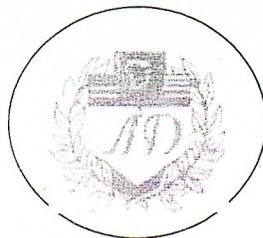


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА
«ЛЕДОВЫЙ ДВОРЕЦ СПОРТА»
ЧИСТОПОЛЬСКОГО
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН

ул. Вотякова, дом 23,
город Чистополь, 422980

Телефон (84342) 5-91-36, 5-51-94, E-mail: chistopollds09@rambler.ru
ОГРН 1071677002616, ИНН 1652014544, КПП 165201001



ТАТАРСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ
ЧИСТАЙ МУНИЦИПАЛЬ
РАЙОНЫНЫҢ
«БОЗ СПОРТ САРАЕ» СПОРТ
МӘКТӘБЕ» ӨСТӘМӘ БЕЛЕМ
БИРУ МУНИЦИПАЛЬ БЮДЖЕТ
УЧРЕЖДЕНИЕСЕ

Вотякова урамы, 23-нче йорт,
Чистай шәһәре, 422980

ПРИКАЗ № 2

3 марта 2026 года

«О внесении изменений в Положение о форме, периодичности порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования «Спортивная школа «Ледовый дворец спорта» Чистопольского муниципального района Республики Татарстан утвержденное приказом МБУ ДО «СШ «Ледовый дворец спорта» № 7 от 28.05.2024 г.

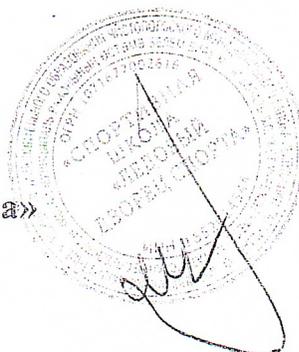
На основании решения педагогического совета протокол № 2 от 12 декабря 2025 года и протокол №3 от 3 марта 2026 года

ПРИКАЗЫВАЮ:

П.1. Внести изменения в Положение о форме, периодичности порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования «Спортивная школа «Ледовый дворец спорта» Чистопольского муниципального района Республики Татарстан утвержденное приказом МБУ ДО «СШ «Ледовый дворец спорта» № 7 от 28.05.2024 г.

П.2. Контроль выполнения приказа оставляю за заместителем директора по УСР Ю.В.Пальцевой.

Директор МБУ ДО
«СШ «Ледовый дворец спорта»



Е.Г.Морозов

Приложение к приказу
МБУ ДО «СШ «Ледовый дворец спорта»
от 3 марта 2026 г. № 2

Изменения, вносимые в «Положение о форме, периодичности порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся» в муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования «Спортивная школа «Ледовый дворец спорта» Чистопольского муниципального района Республики Татарстан утвержденное приказом МБУ ДО «СШ «Ледовый дворец спорта» № 7 от 28.05.2024 г. изложить в следующей редакции:

Таблицу «Нормативы общей, специальной физической подготовленности для зачисления и перевода в группы по видам спорта «Фигурное катание на коньках» и «Хоккей» приведенную в приложении Положение о форме, периодичности порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, изложить в редакции согласно Приложению №1 к настоящим изменениям.

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «фигурное катание на коньках»

№	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив второго года обучения		Норматив третьего года обучения	
			мальч ики	девоч ки	мальч ики	девоч ки	мальчи ки	девоч ки
1.	Нормативы общей физической подготовки							
1.1.	Бег на 30 м	с	не более		не более		не более	
			9,6	10,1	8,6	9,1	8,9	9,0
1.2.	Челночный бег 3x10 м	с	не более		не более		не более	
			11,2	11,7	10,8	11,3	10,0	11,0
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		не менее		не менее	
			+ 1	+3	+3	+5	+3	+5
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
			85	77	95	87	110	100
2.	Нормативы специальной физической подготовки							
2.1.	Прыжки на скакалке на двух ногах (за 1 мин)	Кол-во раз	не менее		не менее		не менее	
			65		68		69	
2.2.	Прыжки на скакалке на одной ноге (за 1 мин)	Кол-во раз	не менее		не менее		не менее	
			30		35		37	
2.3.	Выкрут прямых рук вперед - назад с шириной хвата	см	не менее		не менее		не менее	
			50	40	47	37	46	36
2.4.	Прыжок в высоту с места	см	не менее		не менее		не менее	
			27	24	28	25	28	25

