Документ предоставлен [КонсультантПлюс](https://www.consultant.ru)

Зарегистрировано в Минюсте России 4 марта 2022 г. N 67626

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ПРИКАЗ

от 24 января 2022 г. N 40

ОБ УТВЕРЖДЕНИИ ФЕДЕРАЛЬНОГО СТАНДАРТА

СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА "БАСКЕТБОЛ"

В соответствии с частью 1 статьи 34 Федерального закона от 04.12.2007 N 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" (Собрание законодательства Российской Федерации, 2007, N 50, ст. 6242; 2011, N 50, ст. 7354) и подпунктом 4.2.27 пункта 4 Положения о Министерстве спорта Российской Федерации, утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации от 19.06.2012 N 607 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, N 26, ст. 3525), приказываю:

1. Утвердить прилагаемый федеральный [стандарт](#P30) спортивной подготовки по виду спорта "баскетбол".

2. Признать утратившими силу приказы Министерства спорта Российской Федерации:

от 10.04.2013 N 114 "Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта баскетбол" (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 10.06.2013, регистрационный N 28777);

от 23.07.2014 N 620 "О внесении изменений в приказ Министерства спорта Российской Федерации от 10.04.2013 N 114 "Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта баскетбол" (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 14.08.2014, регистрационный N 33587).

3. Контроль за исполнением настоящего приказа возложить на заместителя Министра спорта Российской Федерации А.А. Морозова.

Министр

О.В.МАТЫЦИН

Утвержден

приказом Минспорта России

от 24 января 2022 г. N 40

ФЕДЕРАЛЬНЫЙ СТАНДАРТ

СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА "БАСКЕТБОЛ"

Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта "баскетбол" (далее - ФССП) определяет совокупность минимальных требований к спортивной подготовке в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с главой IV Федерального закона от 04.12.2007 N 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" (Собрание законодательства Российской Федерации, 2007, N 50, ст. 6242; 2011, N 50, ст. 7354).

I. Требования к структуре и содержанию программ

спортивной подготовки, в том числе к освоению их

теоретических и практических разделов применительно

к каждому этапу спортивной подготовки

1. Программа спортивной подготовки по виду спорта "баскетбол" (далее - Программа) должна иметь следующую структуру и содержание:

титульный лист;

пояснительную записку;

нормативную часть;

методическую часть;

систему спортивного отбора и контроля;

перечень материально-технического обеспечения;

перечень информационного обеспечения.

1.1. На "Титульном листе" Программы указываются:

название Программы с указанием вида спорта (спортивной дисциплины) и этапов спортивной подготовки;

наименование организации, осуществляющей спортивную подготовку;

год составления Программы.

1.2. В "Пояснительной записке" Программы указываются:

название федерального стандарта спортивной подготовки, на основе которого разработана Программа;

цели, задачи и планируемые результаты реализации Программы;

срок реализации Программы;

характеристика вида спорта "баскетбол", входящих в него спортивных дисциплин и их отличительные особенности.

1.3. "Нормативная часть" Программы должна содержать:

структуру тренировочного процесса (циклы, этапы, периоды и другое);

продолжительность этапов спортивной подготовки, возраст лиц для зачисления и перевода на этапы спортивной подготовки, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта "баскетбол" ([приложение N 1](#P217) к ФССП);

требования к объему тренировочного процесса ([приложение N 2](#P272) к ФССП), в том числе к объему индивидуальной подготовки и предельные тренировочные нагрузки;

режимы тренировочной работы и периоды отдыха (активного, пассивного);

виды подготовки (общая физическая и специальная физическая, техническая, тактическая, теоретическая, психологическая, интегральная), а также соотношение видов спортивной подготовки в структуре тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки по виду спорта "баскетбол" ([приложение N 3](#P310) к ФССП);

требования к объему соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки по виду спорта "баскетбол" ([приложение N 4](#P385) к ФССП);

перечень тренировочных мероприятий ([приложение N 5](#P468) к ФССП);

годовой план спортивной подготовки;

планы инструкторской и судейской практики;

планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств;

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

1.4. "Методическая часть" Программы должна содержать:

рекомендации по проведению тренировочных занятий с учетом влияния физических качеств на результативность ([приложение N 6](#P546) к ФССП);

программный материал для проведения тренировочных занятий по каждому этапу спортивной подготовки с указанием видов упражнений, средств и методов тренировки;

рекомендации по планированию спортивных результатов;

рекомендации по организации научно-методического обеспечения, в том числе психологического сопровождения.

