

Рассмотрено и принято на
Педагогическом Совете

Протокол № 3 от «01» июня 2026 г.



«Утверждаю»

Директор «СШОР № 4»

С.В. Чернов

Приказ № 144 от «01» 06 2026 г.

Правила приёма обучающихся

в МБУ ДО г. Владимира «СШОР № 4 по лёгкой атлетике»

Настоящие Правила разработаны с целью реализации МБУ ДО «СШОР №4 (далее Учреждением) дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «лёгкая атлетика» на основании утвержденного Учредителем муниципального задания, оказания услуг, выполнения работ, обеспечивающих реализацию цели: спортивная подготовка спортсменов высокого класса, способных войти кандидатами в составы спортивных сборных команд города Владимира, Владимирской области и Российской Федерации. Помимо настоящих Правил, прием в учреждение на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки регламентируется Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее - Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»), Федеральным законом от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27 января 2023 г. № 57 «Об утверждении порядка приема на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки» (в ред. Приказа Минспорта России от 22.07.2025 №579), федеральными стандартами спортивной подготовки, другими федеральными нормативными правовыми актами, законами и иными нормативными правовыми актами Владимирской области, уставом учреждения и локальными нормативными актами.

1. Общие положения

1.1. Настоящие Правила регламентируют прием граждан Российской Федерации, иностранных граждан, а также лиц без гражданства в Учреждение по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «лёгкая атлетика» (далее - программа по лёгкой атлетике).

1.2. Прием поступающих осуществляется на основании результатов индивидуального отбора, который заключается в выявлении у поступающих физических способностей и (или) двигательных умений, необходимых для освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «лёгкая атлетика» за счет средств, выделенных на выполнение муниципального задания, а также по договорам с оплатой стоимости физкультурно-оздоровительных услуг с юридическими и (или) физическими лицами.

1.3. Для проведения индивидуального отбора Учреждение проводит тестирование, предварительные просмотры.

1.4. Организация приема и проведения индивидуального отбора поступающих в Учреждение осуществляется приемной и апелляционной комиссией.

1.5. Преимущественное право зачисления на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки при условии успешного прохождения индивидуального отбора предоставляется детям следующих лиц:

а) граждане, проходящие (проходившие) военную службу в Вооруженных Силах Российской Федерации, граждане, проходящие (проходившие) военную службу (службу) в войсках национальной гвардии Российской Федерации, в воинских формированиях и органах, указанных в пункте 6 статьи 1 Федерального закона от 31 мая 1996 года N 61-ФЗ "Об обороне", при условии их участия в специальной военной операции на территориях Украины, Донецкой Народной Республики, Луганской Народной Республики, Запорожской области и Херсонской области и (или) выполнения ими задач по отражению вооруженного вторжения на территорию

Российской Федерации, в ходе вооруженной провокации на Государственной границе Российской Федерации и приграничных территориях субъектов Российской Федерации, прилегающих к районам проведения специальной военной операции на территориях Украины, Донецкой Народной Республики, Луганской Народной Республики, Запорожской области и Херсонской области, находящиеся (находившиеся) на указанных территориях служащие (работники) правоохранительных органов Российской Федерации, граждане, выполняющие (выполнявшие) служебные и иные аналогичные функции на указанных территориях;

б) граждане, призванные на военную службу по мобилизации в Вооруженные Силы Российской Федерации, граждане, заключившие контракт о добровольном содействии в выполнении задач, возложенных на Вооруженные Силы Российской Федерации или войска национальной гвардии Российской Федерации, при условии их участия в специальной военной операции на территориях Украины, Донецкой Народной Республики, Луганской Народной Республики, Запорожской области и Херсонской области и (или) выполнения ими задач по отражению вооруженного вторжения на территорию Российской Федерации, в ходе вооруженной провокации на Государственной границе Российской Федерации и приграничных территориях субъектов Российской Федерации, прилегающих к районам проведения специальной военной операции на территориях Украины, Донецкой Народной Республики, Луганской Народной Республики, Запорожской области и Херсонской области, граждане, заключившие контракт (имевшие иные правоотношения) с организацией, содействующей выполнению задач, возложенных на Вооруженные Силы Российской Федерации, при условии их участия в специальной военной операции на указанных территориях;

в) лица, принимавшие в соответствии с решениями органов государственной власти Донецкой Народной Республики, Луганской Народной Республики участие в боевых действиях в составе Вооруженных Сил Донецкой Народной Республики, Народной милиции Луганской Народной Республики, воинских формирований и органов Донецкой Народной Республики и Луганской Народной Республики начиная с 11 мая 2014 года.

