

**Об утверждении федерального стандарта
спортивной подготовки по виду спорта «художественная гимнастика»**

В соответствии с частью 1 статьи 34 Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (Собрание законодательства Российской Федерации, 2007, № 50, ст. 6242; 2011, № 50, ст. 7354; 2012, № 53 (ч. 1), ст. 7582) и подпунктом 4.2.27 Положения о Министерстве спорта Российской Федерации, утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации от 19.06.2012 № 607 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, № 26, ст. 3525; 2013, № 30 (ч. 2), ст. 4112, № 45, ст. 5822; 2015, № 2, ст. 491, № 18, ст. 2711; 2016, № 28, ст. 4741), п р и к а з ы в а ю:

1. Утвердить прилагаемый федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «художественная гимнастика».

2. Признать утратившим силу приказ Минспорта России от 05.02.2013 № 40 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта художественная гимнастика» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 05.09.2013, регистрационный № 29884).

3. Контроль за исполнением настоящего приказа возложить на заместителя Министра спорта Российской Федерации С.В. Косилова.

Министр

О.В.Матыцин

УТВЕРЖДЕН
приказом Минспорта России
от «__» _____ 20.... г. № _____

**Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта
«художественная гимнастика»**

Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «художественная гимнастика» (далее – ФССП) разработан на основании части 1 статьи 34 Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (далее – Федеральный закон) (Собрание законодательства Российской Федерации, 2007, № 50, ст. 6242; 2011, № 50, ст. 7354; 2012, № 53 (ч. 1), ст. 7582) и подпункта 4.2.27 Положения о Министерстве спорта Российской Федерации, утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации от 19.06.2012 № 607 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, № 26, ст. 3525; 2013, № 30 (ч. 2), ст. 4112, № 45, ст. 5822; 2015, № 2, ст. 491, № 18, ст. 2711; 2016, № 28, ст. 4741), и определяет условия и минимальные требования к спортивной подготовке в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с Федеральным законом.

**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 «художественная гимнастика» (далее – Программа) должна иметь следующую структуру и содержание:

- титульный лист;
- пояснительную записку;
- нормативную часть;
- методическую часть;
- систему контроля и зачетные требования;
- перечень информационного обеспечения;
- план физкультурно-спортивных мероприятий.

1.1. На «Титульном листе» Программы указывается:

- наименование вида спорта;
- наименование организации, осуществляющей спортивную подготовку;
- название Программы;
- реквизиты и наименование нормативного правового акта, которым утверждается ФССП;
- срок реализации Программы;
- год составления Программы.

1.2. В «Пояснительной записке» Программы дается характеристика вида спорта, его отличительные особенности и специфика организации тренировочного

процесса, излагается структура системы многолетней подготовки (этапы, уровни, дисциплины).

1.3. «Нормативная часть» Программы должна содержать:

- продолжительность этапов спортивной подготовки, возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки и количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта «художественная гимнастика» (приложение № 1 к настоящему ФССП);
- соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта «художественная гимнастика» (приложение № 2 к настоящему ФССП);
- планируемые показатели и объемы соревновательной деятельности по виду спорта «художественная гимнастика» (приложение № 3 к настоящему ФССП);
- режимы тренировочной работы;
- медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим спортивную подготовку;
- предельные тренировочные нагрузки;
- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию;
- объем индивидуальной спортивной подготовки;
- структуру годичного цикла (название и продолжительность периодов, этапов, мезоциклов).

1.4. «Методическая часть» Программы должна содержать:

- рекомендации по проведению тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и спортивных соревнований;
- рекомендуемые объемы тренировочных и соревновательных нагрузок;
- рекомендации по планированию спортивных результатов;
- требования к организации и проведению врачебно-педагогического, психологического и биохимического контроля;
- рекомендуемые планы проведения тренировочных занятий по каждому этапу спортивной подготовки;
- рекомендации по организации психологической подготовки;
- планы применения восстановительных средств;
- планы антидопинговых мероприятий;
- планы инструкторской и судейской практики.