1.5. "Система спортивного отбора и контроля" должна содержать:

мероприятия по отбору спортсменов для комплектования групп спортивной подготовки по виду спорта "баскетбол";

критерии оценки результатов реализации Программы на каждом из этапов спортивной подготовки в соответствии с требованиями к результатам реализации программ спортивной подготовки на каждом из этапов спортивной подготовки;

контроль результативности тренировочного процесса по итогам каждого этапа спортивной подготовки и сроки его проведения;

комплексы контрольных упражнений для оценки общей физической и специальной физической, технической, теоретической и тактической подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку, и рекомендации по организации их проведения.

1.6. "Перечень материально-технического обеспечения" Программы должен содержать перечень помещений, оборудования, спортивного инвентаря и спортивной экипировки, используемых для реализации Программы.

1.7. "Перечень информационного обеспечения" Программы должен содержать: список литературных источников, перечень аудиовизуальных средств, перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимых для использования в работе лицами, проходящими спортивную подготовку, и лицами ее осуществляющими.

II. Нормативы физической подготовки и иные спортивные

нормативы с учетом возраста, пола лиц, проходящих спортивную

подготовку, особенностей вида спорта "баскетбол"

(спортивных дисциплин)

2. Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы для лиц, проходящих спортивную подготовку на этапах спортивной подготовки, определяют возможность зачисления и перевода лиц, проходящих спортивную подготовку, с одного этапа спортивной подготовки на другой этап спортивной подготовки, учитывают их возраст, пол, а также особенности вида спорта "баскетбол" и включают:

2.1. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода в группы на этапе начальной подготовки по виду спорта "баскетбол" ([приложение N 7](#P577) к ФССП).

2.2. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) по виду спорта "баскетбол" ([приложение N 8](#P626) к ФССП).

2.3. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства по виду спорта "баскетбол" ([приложение N 9](#P715) к ФССП).

2.4. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода в группы на этапе высшего спортивного мастерства по виду спорта "баскетбол" ([приложение N 10](#P792) к ФССП).

III. Требования к участию лиц, проходящих спортивную

подготовку, и лиц, ее осуществляющих, в спортивных

соревнованиях, предусмотренных в соответствии с реализуемой

программой спортивной подготовки по виду спорта "баскетбол"

3. Требования к участию в спортивных соревнованиях лиц, проходящих спортивную подготовку:

соответствие возраста, пола и уровня спортивной квалификации лиц, проходящих спортивную подготовку, положениям (регламентам) об официальных спортивных соревнованиях, согласно Единой всероссийской спортивной классификации, и правилам вида спорта "баскетбол";

соответствие требованиям к результатам реализации Программ на соответствующем этапе спортивной подготовки;

наличие соответствующего медицинского заключения о допуске к участию в спортивных соревнованиях;

соблюдение общероссийских антидопинговых правил и антидопинговых правил, утвержденных международными антидопинговыми организациями.

4. Лицо, проходящее спортивную подготовку, направляется организацией, осуществляющей спортивную подготовку, на спортивные соревнования в соответствии с годовым планом реализации Программы, на основании Единого календарного плана межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий и соответствующих положений (регламентов) об официальных спортивных соревнованиях.

5. Лицо, осуществляющее спортивную подготовку, при участии в спортивных соревнованиях обязано соблюдать требования соответствующих положений (регламентов) об официальных спортивных соревнованиях.

IV. Требования к результатам реализации программ спортивной

подготовки на каждом из этапов спортивной подготовки

6. Результатом реализации Программы является:

6.1. На этапе начальной подготовки:

формирование устойчивого интереса к занятиям спортом;

формирование широкого круга двигательных умений и навыков, гармоничное развитие физических качеств;

повышение уровня общей физической и специальной физической подготовки;

освоение основ техники и тактики по виду спорта "баскетбол";

общие знания об антидопинговых правилах;

укрепление здоровья;

отбор перспективных юных спортсменов для дальнейшей спортивной подготовки.

6.2. На тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):

формирование устойчивого интереса и спортивной мотивации к занятиям видом спорта "баскетбол";

повышение уровня общей физической и специальной физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовки;

формирование физических качеств с учетом возраста и уровня влияния физических качеств на результативность;

соблюдение режима тренировочных занятий и периодов отдыха, режима восстановления и питания;

овладение навыками самоконтроля;

приобретение опыта участия в официальных спортивных соревнованиях на первом и втором годах;

достижение стабильности результатов участия в официальных спортивных соревнованиях на третьем - пятом годах;

овладение основами теоретических знаний о виде спорта "баскетбол";

знание антидопинговых правил;

укрепление здоровья.