1.6. Информация и документы для ознакомления поступающих, а также законных представителей несовершеннолетних поступающих размещаются на информационном стенде и официальном сайте в информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" Учреждения:

- копия устава учреждения;
- копия дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «лёгкая атлетика»;
- требования к минимальному возрасту для зачисления в учреждение;
- расписание работы приемной комиссии;
- количество бюджетных мест в соответствующем году;
- сведения о сроках приема документов для поступления в учреждение;
- формы отбора поступающих и его содержание;
- требования, предъявляемые к уровню физических (двигательных) способностей поступающих;
- графики проведения индивидуального отбора;
- правила подачи апелляции по результатам индивидуального отбора;
- правила приема на обучение по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «лёгкая атлетика»;

1.6. Не позднее, чем через два дня после проведения индивидуального отбора в Интернете публикуются сведения о результатах тестирования и списки лиц, рекомендованных приёмной комиссией для зачисления в спортивную школу. Приказ о зачислении на обучение по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «лёгкая атлетика» издаётся в конце календарного года.

1.7. Приём и комплектование обучающихся в группы оформляются приказом директора, вынесенного по результатам индивидуального отбора на основании решения приемной комиссии.

1.8. Количество поступающих на бюджетной основе для обучения по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «лёгкая атлетика» определяется Управлением по физической культуре и спорту администрации г. Владимира в соответствии с муниципальным заданием на оказание муниципальных услуг (работ).

1.9. Учреждение вправе осуществлять прием поступающих сверхустановленного муниципального задания на оказание муниципальных услуг(работ) для прохождения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «лёгкая атлетика» на платной основе.

1.10. Сведения о порядке оказания платных услуг, в том числе информация о стоимости физкультурно-оздоровительных услуг, размещается Учреждением на своем информационном стенде и официальном сайте в информационно-телекоммуникационной сети "Интернет".

1.11. Информирование родителей о расписании занятий, успеваемости, посещаемости детей, процессе прохождения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «лёгкая атлетика», участия детей в соревнованиях осуществляется с использованием сети интернет в программе АИС «Мой спорт».

2. Организация приёма занимающихся

2.1. Организация приема и зачисления поступающих, а также их индивидуальный отбор осуществляются приемной комиссией Учреждения.

2.2. Прием в Учреждение иностранных граждан осуществляется на платной основе.

2.3. Прием в Учреждение лиц без гражданства, осуществляется на бюджетной основе на основании муниципального задания при наличии у данных лиц вида на жительство и регистрации.

2.4. Прием в Учреждение осуществляется по заявлению поступающего, а в случае, если он несовершеннолетний, то по заявлению его законного представителя (далее-заявление о приеме). В заявлении о приеме указываются следующие сведения:

- наименование программы, на которую планируется поступление;
- фамилия, имя и отчество (при наличии) поступающего;
- дата и место рождения поступающего;
- фамилия, имя и отчество (при наличии) законного представителя несовершеннолетнего поступающего;
- номера телефонов поступающего или законного представителя несовершеннолетнего поступающего (при наличии);
- сведения о гражданстве поступающего (при наличии);
- адрес места регистрации и (или) фактического места жительства поступающего
- согласие на обработку персональных данных. (ч.1 ст.6 Федерального закона от 27.06.2006 № 152-ФЗ «О персональных данных»).
- сведения о принадлежности несовершеннолетнего поступающего к лицам, которым предоставлено преимущественное право зачисления в соответствии с п. 1.5 Правил

В заявлении фиксируются факт ознакомления поступающего или законного представителя несовершеннолетнего поступающего с уставом Учреждения и локальными нормативными актами, а также согласие на проведение процедуры индивидуального отбора поступающего.

