксаторы лучезапястных суставов)	комплект	на обучающегося	-	-	-	-	2	1	2	1	1
23.	Сумка спортивная	штук	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	2	1	1

24.	Фиксатор голеностопного сустава (голеностопник)	комплект	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	2	1	1	2	1
25.	Фиксатор коленного сустава (наколенник)	комплект	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	2	1	1	2	1
26.	Фиксатор лучезапястного сустава (напульсник)	комплект	на обучающегося	-	-	-	-	2	1	2	1	1	2	1
27.	Футболка	штук	на обучающегося	-	-	2	1	3	1	4	1	1	4	1
28.	Шорты спортивные (трусы спортивные)	штук	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	3	1	1	3	1

Для спортивных дисциплин «велоспорт-трек», «велоспорт-шоссе»

29.	Велогамаши короткие	пар	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	2	1	1	2	1
30.	Велогамаши легкие	пар	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	2	1	1	2	1
31.	Велогамаши теплые	пар	на обучающегося	-	-	1	2	2	1	2	1	1	2	1
32.	Велокомбинезон	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1	1	1
33.	Веломайка	штук	на обучающегося	2	1	3	1	5	1	8	1	1	8	1
34.	Веломайка с длинным рукавом	штук	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	3	1	1	3	1
35.	Велоперчатки летние	пар	на обучающегося	2	1	2	1	3	1	6	1	1	6	1
36.	Велоперчатки теплые	пар	на обучающегося	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1
37.	Велотрусы	штук	на обучающегося	2	1	3	1	5	1	8	1	1	8	1
38.	Велотуфли («велоспорт-трек»)	пар	на обучающегося	1	2	1	2	1	1	2	1	1	2	1
39.	Велотуфли («велоспорт-шоссе»)	пар	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	2	2	2	2	1
40.	Велошапка летняя	штук	на обучающегося	2	1	2	1	3	1	6	1	1	6	1
41.	Велошапка теплая	штук	на обучающегося	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1
42.	Велошлем	штук	на обучающегося	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2
43.	Ветровка-дождевик	штук	на обучающегося	-	-	1	2	2	2	2	2	2	2	1

44.	Жилет велосипедный	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	1	2	1	1	1
45.	Костюм спортивный ветрозащитный	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	1	1	1	1	1
46.	Кроссовки легкоатлетические	пар	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	1	1	1	1	1
47.	Носки велосипедные	пар	на обучающегося	-	-	-	-	6	1	1	12	1	1	1
48.	Очки защитные со сменными фильтрами	штук	на обучающегося	1	2	1	2	2	1	1	2	2	1	1
49.	Разминочные рукава	пар	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	1	2	2	1	1
50.	Разминочные чулки	пар	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	1	2	2	1	1
51.	Чехол для велосипеда	штук	на обучающегося	-	-	1	2	2	2	2	2	2	2	2
52.	Чехол для запасных колес	штук	на обучающегося	-	-	2	2	2	2	2	4	2	2	2
Для спортивной дисциплины «гандбол»														
53.	Брюки для вратаря	штук	на обучающегося	-	-	2	1	3	1	1	3	1	3	1
54.	Костюм спортивный	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	2	1	1	1	1
55.	Кроссовки для гандбола	пар	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	1	3	1	3	1
56.	Перчатки вратарские	пар	на группу	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1
57.	Раковина защитная для вратаря	штук	на обучающегося	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1
58.	Трусы спортивные (шорты спортивные, двух разных цветов)	комплект	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1	1	1
59.	Футболка (майка-полурукавка)	штук	на обучающегося	-	-	2	1	2	1	1	2	2	1	1
60.	Футболка для вратаря (двух разных цветов)	комплект	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Для спортивной дисциплины «горнолыжный спорт»														
61.	Ботинки горнолыжные	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	2	1	2	1