1.5. «Система контроля и зачетные требования» Программы должна включать:

- конкретизацию критериев подготовленности лиц, проходящих спортивную подготовку на каждом этапе спортивной подготовки, с учетом возраста и влияния физических качеств и телосложения на результативность по виду спорта «художественная гимнастика» (приложение № 4 к настоящему ФССП);
- требования к результатам реализации Программы на каждом этапе спортивной подготовки, выполнение которых дает основание для перевода лица, проходящего спортивную подготовку на следующий этап спортивной подготовки;
- виды контроля общей физической и специальной физической, технической и тактической подготовленности, комплекс контрольных испытаний и контрольно-переводные нормативы по годам и этапам спортивной подготовки, сроки проведения контроля;

- комплексы контрольных упражнений для оценки общей физической, специальной физической, технической, в том числе предметной, и тактической подготовленности лиц, проходящих спортивную подготовку, методические указания по организации тестирования, методам и организации медико-биологического обследования.

1.6. «Перечень информационного обеспечения» Программы должен включать: список литературных источников, перечень аудиовизуальных средств, перечень Интернет-ресурсов, необходимых для использования в работе лицами, осуществляющими спортивную подготовку, и при прохождении спортивной подготовки лицами, проходящими спортивную подготовку.

1.7. «План физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий» межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий формируется организацией, осуществляющей спортивную подготовку, на основе Единого календарного плана Министерства спорта Российской Федерации, органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации, муниципальных образований и календарных планов спортивных мероприятий физкультурно-спортивных организаций, обществ.

II. Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы с учетом возраста, пола лиц, проходящих спортивную подготовку, особенностей вида спорта «художественная гимнастика» (спортивных дисциплин)

2. Нормативы по видам спортивной подготовки и их соотношение на этапах спортивной подготовки в группах, занимающихся видом спорта «художественная гимнастика», с учетом спортивных дисциплин «индивидуальная программа» и программа «групповое упражнение», включают в себя:

2.1. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки, иные спортивные нормативы для зачисления в группы на этапе начальной подготовки (приложение № 5 к настоящему ФССП).

2.2. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки, иные спортивные нормативы для зачисления в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) (приложение № 6 к настоящему ФССП).

2.3. Нормативы общей физической, специальной физической подготовки, иные спортивные нормативы для зачисления в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства (приложение № 7 к настоящему ФССП).

2.4. Нормативы общей физической, специальной физической подготовки, иные спортивные нормативы для зачисления в группы на этапе высшего спортивного мастерства (приложение № 8 к настоящему ФССП).

III. Требования к участию лиц, проходящих спортивную подготовку, и лиц, ее осуществляющих, в спортивных соревнованиях, предусмотренных в соответствии с реализуемой программой спортивной подготовки

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

- соответствие возраста и пола положению (регламенту) об официальных спортивных соревнованиях и правилам вида спорта «художественная гимнастика»;
- соответствие уровня спортивной квалификации положению (регламенту) об официальных спортивных соревнованиях согласно Единой всероссийской спортивной классификации и правилам вида спорта «художественная гимнастика»;
- выполнение плана спортивной подготовки;
- прохождение предварительного соревновательного отбора;
- наличие соответствующего медицинского заключения о допуске к участию в спортивных соревнованиях;
- соблюдение общероссийских антидопинговых правил и антидопинговых правил, утвержденных международными антидопинговыми организациями.

4. Лица, проходящие спортивную подготовку, и лица, ее осуществляющие, направляются организацией, реализующей спортивную подготовку, на спортивные соревнования в соответствии с содержащимся в Программе планом физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий и положениями (регламентами) о спортивных соревнованиях и спортивных мероприятиях.

IV. Требования к результатам реализации программ спортивной подготовки на каждом из этапов спортивной подготовки

5. Результатом реализации Программы является:

5.1. На этапе начальной подготовки:

- формирование устойчивого интереса к занятиям спортом;
- формирование широкого круга двигательных умений и навыков;
- освоение основ техники по виду спорта «художественная гимнастика»;
- приобретение опыта выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта «художественная гимнастика» и выполнение юношеского спортивного разряда.

- всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- укрепление здоровья;
- отбор перспективных юных спортсменов для дальнейшей спортивной подготовки.

5.2. На тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):

- повышение уровня общей физической и специальной физической, технической, тактической, теоретической, психологической подготовленности;
- приобретение опыта, достижение стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта «художественная гимнастика», выполнение взрослых спортивных разрядов, а по окончании пятого года тренировочного этапа выполнение норматива соответствующего уровню кандидата в мастера спорта.

- формирование спортивной мотивации;
- укрепление здоровья.