2.5. При подаче заявления представляются следующие документы:

- копия паспорта (при наличии) или копия свидетельства о рождении с пропиской поступающего;
- медицинское заключение о допуске к прохождению спортивной подготовки (утвержденному приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23 октября 2020 г. N 1144н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 3 декабря 2020 г, регистрационный N 61238), с изменениями, внесенными приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 22 февраля 2022 г. N 106н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 28 февраля 2022 г., регистрационный N 67554).;
- фотографии поступающего (3*4 в количестве одной штуки);
- копия СНИЛС поступающего;
- классификационная книжка спортсмена (для поступающих на тренировочный этап (этап спортивной специализации), этапы совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства).
- справка, выданная в соответствии с постановлением Правительства Российской Федерации от 9 октября 2024 г. N 1354 "О порядке установления факта участия граждан

Российской Федерации в специальной военной операции на территориях Украины, Донецкой Народной Республики, Луганской Народной Республики, Запорожской области и Херсонской области" (далее соответственно - справка участника специальной военной операции, постановление N 1354), или сведения, предоставляемые в соответствии с постановлением N 1354 (далее - сведения об участии в специальной военной операции) (в случае указания в заявлении сведений о принадлежности несовершеннолетнего поступающего к лицам с преимущественным правом зачисления). Статус детей участников специальной военной операции, погибших или получивших увечье (ранение, травму, контузию) либо заболевание при исполнении обязанностей военной службы (служебных обязанностей) в ходе специальной военной операции, подтверждается справкой, выданной федеральным органом исполнительной власти (федеральным государственным органом), который выдал справку участника специальной военной операции или предоставил сведения об участии в специальной военной операции.

2.6. Заявление и документы, указанные в п.2.4 и 2.5 подаются одним из следующих способов:

а) лично в Учреждение;

б) в электронном формате (документ на бумажном носителе, преобразованный в электронную форму путем сканирования или фотографирования с обеспечением машиночитаемого) посредством электронной почты Учреждения.

2.7. Срок подачи документов для приема на новый календарный год: с 1 ноября по 10 декабря текущего года.

2.8. На каждого поступающего заводится личное дело, в котором хранятся все сданные документы и материалы результатов индивидуального отбора.

2.9. Личные дела поступающих хранятся в Учреждении.

2.10. Минимальный возраст поступающих в Учреждении - 9 лет в соответствии с федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «лёгкая атлетика». (Приложение №1)

2.11. Учреждение осуществляет обработку полученных в связи с приемом на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки по виду спорта «легкая атлетика» персональных данных, поступающих в соответствии с требованиями законодательства РФ в области персональных данных.

3. Организация проведения индивидуального отбора поступающих

3.1. Индивидуальный отбор поступающих в Учреждении проводит приемная комиссия.

3.2. Организация проведения индивидуального отбора поступающих осуществляется в соответствии с графиком, утвержденным приказом директора Учреждения.

3.3. Индивидуальный отбор поступающих проводится в форме спортивных соревнований с целью зачисления граждан, обладающих способностями в области физической культуры и спорта, необходимыми для освоения соответствующей дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «лёгкая атлетика» (Приложение №2).

3.4. Сроки проведения индивидуального отбора:

- с 20 ноября по 15 декабря – основной отбор

- с 16 по 26 декабря – дополнительный отбор

3.5. Результаты индивидуального отбора объявляются не позднее, чем через три рабочих дня после его проведения.

Объявление указанных результатов осуществляется путем размещения пофамильного списка-рейтинга с указанием оценок (отметок, баллов, показателей в единицах измерения), полученных каждым поступающим по итогам индивидуального отбора.

Данные результаты размещаются на информационном стенде и (или) на официальном сайте Учреждения в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

3.6. Проведение дополнительного отбора для лиц, не участвовавших в первоначальном индивидуальном отборе в установленные сроки по уважительной причине (вследствие болезни или по иным обстоятельствам, подтвержденным документально) устанавливается по согласованию с приемной комиссией.