6.3. На этапе совершенствования спортивного мастерства:

формирование мотивации на повышение спортивного мастерства и достижение высоких спортивных результатов;

повышение уровня общей физической и специальной физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовки;

повышение функциональных возможностей организма;

формирование навыка профессионального подхода к соблюдению режима тренировочных занятий (включая самостоятельную подготовку), спортивных мероприятий, восстановления и питания, а также к соблюдению периодов отдыха и ведению дневника самонаблюдения, в том числе с использованием дистанционных технологий, а также требований мер безопасности;

выполнение плана индивидуальной подготовки;

стабильность демонстрации высоких спортивных результатов в официальных спортивных соревнованиях;

приобретение опыта спортивного судьи по виду спорта "баскетбол";

знание антидопинговых правил;

сохранение здоровья.

6.4. На этапе высшего спортивного мастерства:

сохранение мотивации на совершенствование спортивного мастерства и достижение высоких спортивных результатов;

повышение уровня общей физической и специальной физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовки;

повышение функциональных возможностей организма;

закрепление навыка профессионального подхода к соблюдению режима тренировочных занятий (включая самостоятельную подготовку), спортивных мероприятий, восстановления и питания, а также к соблюдению периодов отдыха и ведению дневника самонаблюдения, в том числе с использованием дистанционных технологий, а также требований мер безопасности;

выполнение плана индивидуальной подготовки;

достижение результатов уровня спортивных сборных команд субъектов Российской Федерации и спортивных сборных команд Российской Федерации;

сохранение здоровья.

7. Продолжительность прохождения спортивной подготовки на этапе высшего спортивного мастерства определяется организацией, осуществляющей спортивную подготовку, при условии участия лица, проходящего спортивную подготовку, в официальных всероссийских и (или) официальных межрегиональных спортивных соревнованиях.

V. Особенности осуществления спортивной подготовки

по отдельным спортивным дисциплинам вида спорта "баскетбол"

8. Особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта "баскетбол" определяются в Программе и учитываются в том числе при составлении плана физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, а также при планировании спортивных результатов.

9. Порядок и сроки формирования тренировочных групп на каждом этапе спортивной подготовки, с учетом особенностей вида спорта "баскетбол" и его спортивных дисциплин, определяются организациями, осуществляющими спортивную подготовку, самостоятельно.

10. Для зачисления и перевода в группы на этапах спортивной подготовки необходимо наличие:

на этапе совершенствования спортивного мастерства - спортивный разряд "первый спортивный разряд";

на этапе высшего спортивного мастерства - спортивный разряд "кандидат в мастера спорта".

VI. Требования к условиям реализации программ спортивной

подготовки, в том числе кадрам, материально-технической базе

и инфраструктуре организаций, осуществляющих спортивную

подготовку, и иным условиям

11. Организации, осуществляющие спортивную подготовку, должны обеспечить соблюдение требований к условиям реализации Программы, в том числе кадрам, материально-технической базе, инфраструктуре и иным условиям, установленным ФССП.

12. Требования к кадровому составу организаций, осуществляющих спортивную подготовку:

12.1. Уровень квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку, должен соответствовать требованиям, установленным профессиональным стандартом "Тренер", утвержденным приказом Минтруда России от 28.03.2019 N 191н (зарегистрирован Минюстом России 25.04.2019, регистрационный N 54519), профессиональным стандартом "Инструктор-методист", утвержденный приказом Минтруда России от 08.09.2014 N 630н (зарегистрирован Минюстом России 26.09.2014, регистрационный N 34135) <1>, 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 N 916н (зарегистрирован Минюстом России 14.10.2011, регистрационный N 22054);

--------------------------------

<1> с изменениями, внесенными приказом Минтруда России от 12.12.2016 N 727н (зарегистрирован Минюстом России 13.01.2017, регистрационный N 45230).

12.2. Для проведения тренировочных занятий на всех этапах спортивной подготовки, кроме основного тренера, допускается привлечение тренера (тренеров) по видам спортивной подготовки с учетом специфики вида спорта "баскетбол", а также привлечение иных специалистов организаций, осуществляющих спортивную подготовку (при условии их одновременной работы с лицами, проходящими спортивную подготовку).