5.3. На этапе совершенствования спортивного мастерства:

- повышение функциональных возможностей организма;

- совершенствование общих и специальных физических качеств, технической, тактической и психологической подготовленности;

- стабильность демонстрации высоких спортивных результатов на официальных межрегиональных, всероссийских спортивных соревнованиях и выполнение спортивного звания «Мастер спорта России»;

- поддержание высокого уровня спортивной мотивации;

- сохранение здоровья.

5.4. На этапе высшего спортивного мастерства:

- достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации;

- повышение стабильности демонстрации высоких спортивных результатов на официальных всероссийских и международных спортивных соревнованиях.

6. Максимальный возраст лиц, проходящих спортивную подготовку по Программе на этапе высшего спортивного мастерства, не ограничивается.

7. Образовательные организации, реализующие образовательные программы в области физической культуры и спорта для наиболее перспективных выпускников могут предоставить возможность продления спортивной подготовки на своей базе сроком до четырех лет (до 10% от количества лиц, проходящих спортивную подготовку).

8. Лицам, успешно освоившим программы спортивной подготовки, выдается документ об ее окончании (справка), образец которого устанавливается спортивной организацией, осуществляющей спортивную подготовку.

По завершению спортивной подготовки на каждом из этапов (начальном, тренировочном,) спортсменке, не выполнившей нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы ФССП для перевода на следующий этап, спортивной организацией может выдаваться документ (справка) о прохождении и окончании спортивной подготовки.

V. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам по виду спорта «художественная гимнастика»

7. Особенности осуществления спортивной подготовки по групповым и индивидуальным спортивным дисциплинам вида спорта «художественная гимнастика» определяются в Программе и учитываются при:

- формировании групп спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки, начиная с тренировочного этапа (этапа спортивной специализации);

- составлении индивидуальных планов спортивной подготовки;

- составлении плана физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий.

8. Тренировочный процесс в организации, осуществляющей спортивную подготовку, ведется в соответствии с годовым тренировочным планом, рассчитанным на 52 недели и не должен превышать нормативы объема тренировочной нагрузки (приложение № 9 к настоящему ФССП).

9. Основными формами осуществления спортивной подготовки являются:

- групповые и индивидуальные тренировочные и теоретические занятия;

- работа по индивидуальным планам;

- тренировочные сборы;

- участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях;
- инструкторская и судейская практика;
- медико-восстановительные мероприятия;
- тестирование и контроль.

10. Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки осуществляется на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства. На этапах начальной подготовки и тренировочном этапе в каникулярный период работа по реализации программы спортивной подготовки проводится спортсменом по заданию тренера.

11. Для проведения занятий на всех этапах спортивной подготовки, кроме основного тренера (тренера-преподавателя) допускается привлечение дополнительно второго тренера (тренер-преподаватель) по общефизической и специальной физической подготовке при условии их одновременной работы с лицами, проходящими спортивную подготовку.

Кроме второго тренера к работе со спортсменками могут привлекаться и другие специалисты (например: хореографы, аккомпаниаторы, звукорежиссеры).

12. Для обеспечения круглогодичности спортивной подготовки, подготовки к спортивным соревнованиям лиц, проходящих спортивную подготовку, организуются тренировочные сборы, являющиеся составной частью (продолжением) тренировочного процесса в соответствии с перечнем тренировочных сборов (приложение № 10 к настоящему ФССП).

13. Порядок формирования групп спортивной подготовки определяется организациями, осуществляющими спортивную подготовку, самостоятельно.

14. Для зачисления в группы спортивной подготовки необходим:

- на этапе совершенствования спортивного мастерства – спортивный уровень «кандидат в мастера спорта»;
- на этапе высшего спортивного мастерства – спортивное звание «мастер спорта России».

15. Лицам, проходящим спортивную подготовку, не выполнившим предъявляемые Программой требования, предоставляется возможность продолжить спортивную подготовку на том же этапе спортивной подготовки до трех лет.

16. Комплектование групп спортивной подготовки, а также планирование тренировочных занятий (по объему и интенсивности тренировочных нагрузок разной направленности) осуществляются в соответствии с гендерными и возрастными особенностями развития.

17. В зависимости от условий и организации занятий, а также условий проведения спортивных соревнований, спортивная подготовка осуществляется на основе обязательного соблюдения необходимых мер безопасности в целях сохранения здоровья лиц, проходящих спортивную подготовку.