62.	Виндстоппер горнолыжный (ветрозащитная куртка)	штук	на обучающегося	-	-	-	-	-	1	1	1	1	1	1
63.	Защита на ноги	пар	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	2	1	1	2	2
64.	Защита на руки	пар	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	2	1	1	2	2
65.	Защита на спину	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	2	1	1	2	2
66.	Защитный плащ	штук	на обучающегося	-	-	-	-	-	-	-	-	1	2	2
67.	Маска горнолыжная (очки)	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	1	1	1	1	1
68.	Перчатки горнолыжные	пар	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	2	1	1	2	2
69.	Стартовый комбинезон для скоростных видов спорта	штук	на обучающегося	-	-	-	-	-	1	1	1	1	1	1
70.	Стартовый комбинезон для технических видов спорта	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1	1	1
71.	Чехол для лыж	штук	на обучающегося	-	-	1	4	3	3	4	4	3	4	4
72.	Шорты горнолыжные защитные	штук	на обучающегося	-	-	-	-	-	1	1	1	1	1	1
73.	Шлем	штук	на обучающегося	-	-	1	3	1	1	3	1	1	3	3
Для спортивной дисциплины «Дзюдо»														
74.	Кимоно для дзюдо белое («дзюдога»: куртка и брюки)	комплект	на обучающегося	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1
75.	Кимоно для дзюдо синее («дзюдога»: куртка и брюки)	комплект	на обучающегося	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1
76.	Пояс	штук	на обучающегося	1	2	1	2	1	4	1	4	1	4	1
77.	Трусы белого цвета	штук	на обучающегося	2	1	2	1	2	3	1	3	1	3	1

78.	Фиксатор голеностопного сустава (голеностопник)	комплект	на обучающегося	-	-	2	1	2	1	2	1
79.	Фиксатор коленного сустава (наколенник)	комплект	на обучающегося	-	-	2	1	2	1	2	1
80.	Фиксатор лучезапястного сустава (напульсник)	комплект	на обучающегося	-	-	2	1	2	1	2	1
81.	Футболка (белого цвета, для женщин)	штук	на обучающегося	2	1	2	1	3	1	3	1
Для спортивных дисциплин «выездка», «конкур», «пробеги»											
82.	Бриджи тренировочные	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
83.	Бриджи турнирные	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
84.	Ветровка-дождевик	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
85.	Галстук	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	2	1	2
86.	Корда	штук	на обучающегося	1	1	1	1	1	1	1	1
87.	Костюм спортивный	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
88.	Кроссовки легкоатлетические	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
89.	Очки защитные	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
90.	Перчатки тренировочные	пар	на обучающегося	1	1	1	1	2	1	2	1
91.	Перчатки турнирные	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
92.	Сапоги (или краги с ботинками) тренировочные	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
93.	Сапоги (или краги с ботинками) турнирные	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
94.	Редингот	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1

95.	Цилиндр	штук	на обучающегося	-	-	-	-	-	-	1	4	1	4
96.	Рубашка поло тренировочная	штук	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	3	1	3	1
97.	Рубашка турнирная	штук	на обучающегося	-	-	1	1	3	1	3	1	3	1
98.	Гольфы	пар	на обучающегося	-	-	2	1	3	1	3	1	3	1
99.	Шлем защитный	штук	на обучающегося	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1
100.	Шпоры	пар	на обучающегося	-	-	2	4	2	4	2	4	2	4
101.	Жилетка	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1	1
102.	Флисовая кофта	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1	1
Для спортивной дисциплины «бег на короткие дистанции», «бег на средние дистанции», «бег на длинные дистанции», «кросс», «ходьба», «прыжки», «метания», «многоборье»													
103.	Брюки спортивные	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	2	1	1
104.	Костюм спортивный ветрозащитный	штук	на обучающегося	1	1	1	2	1	2	1	2	1	1
105.	Кроссовки легкоатлетические	пар	на обучающегося	1	1	2	1	2	1	3	1	3	1
106.	Майка легкоатлетическая	штук	на обучающегося	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1
107.	Марафонки	пар	на обучающегося	-	-	2	1	2	1	3	1	3	1
108.	Обувь для метания диска и молота	пар	на обучающегося	-	-	2	1	2	1	3	1	3	1
109.	Обувь для толкания ядра	пар	на обучающегося	-	-	2	1	2	1	3	1	3	1
110.	Перчатки для метания молота	пар	на обучающегося	-	-	2	1	3	1	4	1	4	1
111.	Трусы легкоатлетические	штук	на обучающегося	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1
112.	Шиповки для бега на короткие дистанции	пар	на обучающегося	1	2	2	1	2	1	3	1	3	1

113.	Шиповки для бега на средние и длинные дистанции	пар	на обучающегося	1	2	2	1	1	2	1	3	1
114.	Шиповки для метания колья	пар	на обучающегося	-	-	2	1	1	2	1	3	1
115.	Шиповки для прыжков в высоту	пар	на обучающегося	-	-	2	1	1	2	1	3	1
116.	Шиповки для прыжков в длину	пар	на обучающегося	-	-	2	1	1	2	1	3	1
117.	Шиповки для тройного прыжка	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	2	1	3	1