Для подготовки спортивного инвентаря и спортивной экипировки к тренировочным занятиям и спортивным соревнованиям, обслуживания оборудования и спортивных сооружений, необходимых для осуществления спортивной подготовки в организациях, осуществляющих спортивную подготовку, на всех этапах спортивной подготовки допускается привлечение соответствующих специалистов.

12.3. Допускается одновременное проведение тренировочных занятий с лицами, проходящими спортивную подготовку в группах на разных этапах спортивной подготовки, если:

объединенная группа состоит из лиц, проходящих спортивную подготовку на этапах начальной подготовки и тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) первого и второго года спортивной подготовки;

объединенная группа состоит из лиц, проходящих спортивную подготовку на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) с третьего по пятый год спортивной подготовки и этапе совершенствования спортивного мастерства;

объединенная группа состоит из лиц, проходящих спортивную подготовку на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства.

При объединении лиц, проходящих спортивную подготовку на разных этапах, в одну группу не должна быть превышена единовременная пропускная способность спортивного сооружения.

13. Требования к материально-технической базе и инфраструктуре организаций, осуществляющих спортивную подготовку, и иным условиям предусматривают (в том числе на основании договоров, заключенных в соответствии с гражданским законодательством Российской Федерации, существенным условием которых является право пользования соответствующей материально-технической базой и (или) объектом инфраструктуры):

наличие тренировочного спортивного зала;

наличие тренажерного зала;

наличие раздевалок, душевых;

наличие медицинского пункта, оборудованного в соответствии с приказом Минздрава России от 23.10.2020 N 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 N 61238);

обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для осуществления спортивной подготовки ([приложение N 11](#P892) к ФССП);

обеспечение спортивной экипировкой ([приложение N 12](#P1038) к ФССП);

обеспечение проездом к месту проведения спортивных мероприятий и обратно лиц, проходящих спортивную подготовку;

обеспечение питанием и проживанием лиц, проходящих спортивную подготовку, в период проведения спортивных мероприятий;

медицинское обеспечение лиц, проходящих спортивную подготовку, в том числе организацию систематического медицинского контроля.

14. К иным условиям реализации Программы относятся трудоемкость Программы (объемы времени на ее реализацию) с обеспечением непрерывности тренировочного процесса, а также порядок и сроки формирования тренировочных групп.

14.1. Программа рассчитывается на 52 недели в год.

Тренировочный процесс в организации, осуществляющей спортивную подготовку, должен вестись в соответствии с годовым планом спортивной подготовки (включая четыре недели летнего периода самостоятельной подготовки и (или) летнего спортивно-оздоровительного лагеря для обеспечения непрерывности тренировочного процесса) и осуществляется в следующих формах:

тренировочные занятия (групповые, индивидуальные и смешанные), в том числе с использованием дистанционных технологий;

тренировочные мероприятия;

самостоятельная подготовка по индивидуальным планам, в том числе с использованием дистанционных технологий;

спортивные соревнования;

контрольные мероприятия;

инструкторская и судейская практики;

медицинские, медико-биологические и восстановительные мероприятия.

14.2. В годовом плане спортивной подготовки количество часов, отводимых на спортивные соревнования и тренировочные мероприятия, указываются в соответствии с требованиями к объему соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки по виду спорта "баскетбол" и перечнем тренировочных мероприятий. Самостоятельная подготовка должна составлять не менее 10% от общего количества часов, предусмотренных годовым планом спортивной подготовки. Остальные часы распределяются организацией, осуществляющей спортивную подготовку, с учетом особенностей вида спорта.

14.3. Продолжительность одного тренировочного занятия при реализации Программы не должна превышать:

на этапе начальной подготовки - двух часов;

на 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 тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не должна составлять более восьми часов.

14.4. На основании годового плана спортивной подготовки организацией, осуществляющей спортивную подготовку, утверждается план тренировочного процесса и расписание тренировочных занятий для каждой тренировочной группы.

14.5. Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки осуществляется только на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства.