Нормативы технико-тактическое мастерство
для зачисления и перевода в группу первого года обучения на этап начальной подготовки

№	Контрольные упражнения	Балл	
1	Спирали	5	Ласточка (нога выше головы), соблюдение геометрии, набор скорости, сложные кораблики в позах не менее 10с.
		4	Резвый разбег, уверенное начало и исполнение элементов, не потеря хода
		3	Неуверенный разбег, неуверенное исполнение, падение
2	Прыжки (перекидной, два любых прыжка в 1 об.)	5	Легкий отрыв, высота, мягкое приземление с набором скорости на выезде
		4	Недокрут 1/2 об. с приземлением на одну ногу
		3	Приземление на две ноги падение
3.	Вращение	5	4 оборота
		4	3 оборота
		3	2 оборота

Нормативы технико-тактическое мастерство
для зачисления и перевода в группу второго года обучения на этапе начальной подготовки

№	Контрольные упражнения	Балл	
1	Скольжение перебежкой вперед и назад	5	Толчки ребром, без зубцов, резкое скольжение, хорошая осанка
		4	Неуверенность. Отталкивание зубцом, резвое скольжение, хорошая осанка
		3	Значительные погрешности в технике толчка, нарушение осанки, тихий ход
2	Прыжки в 1 об.: перекидной, сальхов, тулуп в 1 об., Каскад или комбинация прыжков 1+1.	5	Хорошая скорость, высота, легкость отрыва, длинный пролет, выезд с набором скорости.
		4	Средняя скорость, легкость отрыва, средняя высота, короткий выезд
		3	Малая скорость, низкий прыжок. На выезде: падение, две ноги, недокрут.
3.	Вращение	5	5 оборотов
		4	4 оборотов
		3	2 оборотов

Нормативы технико-тактическое мастерство
для зачисления и перевода в группу третьего года обучения на этапе начальной подготовки

№	Контрольные упражнения	Балл	
1	Тесты по скольжению (тест№1)	3	Ярко выраженное ребро, соблюдение ледовой геометрии, красивая и правильная осанка, длина каждой дуги не менее одного роста, но не более трех
		2	Четкое ребро, красивая осанка.
		1	Не четкое ребро, плохая осанка, отсутствие рисунка
2	Прыжки: в 1об. риттерберг, аксель 1,5, сальхов в 2 об.,.	3	Хорошая скорость, высота, легкость отрыва, длинный пролет, выезд с набором скорости
		2	Скорость, легкость отрыва, средняя высота, короткий выезд на одну ногу. Для прыжков в 1,5 и 2 об.: недокрут ¼ об.
		1	Малая скорость, низкий прыжок. На выезде: падение, две ноги, недокрут. Для прыжков в 1,5 и 2 об.: приземление на две ноги, падение, недокрут в 0,5 об.
3.	Вращения: в одной позиции со сменой ног (кол-во оборотов)	3	12 (6/6)
		2	10 (5/5)
		1	6 (3/3)