## Для спортивной дисциплины «Лыжные гонки»

118.	Ботинки лыжные для классического стиля	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	2	1	2	1
119.	Ботинки лыжные для конькового стиля	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	2	1	2	1
120.	Комбинезон для лыжных гонок (костюм гоночный)	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	1	2	1
121.	Очки защитные	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1
122.	Перчатки лыжные	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	2	1	2	1
123.	Чехол для лыж	штук	на обучающегося	1	1	1	3	1	1	2	1	1
124.	Шлем для лыжероллеров	штук	на обучающегося	1	1	1	1	1	1	1	1	1

## Для спортивной дисциплины «мини-футбол (футзал)»

125.	Гетры футбольные	пар	на обучающегося	-	-	2	1	1	2	1	2	1
126.	Костюм спортивный тренировочный	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	1	2	1
127.	Обувь для игры в мини-футбол	пар	на обучающегося	-	-	2	1	1	2	1	2	1
128.	Перчатки для вратаря	пар	на обучающегося	-	-	4	1	1	4	1	4	1
129.	Рейтузы для вратаря	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1

130.	Свитер для вратаря	штук	на обучающегося	-	-	2	1	1	2	1	2	1	1
131.	Трусы футбольные	штук	на обучающегося	-	-	2	1	1	2	1	2	1	1
132.	Футболка (майка-полорукавка)	штук	на обучающегося	-	-	2	1	1	2	1	2	1	1
133.	Футболка утепленная (толстовка)	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	2	1	2	1	1
134.	Щитки футбольные	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1	1
Для спортивной дисциплины «настольный теннис»													
135.	Костюм спортивный тренировочный	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1	1
136.	Кроссовки для спортивного зала	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	2	1	1
137.	Напульсники (фиксаторы лучезапястных суставов)	комплект	на обучающегося	2	6	2	6	4	3	3	4	4	3
138.	Рубашка теннисная (тенниска или поло)	штук	на обучающегося	-	-	3	1	3	1	1	4	4	1
139.	Спортивные брюки	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	2	1	1
140.	Фиксатор голеностопного сустава (голеностоппник)	комплект	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	1	2	1	1
141.	Фиксатор коленного сустава (наколенник)	комплект	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	1	2	1	1
142.	Фиксатор локтевого сустава (налокотник)	комплект	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	1	2	1	1
143.	Чехол для ракетки для настольного тенниса	штук	на обучающегося	1	1	2	1	2	1	1	2	1	1
144.	Шорты теннисные	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	2	1	1
145.	Юбка теннисная (для женщин)	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	2	1	1
Для спортивной дисциплины «пауэрлифтинг»													

146.	Бинты кистевые для пауэрлифтинга	пар	на обучающегося	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1
147.	Бинты коленные	пар	на обучающегося	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1
148.	Гетры	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1	1	1
149.	Комбинезон для приседаний	штук	на обучающегося	1	2	1	1	2	1	1	2	2	2	2
150.	Комбинезон для тяги становой	штук	на обучающегося	1	2	1	1	2	1	1	2	2	2	2
151.	Костюм тренировочный	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	2	1	2	2
152.	Кроссовки легкоатлетические	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1	1	1
153.	Обувь для тяги становой	пар	на обучающегося	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
154.	Перчатки тяжелоатлетические	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	4	1	6	1	1
155.	Пояс для пауэрлифтинга	штук	на обучающегося	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	2
156.	Трико тяжелоатлетическое	штук	на обучающегося	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1
157.	Туфли тяжелоатлетические (штангетки)	пар	на обучающегося	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1
158.	Фиксатор коленного сустава (наколенник)	комплект	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	2	1	2	2
159.	Футболка	штук	на обучающегося	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Для спортивной дисциплины «Плавание»														
160.	Гидрокостюм или гидрорты для плавания	штук	на обучающегося	-	-	-	-	-	-	1	1	2	1	1
161.	Купальник (женский)	штук	на обучающегося	-	-	2	1	1	2	2	1	2	1	1
162.	Обувь для бассейна (шлепанцы)	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	2	2	1	2	1	1
163.	Очки для плавания	штук	на обучающегося	-	-	2	1	1	2	2	1	2	1	1