Приложение N 1

к федеральному стандарту

спортивной подготовки по виду спорта

"баскетбол", утвержденному

приказом Минспорта России

от 24 января 2022 г. N 40

ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ

ЭТАПОВ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ, ВОЗРАСТ ЛИЦ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ

И ПЕРЕВОДА НА ЭТАПЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ, КОЛИЧЕСТВО ЛИЦ,

ПРОХОДЯЩИХ СПОРТИВНУЮ ПОДГОТОВКУ В ГРУППАХ НА ЭТАПАХ

СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА "БАСКЕТБОЛ"

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Этапы спортивной подготовки | Продолжительность этапов (в годах) | Возраст для зачисления перевода в группы (лет) | Наполняемость групп (человек) |
| Этап начальной подготовки | 3 | 8 | 15 |
| Тренировочный этап (этап спортивной специализации) | 5 | 11 | 10 |
| Этап совершенствования спортивного мастерства | не устанавливается | 13 | 6 |
| Этап высшего спортивного мастерства | не устанавливается | 14 | не устанавливается |
| Для спортивной дисциплины: "баскетбол 3 x 3" |
| Этап начальной подготовки | 3 | 8 | 15 |
| Тренировочный этап (этап спортивной специализации) | 5 | 11 | 8 |
| Этап совершенствования спортивного мастерства | не устанавливается | 14 | 6 |
| Этап высшего спортивного мастерства | не устанавливается | 18 | 4 |

Приложение N 2

к федеральному стандарту

спортивной подготовки по виду спорта

"баскетбол", утвержденному

приказом Минспорта России

от 24 января 2022 г. N 40

ТРЕБОВАНИЯ К ОБЪЕМУ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА

|  |  |
| --- | --- |
| Этапный норматив | Этапы и годы спортивной подготовки |
| Этап начальной подготовки | Тренировочный этап (этап спортивной специализации) | Этап совершенствования спортивного мастерства | Этап высшего спортивного мастерства |
| До года | Свыше года | До двух лет | Свыше двух лет |
| Количество часов в неделю | 4,5 | 6 | 10 | 12 | 18 | 24 |
| Общее количество часов в год | 234 | 312 | 520 | 624 | 936 | 1248 |

Приложение N 3

к федеральному стандарту

спортивной подготовки по виду спорта

"баскетбол", утвержденному

приказом Минспорта России

от 24 января 2022 г. N 40

СООТНОШЕНИЕ

ВИДОВ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ В СТРУКТУРЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО

ПРОЦЕССА НА ЭТАПАХ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ

СПОРТА "БАСКЕТБОЛ"

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Виды подготовки | Этап начальной подготовки | Тренировочный этап (этап спортивной специализации) | Этап совершенствования спортивного мастерства | Этап высшего спортивного мастерства |
| Один год | Свыше года | До двух лет | Свыше двух лет |
| Общая физическая подготовка (%) | 18 - 20 | 16 - 18 | 14 - 16 | 12 - 14 | 10 - 12 | 10 - 12 |
| Специальная физическая подготовка (%) | 12 - 14 | 14 - 16 | 16 - 18 | 16 - 18 | 18 - 20 | 18 - 20 |
| Техническая подготовка (%) | 30 - 32 | 28 - 30 | 24 - 26 | 20 - 22 | 12 - 14 | 12 - 14 |
| Теоретическая подготовка (%) | 7 - 10 | 5 - 7 | 5 - 7 | 3 - 5 | 2 - 3 | 2 - 3 |
| Тактическая подготовка (%) | 10 - 12 | 12 - 14 | 16 - 18 | 16 - 18 | 20 - 22 | 20 - 22 |
| Психологическая подготовка (%) | 6 - 8 | 6 - 8 | 8 - 10 | 8 - 10 | 12 - 14 | 12 - 14 |
| Интегральная подготовка (%) | 8 - 10 | 10 - 12 | 16 - 18 | 18 - 20 | 22 - 24 | 22 - 24 |

Приложение N 4

к федеральному стандарту

спортивной подготовки по виду спорта

"баскетбол", утвержденному

приказом Минспорта России

от 24 января 2022 г. N 40

ТРЕБОВАНИЯ

К ОБЪЕМУ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА ЭТАПАХ СПОРТИВНОЙ

ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА "БАСКЕТБОЛ"

|  |  |
| --- | --- |
| Виды спортивных соревнований, игр | Этапы и годы спортивной подготовки |
| Этап начальной подготовки | Тренировочный этап (этап спортивной специализации) | Этап совершенствования спортивного мастерства | Этап высшего спортивного мастерства |
| До года | Свыше двух лет | До двух лет | Свыше двух лет |
| Контрольные | 1 | 1 | 3 | 3 | 5 | 5 |
| Отборочные | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 |
| Основные | - | - | 3 | 3 | 3 | 3 |
| Игры | 20 | 20 | 40 | 50 | 60 | 70 |
| Для спортивной дисциплины: "баскетбол 3 x 3" |
| Контрольные | - | - | 10 | 10 | 5 | 5 |
| Отборочные | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 |
| Основные | - | - | 3 | 3 | 5 | 10 |
| Игры | - | - | 15 | 20 | 15 | 20 |