VI. Требования к условиям реализации программ спортивной подготовки, в том числе кадрам, материально-технической базе и инфраструктуре организаций, осуществляющих спортивную подготовку, и иным условиям

18. Организации, осуществляющие спортивную подготовку, должны обеспечить соблюдение требований к условиям реализации Программ, в том числе

кадрам, материально-технической базе, инфраструктуре, и иным условиям, установленным настоящим ФССП.

19. Требования к кадрам организаций, осуществляющих спортивную подготовку:

19.1. Уровень квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку, должен соответствовать требованиям, определенным 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) (далее – ЕКСД), в том числе:

- на этапе начальной подготовки – наличие среднего профессионального образования или высшего профессионального образования без предъявления требований к стажу работы по специальности;

- на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – наличие среднего профессионального образования или высшего профессионального образования и стажа работы по специальности не менее одного года;

- на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства – наличие высшего профессионального образования и стажа работы по специальности не менее трех лет.

19.2. Лица, не имеющие специальной подготовки или стажа работы, установленных в разделе «Требования к квалификации» ЕКСД, но обладающие достаточным практическим опытом и выполняющие качественно и в полном объеме возложенные на них должностные обязанности, по рекомендации аттестационной комиссии назначаются на соответствующие должности так же, как и лица, имеющие специальную подготовку и стаж работы¹.

19.3. Количественный расчет кадровой потребности осуществляется на основе тарификации тренерского состава, планово-расчетных показателей количества лиц, осуществляющих спортивную подготовку, и режима эксплуатации спортивных сооружений, на которых осуществляется реализация Программы.

20. Требования к материально-технической базе и инфраструктуре организаций, осуществляющих спортивную подготовку, и иным условиям:

- наличие тренировочного спортивного зала;

- наличие хореографического зала;

- наличие тренажерного зала;

- наличие раздевалок, душевых;

- наличие медицинского пункта объекта спорта, оборудованного в соответствии с приказом Минздрава России от 01.03.2016 № 134н «О Порядке 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

¹пункт 6 ЕКСД.

обороне» (зарегистрирован Минюстом России 21.06.2016, регистрационный № 42578);

- обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки (приложение № 11 к настоящему ФССП);

- обеспечение спортивной экипировкой (приложение № 12 к настоящему ФССП);

- обеспечение проезда к месту проведения спортивных мероприятий и обратно;

- обеспечение питанием и проживанием в период проведения спортивных мероприятий;

- осуществление медицинского обеспечения лиц, проходящих спортивную подготовку, в том числе организацию систематического медицинского контроля.

Приложение № 1
к федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта
«художественная гимнастика»

**Длительность этапов спортивной подготовки,
возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки и количество
лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной
подготовки по виду спорта «художественная гимнастика»**

Этапы спортивной подготовки	Продолжительность этапов (в годах)	Возраст для зачисления в группы (лет)	Минимальная наполняемость групп (человек)
Этап начальной подготовки	2	6	12

Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	5	8	8
Этап совершенствования спортивного мастерства	Не ограничивается	13	3
Этап высшего спортивного мастерства	Не ограничивается	16	1

*Зачислению спортсменок на этап начальной подготовки предшествует спортивно-оздоровительный этап

Приложение № 2
к федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта
«художественная гимнастика»

Соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта «художественная гимнастика»

Виды спортивной подготовки	Этапы спортивной подготовки			
	Этап начальной подготовки	Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Этап совершенство- вания спортивного мастерства	Этап высшего спортивног о мастерства
Общая физическая подготовка (%)	70-82	16-24	8-13	8-13
Специальная физическая подготовка (%)		16-24	17-24	17-26

Техническая подготовка (%)	7-9	20-25	13-17	8-11
В том числе: хореографическая подготовка (%)	3-5	10-12	7-8	4-5
Психологическая подготовка (%)	1-2	4-6	4-6	4-6
Тактическая подготовка (%)	-	4-5	4-6	4-6
Теоретическая подготовка (%)	3-4	4-6	4-5	4-5
Инструкторская и судейская практика (%)	-	-	4-6	4-6
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-3	4-6	9-11	10-17
Спортивные соревнования (кол-во)	3-4	6-8	8-10	8-11

Приложение № 3
к федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта
«художественная гимнастика»

**Планируемые показатели и Объемы соревновательной деятельности
по виду спорта «художественная гимнастика»**

Виды спортивных соревнований	Этапы и периоды спортивной подготовки, количество соревнований					
	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		
Тренировочные	1	1	1	2	2	2
Контрольные	1	1	2	2	2	2
Основные	1	2	3	4	6	7
Всего соревнований за год	3	4	6	8	10	11

**Влияние физических качеств и телосложения на результативность
по виду спорта «художественная гимнастика»**

Физические качества и телосложение	Уровень влияния
Скоростные способности	2
Мышечная сила	2
Вестибулярная устойчивость	3
Выносливость	2
Гибкость	3
Координационные способности	3
Телосложение	3

Условные обозначения:

3 – значительное влияние;

2 – среднее влияние;

1 – незначительное влияние.