**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 «фигурное катание на коньках»**

№	Упражнения	Ед-ца изм-я	Норматив до года обучения		Норматив 2-го и 3-го года обучения		Норматив 4- го года обучения		Норматив 5-го обучения	
			маль чики	девоч ки	маль чики	девоч ки	мальч ики	девоч ки	мальчи ки	девочк и
1.	Нормативы общей физической подготовки для спортивных дисциплин «одиночное катание», «танцы на льду»									
1.1.	Бег на 30 м	с	не более		не более		не более		не более	
			6,5	6,6	6,4	6,5	6,3	6,4	6,2	6,3
1.2.	Челночный бег 3x10 м	мин, с.	не более		не более		не более		не более	
			9,8	10,2	9,6	10,0	9,0	9,3	8,0	8,5
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		не менее		не менее		не менее	
			+3	+5	+4	+6	+6	+8	+7	+10
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее		не менее	
			122	117	126	120	140	130	160	167
1.5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количе ство раз	не менее		не менее		не менее		не менее	
			25	22	27	24	32	28	44	36
2.	Нормативы специальной физической подготовки для спортивных дисциплин «одиночное катание», «танцы на льду»									
2.1.	Прыжки на скакалке на двух ногах (за 1 мин)	количе ство раз	не менее		не менее		не менее		не менее	
			71		76		81		89	
2.2.	Прыжки на скакалке на одной ноге (за 1 мин)	количе ство раз	не менее		не менее		не менее		не менее	
			39		49		65		75	
2.3.	Выкрут прямых рук вперед - назад с шириной хвата	см	не менее		не менее		не менее		не менее	
			45	35	43	34	41	32	40	33
2.4.	Прыжок в высоту с места	см	не менее		не менее		не менее		не менее	
			29	26	32	29	38	31	40	33

3. Нормативы общей физической подготовки для спортивных дисциплин

«синхронное катание» «парное катание»

3.1.	Бег на 30 м	с	не более		не более		не более		не более	
			5,9	6,1	5,8	6,0	5,7	5,9	5,6	5,8
3.2.	Челночный бег 3x10 м	мин, с.	не более		не более		не более		не более	
			9,2	9,4	9,1	9,3	9,0	9,2	8,9	9,0
3.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		не менее		не менее		не менее	
			+4	+5	+5	+6	+6	+7	+7	+8
3.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не более		не более		не более		не более	
			142	132	144	135	146	137	147	135
3.5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее		не менее		не менее		не менее	
			33	28	35	30	36	31	38	23

4. Нормативы специальной физической подготовки для спортивных дисциплин

«синхронное катание» «парное катание»

4.1.	Прыжки на скакалке на двух ногах (за 1 мин)	количество раз	не менее		не менее		не менее		не менее	
			77							
4.2.	Прыжки на скакалке на одной ноге (за 1 мин)	количество раз	не менее		не менее		не менее		не менее	
			47							
4.3.	Выкрут прямых рук вперед - назад с шириной хвата	см	не менее		не менее		не менее		не менее	
			45	35						
4.4.	Прыжки на скакалке на двух ногах (за 1 мин)	см	не менее		не менее		не менее		не менее	
			35	30						

5. Уровень спортивной квалификации

Для спортивной дисциплины «одиночное катание»

5.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	Спортивные разряды - «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд», «третий спортивный разряд»
5.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)	Спортивные разряды - «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»

Для спортивной дисциплины «танцы на льду»

5.3.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (первый год)	Не устанавливается
------	---	--------------------

5.4	Период обучения на этапе спортивной подготовки (второй и третий год)	Спортивный разряд - «третий спортивный разряд»
5.5	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)	Спортивный разряд - «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»
Для спортивных дисциплин «синхронное катание» «парное катание»		
5.3	Период обучения на этапе спортивной подготовки (первый год)	Не устанавливается
5.4	Период обучения на этапе спортивной подготовки (второй и третий год)	Спортивный разряд - «второй спортивный разряд»,
5.5	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)	Спортивный разряд - «первый спортивный разряд»

Нормативы технико-тактическое мастерство
для зачисления и перевода в группы первого года обучения на тренировочном этапе
(этап спортивной специализации) Одиночное катание.