Приложение N 5

к федеральному стандарту

спортивной подготовки по виду спорта

"баскетбол", утвержденному

приказом Минспорта России

от 24 января 2022 г. N 40

ПЕРЕЧЕНЬ ТРЕНИРОВОЧНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| N п/п | Вид тренировочных мероприятий | Предельная продолжительность мероприятий по этапам спортивной подготовки (количество дней) | Число участников тренировочного мероприятия |
| Этап начальной подготовки | Тренировочный этап (этап спортивной специализации) | Этап совершенствования спортивного мастерства | Этап высшего спортивного мастерства |
| 1. Тренировочные мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям |
| 1.1. | Тренировочные мероприятия по подготовке к международным соревнованиям | - | - | 21 | 21 | Определяется организацией, осуществляющей спортивную подготовку |
| 1.2. | Тренировочные мероприятия по подготовке к чемпионатам России, кубкам России, первенствам России | - | 14 | 18 | 21 |
| 1.3. | Тренировочные мероприятия по подготовке к другим всероссийским соревнованиям | - | 14 | 18 | 18 |
| 1.4. | Тренировочные мероприятия по подготовке к официальным соревнованиям субъекта Российской Федерации | - | 14 | 14 | 18 |
| 2. Специальные тренировочные мероприятия |
| 2.1. | Тренировочные мероприятия по общей физической или специальной физической подготовке | - | 14 | 18 | 18 | Не менее 70% от состава группы лиц, проходящих спортивную подготовку на определенном этапе |
| 2.2. | Восстановительные тренировочные мероприятия | - | До 14 дней | Участники соревнований |
| 2.3. | Тренировочные мероприятия для комплексного медицинского обследования | - | До 5 дней, но не более 2 раз в год | В соответствии с планом комплексного медицинского обследования |
| 2.4. | Тренировочные мероприятия в каникулярный период | До 21 дня подряд и не более двух тренировочных мероприятий в год | - | - | Не менее 60% от состава группы лиц, проходящих спортивную подготовку на определенном этапе |
| 2.5. | Просмотровые тренировочные мероприятия для кандидатов на зачисление в организации, осуществляющие спортивную подготовку, а также в образовательные учреждения среднего профессионального образования, осуществляющие деятельность в области физической культуры и спорта | - | До 60 дней | - | В соответствии с правилами приема |

Приложение N 6

к федеральному стандарту

спортивной подготовки по виду спорта

"баскетбол", утвержденному

приказом Минспорта России

от 24 января 2022 г. N 40

ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ НА РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ

|  |  |
| --- | --- |
| Физические качества | Уровень влияния |
| Быстрота | [3](#P562) |
| Сила | [2](#P563) |
| Выносливость | [2](#P563) |
| Координация | [3](#P562) |
| Гибкость | [1](#P564) |

Условные обозначения:

3 - значительное влияние;

2 - среднее влияние;

1 - незначительное влияние.

Приложение N 7

к федеральному стандарту

спортивной подготовки по виду спорта

"баскетбол", утвержденному

приказом Минспорта России

от 24 января 2022 г. N 40

НОРМАТИВЫ

ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ И ПЕРЕВОДА В ГРУППЫ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ

ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА "БАСКЕТБОЛ"

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| N п/п | Упражнения | Единица измерения | Норматив |
| мальчики | девочки |
| 1. Нормативы общей физической подготовки |
| 1.1. | Бег на 30 м | с | не более |
| 6,9 | 7,1 |
| 1.2. | Челночный бег 3 x 10 м | с | не более |
| 10,3 | 10,6 |
| 1.3. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее |
| 110 | 105 |
| 2. Нормативы специальной физической подготовки |
| 2.1. | Прыжок вверх с места со взмахом руками | см | не менее |
| 20 | 16 |

Приложение N 8

к федеральному стандарту

спортивной подготовки по виду спорта

"баскетбол", утвержденному

приказом Минспорта России

от 24 января 2022 г. N 40

НОРМАТИВЫ

ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ И ПЕРЕВОДА В ГРУППЫ НА ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ

(ЭТАПЕ СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА "БАСКЕТБОЛ"