4. Подача и рассмотрение апелляции. Повторное проведение отбора поступающих.

4.1. Законные представители поступающих вправе подать апелляцию по процедуре и (или) результатам проведения индивидуального отбора в апелляционную комиссию не позднее следующего рабочего дня после объявления результатов индивидуального отбора.

4.2. Апелляция рассматривается не позднее пяти рабочих дней со дня ее подачи на заседании апелляционной комиссии, на которое приглашаются поступающие лица, либо законные представители несовершеннолетних поступающих, подавшие апелляцию.

4.3. Для рассмотрения апелляции секретарь приемной комиссии направляет в апелляционную комиссию протоколы заседания приемной комиссии, результаты индивидуального отбора.

4.4. Апелляционная комиссия принимает решение о целесообразности или нецелесообразности повторного проведения индивидуального отбора в отношении поступающего, законные представители которого подали апелляцию.

Данное решение принимается большинством голосов членов апелляционной комиссии, участвующих в заседании, при обязательном присутствии председателя комиссии. При равном числе голосов председатель апелляционной комиссии обладает правом решающего голоса.

Решение апелляционной комиссии оформляется протоколом, подписывается председателем и доводится до сведения подавших апелляцию законных представителей поступающего под роспись в течение одного рабочего дня с момента принятия решения, после чего передается в приемную комиссию.

4.5. Повторное проведение индивидуального отбора поступающих проводится в течение трех рабочих дней со дня принятия решения о целесообразности такого отбора в присутствии не менее двух членов апелляционной комиссии.

4.6. Подача апелляции по процедуре проведения повторного индивидуального отбора, поступающих не допускается.

5. Порядок зачисления и дополнительный приём поступающих в учреждение.

5.1. Зачисление поступающих в Учреждение для прохождения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «лёгкая атлетика» оформляется приказом директора в течение 3 (трех) рабочих дней на основании решения приемной или апелляционной комиссий.

5.2. При наличии мест, оставшихся вакантными после зачисления по результатам индивидуального отбора поступающих, предоставляется право проводить дополнительный прием поступающих.

5.3. Зачисление на вакантные места проводится по результатам дополнительного индивидуального отбора.

5.4. Сроки дополнительного приема и зачисления публикуются на информационном стенде Учреждения и (или) на официальном сайте в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

5.5. Дополнительный индивидуальный отбор поступающих осуществляется в порядке, установленном разделами 2,3 настоящих Правил.

6. Порядок отчисления из учреждения.

6.1. Лица, обучающиеся по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «лёгкая атлетика», могут быть отчислены из Учреждения в следующих случаях:

- на основании личного заявления и (или) заявления одного из родителей (законных представителей);
- по инициативе Учреждения;
- в связи с окончанием прохождения спортивной подготовки в Учреждении.

6.2. Основанием для отчисления по инициативе Учреждения является:

1) невыполнение лицом, обучающимся по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «лёгкая атлетика», федеральных стандартов по виду спорта «лёгкая атлетика», за исключением случаев, когда методическим (тренерско-преподавательским) советом Учреждения принято решение о предоставлении возможности повторного прохождения спортивной подготовки на данном этапе, но не более одного раза;

2) нарушение Устава Учреждения;

3) нарушение Правил внутреннего распорядка Учреждения;

4) невозможность по медицинским показаниям заниматься лёгкой атлетикой (при наличии соответствующего заключения);

5) установление использования или попытки использования лицом, проходящим спортивную подготовку, субстанции и (или) метода, которые включены в перечни субстанций и (или) методов, запрещенных для использования в спорте;

6) пропуск более 40% в течение месяца учебно-тренировочных занятий без уважительных причин;

7) нарушение условий договора оказания услуг по спортивной подготовке (по занятиям физической культурой и спортом);

8) в других случаях, предусмотренных законодательством Российской Федерации.