№	Контрольные упражнения	Балл	Технико-тактическое мастерство
1	Спирали	4	Ласточка (нога выше головы), соблюдение геометрии, набор скорости, сложные кораблики, скольжение в позах не мене 10 секунд
		3	Резервный разбег, уверенное начало и исполнение элементов, но потеря хода
		2	Неуверенный разбег, неуверенное исполнение, падение
2	Прыжки, каскады прыжков	4	Легкий отрыв, высота, мягкое приземление с набором скорости на выезде
		3	Недокрут, приземление на 1 ногу
		2	Приземление на 2 ноги, недкрут, 0,5 оборотов
3	Вращения, кол-во оборотв	4	10
		3	8
		2	6
4	Прыжки в 1об.: флип, питтерберг, лутц. Аксель в 1,5 об., сальхов в 2 об., тулуп в 2 об. Каскад или связка из них	4	Хорошая скорость, высота, легкость отрыва, длинный пролет, выезд с набором скорости
		3	Скорость, легкость отрыва, средняя высота, короткий выезд на одну ногу. Для прыжков в 1,5 и 2 об.: недокрут ¼ об.
		2	Малая скорость, низкий прыжок. На выезде: падение, две ноги, недокрут. Для прыжков в 1,5 и 2 об.: приземление на две ноги, падение, недокрут в 0,5 об.

Нормативы технико-тактическое мастерство
для зачисления и перевода в группы второго года обучения на тренировочном этапе
(этап спортивной специализации). Одиночное катание

№	Контрольные упражнения	Балл	Технико-тактическое мастерство
1	Спирали	4	Ласточка (нога выше головы), соблюдение геометрии, набор скорости, сложные кораблики, скольжение в позах не мене 10 секунд
		3	Резервный разбег, уверенное начало и исполнение элементов, но потеря хода
		2	Неуверенный разбег, неуверенное исполнение, падение
2	Прыжки, каскады прыжков	4	Легкий отрыв, высота, мягкое приземление с набором скорости на выезде
		3	Недокрут, приземление на 1 ногу
		2	Приземление на 2 ноги, недкрут, 0,5 оборотов
3	Вращения, кол-во оборотв	4	10
		3	8
		2	6
4	Прыжки в 1об.: флип, питтерберг, лутц. Аксель в 1,5 об., сальхов в 2 об., тулуп в 2 об. Каскад или связка из них	4	Хорошая скорость, высота, легкость отрыва, длинный пролет, выезд с набором скорости
		3	Скорость, легкость отрыва, средняя высота, короткий выезд на одну ногу. Для прыжков в 1,5 и об.: недокрут ¼ об.
		2	Малая скорость, низкий прыжок. На выезде: падение, две ноги, недокрут. Для прыжков в 1,5 и 2 об.: приземление на две ноги, падение, недокрут в 0,5 об.

Нормативы технико-тактическое мастерство
для зачисления и перевода в группы третьего года обучения на тренировочном этапе
(этап спортивной специализации) Одиночное катание

№	Контрольные упражнения	Балл	Технико-тактическое мастерство
1	Аксель	3	Элемент выполнения с усложнениями
		2	Легкий отрыв, высота, мягкое приземление
		1	Приземление на 1 ногу
2	Прыжок в 2 оборота	3	Легкий отрыв, высота, мягкое приземление с набором скорости на выезде
		2	Недокрут, приземление на 1 ногу
		1	Приземление на 2 ноги, недокрут, 0,5 оборотов
3	Каскад из двух прыжков в 2 оборота.	3	Легкий отрыв, высота, мягкое приземление с набором скорости на выезде
		2	Приземление на 1 ногу
		1	Приземление на 2 ноги
4	Вращения, кол-во оборотов	3	15
		2	10
		1	8
5	Хореографическая спираль	3	Соблюдение реберности дуг Въезда и выезда. Качественное исполнение поворотов.
		2	Спотыкание
		1	Некачественное исполнение шагов и поворотов

Нормативы технико-тактическое мастерство
для зачисления и перевода в группы четвертого года обучения на тренировочном этапе
(этап спортивной специализации) Одиночное катание.