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| N п/п | Упражнения | Единица измерения | Норматив |
| мальчики | девочки |
| 1. Нормативы общей физической подготовки |
| 1.1. | Бег на 30 м | с | не более |
| 6,0 | 6,2 |
| 1.2. | Челночный бег 3 x 10 м | с | не более |
| 9,3 | 9,5 |
| 1.3. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее |
| 130 | 120 |
| 2. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины: "баскетбол 3 x 3" |
| 2.1. | Бег на 30 м | с | не более |
| 5,5 | 5,8 |
| 2.2. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее |
| 18 | 9 |
| 2.3. | Челночный бег 3 x 10 м | с | не более |
| 8,7 | 9,1 |
| 2.4. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее |
| 160 | 145 |
| 3. Нормативы специальной физической подготовки |
| 3.1. | Скоростное ведение мяча 20 м | с | не более |
| 10 | 10,7 |
| 3.2. | Прыжок вверх с места со взмахом руками | см | не менее |
| 35 | 30 |
| 3.3. | Челночный бег на дистанции 28 м за 40 с | м | не менее |
| 183 | 168 |
| 3.4. | Техническое мастерство | Обязательная техническая программа |

Приложение N 9

к федеральному стандарту

спортивной подготовки по виду спорта

"баскетбол", утвержденному

приказом Минспорта России

от 24 января 2022 г. N 40

НОРМАТИВЫ

ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ И ПЕРЕВОДА В ГРУППЫ НА ЭТАПЕ

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА

ПО ВИДУ СПОРТА "БАСКЕТБОЛ"

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| N п/п | Упражнения | Единица измерения | Норматив |
| юноши/мужчины | девушки/женщины |
| 1. Нормативы общей физической подготовки |
| 1.1. | Бег на 30 м | с | не более |
| 4,7 | 5,0 |
| 1.2. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее |
| 36 | 15 |
| 1.3. | Челночный бег 3 x 10 м | с | не более |
| 7,2 | 8,0 |
| 1.4. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее |
| 215 | 180 |
| 1.5. | Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин) | количество раз | не менее |
| 49 | 43 |
| 2. Нормативы специальной физической подготовки |
| 2.1. | Скоростное ведение мяча 20 м | с | не более |
| 8,6 | 9,4 |
| 2.2. | Прыжок вверх с места со взмахом руками | см | не менее |
| 46 | 40 |
| 2.3. | Челночный бег на дистанции 28 м за 40 с | м | не менее |
| 232 | 205 |
| 2.4. | Техническое мастерство | Обязательная техническая программа |

Приложение N 10

к федеральному стандарту

спортивной подготовки по виду спорта

"баскетбол", утвержденному

приказом Минспорта России

от 24 января 2022 г. N 40

НОРМАТИВЫ

ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ И ПЕРЕВОДА В ГРУППЫ НА ЭТАПЕ ВЫСШЕГО

СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА "БАСКЕТБОЛ"

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| N п/п | Упражнения | Единица измерения | Норматив |
| юноши/мужчины | девушки/женщины |
| 1. Нормативы общей физической подготовки |
| 1.1. | Бег на 30 м | с | не более |
| 4,7 | 5,0 |
| 1.2. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее |
| 36 | 15 |
| 1.3. | Челночный бег 3 x 10 м | с | не более |
| 7,2 | 8,0 |
| 1.4. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее |
| 215 | 180 |
| 1.5. | Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин) | количество раз | не менее |
| 49 | 43 |
| 2. Нормативы общей физической подготовки спортивной дисциплины: "баскетбол 3 x 3" |
| 2.1. | Бег на 30 м | с | не более |
| 4,3 | 5,1 |
| 2.2. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее |
| 44 | 17 |
| 2.3. | Челночный бег 3 x 10 м | с | не более |
| 7,1 | 8,2 |
| 2.4. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее |
| 240 | 195 |
| 2.5. | Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин) | количество раз | не менее |
| 48 | 43 |
| 3. Нормативы специальной физической подготовки |
| 3.1. | Скоростное ведение мяча 20 м | с | не более |
| 8 | 8,9 |
| 3.2. | Прыжок вверх с места со взмахом руками | см | не менее |
| 49 | 45 |
| 3.3. | Челночный бег на дистанции 28 м за 40 с | м | не менее |
| 249 | 221 |
| 3.4. | Техническое мастерство | Обязательная техническая программа |