6.3 Отчисление из Учреждения лиц, обучающихся по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «лёгкая атлетика», применяется, если меры дисциплинарного характера не дали положительного результата и дальнейшее пребывание в Учреждении оказывает отрицательное влияние на товарищей по группе, нарушает их права и права работников Учреждения.

6.4. Отчисление может производиться после окончания этапа подготовки (или) в течение текущего года.

6.5. Не допускается отчисление лиц, обучающихся по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «лёгкая атлетика» во время болезни, если об этом было достоверно известно тренеру-преподавателю и (или) администрации Учреждения и при наличии документального подтверждения заболевания.

6.6. Решение об отчислении лица, обучающегося по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «лёгкая атлетика», принимается методическим (тренерско-преподавательским) советом.

6.7. Решение об отчислении оформляется приказом директора Учреждения. Копия приказа об отчислении предоставляется отчисленному и (или) его родителям (законным представителям) по первому требованию.

6.8. Восстановление в Учреждение для прохождения обучения по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «лёгкая атлетика» за счет средств бюджета производится в порядке, установленном правилами приема в Учреждение.

7. Условия и порядок перевода в учреждении на следующий год (этап) обучения

7.1. Перевод обучающихся на следующий год обучения (этап спортивной подготовки) производится на основании решения приёмной комиссии, при условии соответствия обучающихся требованиям дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «лёгкая атлетика».

7.2. В процессе обучения осуществляются промежуточная (ответственные тренеры-преподаватели) и итоговая (учебная часть) аттестация и контроль за уровнем усвоения дополнительной образовательной программы в форме контрольно-переводных нормативов (Приложение №3).

7.3. Правила приёма контрольно-переводных нормативов изложены в Положении о приёме контрольно-переводных нормативов Учреждения.

7.4. Учащиеся, не выполняющие или не усваивающие дополнительную образовательную программу спортивной подготовки по виду спорта «лёгкая атлетика», могут остаться на повторное

обучение или отчисляются из МБУ г. Владимира «СШОР № 4 по лёгкой атлетике» с выдачей справки установленного образца по желанию учащегося.

7.5. Комплектование групп на учебно-тренировочном этапе по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «лёгкая атлетика» осуществляется из числа обучающихся, достигших возраста 12 лет, прошедших не менее одного года необходимую подготовку на этапе начальной подготовки и выполнившие требования программы при отсутствии медицинских противопоказаний.

7.6. Комплектование групп на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «лёгкая атлетика» осуществляется из числа обучающихся, достигших возраста 14 лет (этап совершенствования спортивного мастерства), 15 лет (этап высшего спортивного мастерства), прошедших обучение на учебно-тренировочных этапах не менее двух лет и выполнивших требования программы при отсутствии медицинских противопоказаний.

Продолжительность этапов спортивной подготовки, минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки и минимальное количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта «лёгкая атлетика»

Этапы спортивной подготовки	Продолжительность этапов (в годах)	Минимальный возраст для зачисления в группы (лет)	Минимальная наполняемость групп (человек)
Этап начальной подготовки	3	9	10
Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	5	12	8
Этап совершенствования спортивного мастерства	Без ограничений	14	2
Этап высшего спортивного мастерства	Без ограничений	15	1

Нормативы общей физической и специальной физической подготовленности, выполнение которых позволяет участвовать в конкурсе на зачисление в группы этапа начальной подготовки

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			Мальчики	Девочки
1	Бег челночный 3x10 м	с	не более	
			9,5	9,5
2	И.П. – упор лёжа Сгибание и разгибание рук	количество раз	не менее	
			10	5
3	Прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами с приземлением на обе ноги	см	не менее	
			130	125
4	Прыжки через скакалку в течение 30 с	количество раз	не менее	
			25	30
5	Метание мяча весом 150 г.	м	не менее	
			24	13
6	Наклон вперёд из положения стоя с выпрямленными ногами на полу. Коснуться пола пальцами рук.	количество раз	не менее	
			1	1
7	Бег 2 км	-	Без учёта времени	