№	Контрольные упражнения	Балл	Технико-тактическое мастерство
1	Дорожка из сложных поворотов >5	3	Соблюдение реберности дуг въезда и выезда. Качественное исполнение поворотов.
		2	Небольшие погрешности
		1	Спотыкание
2	4 прыжка в 2 об.	3	Элемент выполнен с усложнениями
		2	Легкий отрыв, высота, мягкое приземление с набором скорости на выезде
		1	Недокрут 0,25 об приземление на две ноги
3	Каскад из 2х двойных прыжков	3	Элемент выполнен с усложнениями
		2	Легкий отрыв, высота, мягкое приземление с набором скорости на выезде
		1	Недокрут 0,25 об приземление на две ноги
4	3 прыжка в два оборота	3	Элемент выполнен с усложнениями
		2	Легкий отрыв, высота, мягкое приземление с набором скорости на выезде
		1	Недокрут 0,25 об приземление на две ноги

Приложение №1
к изменениям, вносимым в Положение
о форме, периодичности порядке
текущего контроля успеваемости
и промежуточной аттестации
обучающихся в МБУ ДО
«СШ «Ледовый дворец спорта»
утвержденное приказом № 7 от 28.05.2024 г.,
утвержденное приказом № 2 от 03.03.2026 г.

Нормативы технико-тактическое мастерство
для зачисления и перевода в группы пятого года обучения на тренировочном этапе
(этап спортивной специализации) Одиночное катание

№	Контрольные упражнения	Балл	Технико-тактическое мастерство
1	5 прыжка в 2 об.	3	Элемент выполнен с осложнениями
		2	Легкий отрыв, высота, мягкое приземление с набором скорости на выезде
		1	Недокрут 0,25 об приземление на две ноги
2	Каскад из 2х двойных прыжков	3	Элемент выполнен с осложнениями
		2	Легкий отрыв, высота, мягкое приземление с набором скорости на выезде
		1	Недокрут 0,25 об приземление на две ноги
3	2 аксель	3	Элемент выполнен с осложнениями
		2	Легкий отрыв, высота, мягкое приземление с набором скорости на выезде
		1	Недокрут 0,25 об приземление на две ноги
4	Каскад с 2 акселем	3	Элемент выполнен с осложнениями
		2	Легкий отрыв, высота, мягкое приземление с набором скорости на выезде
		1	Недокрут 0,25 об приземление на две ноги

**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
«фигурное катание на коньках»**

№	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения	
			мальчики	девочки
1.	Нормативы общей физической подготовки			
1.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			9,4	9,9
1.2.	Бег на 1500 м мин,	мин,с	не более	
			6,4	7,03
1.3.	Челночный бег 3x10 м	мин, с.	не более	
			7,7	8,0
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+9	+13
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			183	167
1.6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			47	41
1.7.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			8	-
1.8.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			-	18
2.	Нормативы специальной физической подготовки			
2.1.	Прыжки на скакалке на двух ногах с двумя оборотами скакалки (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			30	
2.2.	Прыжки на скакалке на одной ноге (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			85	
2.3.	Прыжок в высоту с места	см	не менее	
			45	38
2.4.	Удержание равновесия на одной ноге	с	не менее	
			2,5	2,4
3.Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Спортивный разряд «кандидат мастера спорта»			

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и
уровень спортивной квалификации (спортивные звания) для зачисления и
перевода на этап высшего спортивного мастерства по виду спорта
«фигурное катание на коньках»**

№	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения	
			мальчики	девочки
1.	Нормативы общей физической подготовки для спортивных дисциплин «одиночное катание», «танцы на льду»			
1.1	Бег на 60 м	с	не более	
			8.1	9.5
1.2.	Бег на 2000 м мин,	мин,с	не более	
			8.0	9.55
1.3	Челночный бег 3x10 м	мин, с.	не более	
			7,1	7,9
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+11	+15
1.5	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			218	183
1.6	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			50	44
1.7.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			13	-
1.8.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			-	19
2. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины «синхронное катание»				
2.1	Бег на 60 м	с	не более	
			7.9	9.2
2.2	Челночный бег 3x10 м	мин, с.	не более	
			7,1	7.9
2.3	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+13	+16
2.4	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			235	188
2.5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			51	45
3.Нормативы специальной физической подготовки				
3.1.	Вращение (5оборотов)	с	не более	
			2.77	2.55