Приложение N 11

к федеральному стандарту

спортивной подготовки по виду спорта

"баскетбол", утвержденному

приказом Минспорта России

от 24 января 2022 г. N 40

Таблица N 1

Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем,

необходимыми для осуществления спортивной подготовки

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| N п/п | Наименование | Единица измерения | Количество изделий |
| 1. | Барьер легкоатлетический | штук | 20 |
| 2. | Гантели массивные от 1 до 5 кг | комплект | 3 |
| 3. | Доска тактическая | штук | 4 |
| 4. | Конструкция баскетбольного щита в сборе (щит, корзина с кольцом, сетка, опора) | комплект | 2 |
| 5. | Корзина для мячей | штук | 2 |
| 6. | Мяч баскетбольный | штук | 30 |
| 7. | Мяч волейбольный | штук | 2 |
| 8. | Мяч набивной (медицинбол) | штук | 15 |
| 9. | Мяч теннисный | штук | 10 |
| 10. | Мяч футбольный | штук | 2 |
| 11. | Насос для накачивания мячей в комплекте с иглами | штук | 4 |
| 12. | Свисток | штук | 4 |
| 13. | Секундомер | штук | 4 |
| 14. | Скакалка | штук | 24 |
| 15. | Скамейка гимнастическая | штук | 4 |
| 16. | Стойка для обводки | штук | 20 |
| 17. | Утяжелитель для ног | комплект | 15 |
| 18. | Утяжелитель для рук | комплект | 15 |
| 19. | Фишки (конусы) | штук | 30 |
| 20. | Эспандер резиновый ленточный | штук | 24 |
| Для спортивной дисциплины: "баскетбол 3 x 3" |
| 21. | Мяч баскетбольный | штук | 24 |

Таблица N 2

|  |
| --- |
| Спортивный инвентарь, передаваемый в индивидуальное пользование |
| N п/п | Наименование | Единица измерения | Расчетная единица | Этапы спортивной подготовки |
| Этап начальной подготовки | Тренировочный этап (этап спортивной специализации) | Этап совершенствования спортивного мастерства | Этап высшего спортивного мастерства |
| количество | срок эксплуатации (лет) | количество | срок эксплуатации (лет) | количество | срок эксплуатации (лет) | количество | срок эксплуатации (лет) |
| 1. | Мяч баскетбольный | штук | на занимающегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 0,5 | 1 | 0,5 |

Приложение N 12

к федеральному стандарту

спортивной подготовки по виду спорта

"баскетбол", утвержденному

приказом Минспорта России

от 24 января 2022 г. N 40

ОБЕСПЕЧЕНИЕ СПОРТИВНОЙ ЭКИПИРОВКОЙ

|  |
| --- |
| Спортивный инвентарь, передаваемый в индивидуальное пользование |
| N п/п | Наименование | Единица измерения | Расчетная единица | Этапы спортивной подготовки |
| Этап начальной подготовки | Тренировочный этап (этап спортивной специализации) | Этап совершенствования спортивного мастерства | Этап высшего спортивного мастерства |
| количество | срок эксплуатации (лет) | количество | срок эксплуатации (лет) | количество | срок эксплуатации (лет) | количество | срок эксплуатации (лет) |
| 1. | Гольфы | пар | на занимающегося | - | - | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 |
| 2. | Костюм ветрозащитный | штук | на занимающегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 3. | Костюм спортивный парадный | штук | на занимающегося | - | - | - | - | - | - | 1 | 2 |
| 4. | Кроссовки для баскетбола | пар | на занимающегося | - | - | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 |
| 5. | Кроссовки легкоатлетические | пар | на занимающегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 6. | Майка | штук | на занимающегося | - | - | 4 | 1 | 4 | 1 | 6 | 1 |
| 7. | Носки | пар | на занимающегося | - | - | 2 | 1 | 4 | 1 | 6 | 1 |
| 8. | Полотенце | штук | на занимающегося | - | - | - | - | - | 1 | 1 | 1 |
| 9. | Сумка спортивная | штук | на занимающегося | - | - | - | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 10. | Фиксатор голеностопного сустава (голеностопник) | комплект | на занимающегося | - | - | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 11. | Фиксатор коленного сустава (наколенник) | комплект | на занимающегося | - | - | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 12. | Фиксатор лучезапястного сустава (напульсник) | комплект | на занимающегося | - | - | - | - | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 13. | Футболка | штук | на занимающегося | - | - | 2 | 1 | 3 | 1 | 4 | 1 |
| 14. | Шапка спортивная | штук | на занимающегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 15. | Шорты спортивные (трусы спортивные) | штук | на занимающегося | - | - | 3 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 |
| 16. | Шорты эластичные (тайсы) | штук | на занимающегося | - | - | 1 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 |