164.	Плавки (мужские)	штук	на обучающегося	-	-	2	1	2	1	2	1	2	1
165.	Полотенце	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1	1
166.	Шапочка для плавания	штук	на обучающегося	-	-	2	1	3	1	3	1	3	1
Для спортивной дисциплины «спортивная гимнастика»													
167.	Бинт эластичный	штук	на обучающегося	1	2	2	1	4	1	4	1	4	1
168.	Мужской комплект соревновательной формы	штук	на обучающегося	-	-	2	1	3	1	4	1	4	1
169.	Костюм спортивный тренировочный	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1	1
170.	Кроссовки для спортивного зала	пар	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	2	1	2	1
171.	Кроссовки легкоатлетические	пар	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	2	1	2	1
172.	Женский купальник для выступлений на соревнованиях	штук	на обучающегося	-	-	2	1	3	1	4	1	4	1
173.	Накладки наладонные мужские	пар	на обучающегося	-	-	2	1	2	1	2	1	2	1
174.	Накладки наладонные женские	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1	1
175.	Чешки гимнастические	пар	на обучающегося	-	-	6	1	10	1	10	1	10	1
Для спортивной дисциплины «теннис»													
176.	Костюм спортивный тренировочный	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1	1
177.	Кроссовки для тенниса	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	2	1	2	1
178.	Напульсник	штук	на обучающегося	1	2	1	2	4	1	4	1	4	1
179.	Рубашка теннисная (тенниска, поло)	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	2	1	2	1
180.	Спортивные брюки	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	2	1	2	1

181.	Чехол для ракетки	штук	на обучающегося	1	2	1	2	6	1	8	1	1
182.	Шорты теннисные	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	2	1	1
183.	Юбка теннисная (для женщин)	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	2	1	1
Для спортивной дисциплины «Тхэквондо - пхумсэ»												
184.	Жилет защитный для тхэквондо	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	1	1	1
185.	Капа боксерская	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1
186.	Костюм для тхэквондо	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1
187.	Обувь для спортивного зала (степки)	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1
188.	Перчатки для тхэквондо	пар	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	1	1	1
189.	Протектор-бандаж защитный	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	1	1	1
190.	Шлем защитный для тхэквондо	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	1	1	1
191.	Щитки (накладки) защитные на голень для тхэквондо	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1
192.	Щитки (накладки) защитные на предплечье для тхэквондо	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1
Для спортивной дисциплины «Футбол»												
193.	Бутсы футбольные	пар	на обучающегося	-	-	2	1	2	0,5	2	0,5	0,5
194.	Гетры футбольные	пар	на обучающегося	-	-	2	0,5	2	0,5	2	0,5	0,5
195.	Костюм спортивный тренировочный	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	2	1	1
196.	Перчатки для вратаря	пар	на обучающегося	-	-	4	1	4	0,5	4	0,5	0,5
197.	Рейтузы для вратаря	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1
198.	Свитер для вратаря	штук	на обучающегося	-	-	2	1	2	0,5	2	0,5	0,5

199.	Трусы футбольные	штук	на обучающегося	-	-	2	0,5	2	0,5	2	0,5
200.	Футболка (майка-полурукавка)	штук	на обучающегося	-	-	2	1	2	1	2	1
201.	Футболка утепленная (толстовка)	штук	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	2	1
202.	Щитки футбольные	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	0,5	1	0,5

Спортивная экипировка для животных, участвующих в спортивной подготовке											
№ п/п	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	срок эксплуатации (лет)
				количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)		
Для спортивных дисциплин «выездка», «конкур», «пробеги»											
1.	Амортизатор для седла (в том числе гурты)	штук	на лошадь	1	1	1	1	2	1	2	1
2.	Бинты тренировочные	комплект	на лошадь	1	1	1	1	1	1	2	1
3.	Бинты турнирные	комплект	на лошадь	-	-	1	1	1	1	2	1
4.	Вальтрап тренировочный	штук	на лошадь	2	1	2	1	2	1	2	1
5.	Вальтрап турнирный	штук	на лошадь	-	-	1	1	2	1	3	1
6.	Мундштук	штук	на лошадь	-	-	1	2	1	2	1	2
7.	Ногавки транспортные	комплект	на лошадь	-	-	1	1	1	1	1	1
8.	Ногавки тренировочные	комплект	на лошадь	1	1	1	1	1	1	2	1
9.	Ногавки турнирные	комплект	на лошадь	-	-	1	1	1	1	2	1
10.	Оголовье специализированное в сборе	штук	на лошадь	-	-	1	1	1	1	1	1