3.2.	Многоскоки (20 м)	с	не более	
			4.7	
3.3.	Бег на 400 м	с	не более	
			81.3	84.5
2.4.	Удержание равновесия на одной ноге	с	не менее	
			2,5	2,4
4.Уровень спортивной квалификации				
4.1.	Спортивное звание « Мастер спорта России»			

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

№	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив 2-го года обучения		Норматив 3-го года обучения	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки								
1.1.	Бег на 20 м (с высокого старта)	с	не более		не более		не более	
			4,5	5,3	4,3	5,2		
1.2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
			122	117	126	127	128	135
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.	количество раз	не менее		не менее		не менее	
			15	10	17	12	18	14
2. Нормативы специальной физической подготовки								
2.1.	Бег на коньках 20 м	с	не более		не более		не более	
			4,8	5,5	4,6	5,3	4,4	5,2
2.2.	Бег на коньках челночный 6х9	с	не более		не более		не более	
			17,0	18,5	16,7	18,2		
2.3.	Бег на коньках спиной вперед 20 м	с	не более		не более		не более	
			6,8	7,4	6,5	7,1	6,4	7,0
2.4.	Бег на коньках слаломный без шайбы	с	не более		не более		не более	
			13,5	14,5	13,2	14,3	13,1	14,1
2.5.	Бег на коньках слаломный с ведением шайбы	с	не более		не более		не более	
			15,5	17,5	15,3	17,3	15,1	17,1

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 «хоккей»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив УТГ 1		Норматив УТГ 2		Норматив УТГ 3		Норматив УТГ 4		Норматив УТГ 5	
			юн.	дев.								
1. Нормативы общей физической подготовки												
1.1.	Бег 30 м	с	не более									
			5,5	5.8	5,4	5.7	5,3	5.6	5,2	5.5	5,1	5.4
1.2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее									
			160	145	162	147	164	148	165	149	166	150
1.3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине.	количество раз	не менее									
			5	-	6	-	7	-	8	-	9	-
1.4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее									
			-	12	-	13	-	14	-	15	-	16
1.5.	Бег на 1000 м	мин, с	не более									
			5.41	6.12	5.40	6.11	5.39	6.10	5.38	6.9	5.37	6.8
2. Нормативы специальной физической подготовки												
2.1.	Бег на коньках 30 м	с	не более									
			5.8	6,4	5,7	6,3	5,6	6,2	5,5	6,1	5,4	6,0
2.2.	Бег на коньках челночный 6x9 м	с	не более									
			16,5	17,5	16,4	17,4	16,3	17,3	16,2	17,2	16,1	17,1
2.3.	Бег на коньках спиной вперед 30 м	с	не более									
			7,3	7,9	7,2	7,8	7,1	7,7	7,0	7,6	6,9	7,5
2.4.	Бег на коньках слаломный без шайбы	с	не более									
			12,5	13.0	12,4	12,9	12,3	12,8	12,2	12,7	12,1	12,6
2.5.	Бег на коньках слаломный с ведением шайбы	с	не более									
			14,5	15.0	14,4	14,9	14,3	14,8	14,2	14,7	14,1	14,6
2.6.	Бег на коньках челночный в стойке вратаря	с	не более									
			42	45	42	45	41	44	40	43	39	42

2.7.	Бег на коньках по малой восьмерке лицом и спиной вперед в стойке вратаря	с	не более									
			43	47	43	47	42	46	41	45	40	44

3. Уровень спортивной квалификации (спортивные разряды)

Период обучения на этапе спортивной подготовки	Уровень спортивной квалификации
до двух лет	не устанавливается
свыше двух лет	спортивные разряды «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд», «третий спортивный разряд»