Таблица 2

**НОРМАТИВЫ
ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ
ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ и ПЕРЕВОДА в ГРУППЫ НА ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ
(ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ)**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			Юноши	Девушки
Для спортивной дисциплины: бег на короткие дистанции				
1	Бег 60 м с высокого старта	с	не более	
			9.3	10.3
2	Бег 150 м с высокого старта	с	не более	
			25.5	27.8
3	Прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами с приземлением на обе ноги	см	не менее	
			190	180
Для спортивной дисциплины: бег на средние и длинные дистанции, спортивная ходьба				
4	Бег 60 м с высокого старта	с	не более	
			9.5	10.6
5	Бег 500 м	мин, с	не более	
			1:44.0	2:01.0
6	Прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами с приземлением на обе ноги	см	не менее	
			170	160
Для спортивной дисциплины: прыжки				
7	Бег 60 м с высокого старта	с	не более	
			9.5	10.6
8	Тройной прыжок в длину с места	м, см	не более	
			5.40	5.10
9		см	не менее	

	Прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами с приземлением на обе ноги		190	180
Для спортивной дисциплины: метания				
10	Бег 60 м с высокого старта	с	не более	
			9.6	10.6
11	Бросок набивного мяча 3 кг снизу-вперёд	м	не менее	
			10	8
12	Прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами с приземлением на обе ноги	см	не менее	
			180	170
Для спортивной дисциплины: многоборье				
12	Бег 60 м с высокого старта	с	не более	
			9.5	10.5
13	Тройной прыжок в длину с места	м, см	не более	
			5.30	5.00
14	Бросок набивного мяча 3 кг снизу-вперёд	м	не менее	
			9	7
15	Прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами с приземлением на обе ноги	см	не менее	
			180	170

Таблица 3

**НОРМАТИВЫ
ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ
ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ В ГРУППЫ НА ЭТАПЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ
СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			Юноши	Девушки
Для спортивной дисциплины бег на короткие дистанции				
1	Бег 60 м с высокого старта	с	не более	
			7.3	8.2
2	Бег 300 м с высокого старта	с	не более	
			38.5	43.5
3	Десятерной прыжок в длину с места	м	не менее	
			25	23
4	Прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами с приземлением на обе ноги	см	не менее	
			260	230
Для спортивной дисциплины бег на средние и длинные дистанции				
5	Бег 60 м с высокого старта	с	не более	
			8.0	9.0
6	Бег 2 км	мин, с	не более	
			6:00	7:10
7	Прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами с приземлением на обе ноги	см	не менее	
			240	200
Для спортивной дисциплины спортивная ходьба				
8	Бег 60 м с высокого старта	с	не более	
			8.4	9.2
9	Бег 5 км	мин, с	не более	
			17:30	
10	Бег 3 км	мин, с	не более	
				12:00
11	Прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами с приземлением на обе ноги	см	не менее	
			230	190
Для спортивной дисциплины прыжки				

12	Бег 60 м с высокого старта	с	не более	
			7.4	8.4
13	Прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами с приземлением на обе ноги	см	не менее	
			250	
14	Полуприсед со штангой не менее 80 кг	количество раз	не менее	
			1	
15	Полуприсед со штангой не менее 40 кг	количество раз	не менее	
				1
Для спортивной дисциплины метания				
16	Бег 60 м с высокого старта	с	не более	
			7.6	8.7
17	Прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами с приземлением на обе ноги	см	не менее	
			260	220
18	Рывок штанги весом не менее 70 кг	количество раз	не менее	
			1	
19	Рывок штанги весом не менее 35 кг	количество раз	не менее	
				1
Для спортивной дисциплины многоборье				
20	Бег 60 м с высокого старта	с	не более	
			7.7	8.8
21	Тройной прыжок в длину с места	м, см	не более	
			7.60	7.00
22	Прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами с приземлением на обе ноги	см	не менее	
			250	210
23	Жим штанги лежа весом не менее 70 кг	количество раз	не менее	
			1	
24	Жим штанги лежа весом не менее 25 кг	количество раз	не менее	
				1