Приложение № 5
к федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта
«художественная гимнастика»

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для
зачисления в группы на этапе начальной подготовки**

Развиваемые физические качества	Контрольные упражнения (тесты)	результат
Гибкость	И.П. – сед, ноги вместе Наклон вперед Фиксация положения 5 счетов	«5» – в наклоне кисти находятся за линией стоп, спина прямая, ноги выпрямлены; «4» – в наклоне кисти находятся на линии стоп, спина прямая, ноги выпрямлены; «3» – в наклоне кисти находятся на линии стоп, спина незначительно округлена, ноги выпрямлены
	«Мост» из положения «лежа» и «Мост» из положения «стоя»	«5» – кисти рук в упоре касаются пяток; «4» – расстояние от кистей рук до пяток 2-5 см; «3» – расстояние от кистей рук до пяток 6-8 см При выполнении из положения «стоя» к общей оценке добавляется 0,5 балла
	«Мост» в стойке на коленях с захватом за стопы и фиксацией положения	«5» – в захвате руки выпрямлены, ноги вместе; «4» – руки согнуты; «3» – руки согнуты, ноги врозь
	Шпагат с правой и левой ноги	«5» – сед с касанием пола правым и левым бедром без поворота таза; «4» – расстояние от пола до бедра 1-5 см; «3» – расстояние от пола до бедра 6-10 см
	Поперечный шпагат	«5» – сед, ноги по одной прямой; «4» – с небольшим поворотом бедер внутрь; «3» – расстояние от поперечной линии до паха 10 см

Координация	И.П. - равновесие «rasse», руки в стороны. Сохранение равновесие с закрытыми глазами. Выполнить на правой и левой ноге.	«5» –сохранение равновесия в течение 6 с; «4» – сохранение равновесия в течение 4-5 с; «3» –сохранение равновесия в течение 2-3 с.
	Вращения скакалки в боковой, лицевой и горизонтальной плоскости по 10 раз. Выполнять поочередно одной и другой рукой	«5» – сохранение правильной осанки, вращение выпрямленной рукой и точно в заданной плоскости, скакалка имеет натянутую форму; «4» – вращение выпрямленной рукой при незначительном отклонении от заданной плоскости, скакалка имеет натянутую форму; «3» – вращение полусогнутой рукой со значительным отклонением от заданной плоскости, скакалка не натянута
Скоростно-силовые качества	10 прыжков на двух ногах через скакалку с вращением ее вперед	«5» – туловище и ноги выпрямлены, плечи опущены; «4» – в прыжке туловище и ноги выпрямлены, плечи приподняты; «3» – в прыжке ноги полусогнуты, спина сутулая
Сила	Сед «углом», руки в стороны в течение 10 с	«5» – угол между ногами и туловищем 90°, туловище прямое; «4» – угол между ногами и туловищем 90°, сутулая спина; «3» – угол между ногами и туловищем более 90°, сутулая спина, ноги незначительно согнуты

Приложение № 6
к федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта
«художественная гимнастика»

Нормативы общей физической, специальной физической подготовки, иные спортивные нормативы для зачисления в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)

Развиваемые физические качества	Норматив	Оценка
Гибкость	Шпагат с правой и левой ноги с опоры высотой 30 см с наклоном назад и захватом за голень	«5» – сед с касанием пола правым и левым бедром без поворота таза и захват двумя руками; «4» – расстояние от пола до бедра 1-5 см; «3» –расстояние от пола до бедра 6-10 см; «2» – захват только одной рукой; «1» – без наклона назад
	Поперечный шпагат	«5» – сед, ноги точно в стороны; «4» – с небольшим поворотом бедер внутрь; «3» –расстояние от поперечной линии до паха 10 см; «2» – расстояние от поперечной линии до паха 10-15см; «1» – расстояние от поперечной линии до паха 10-15 см с поворотом бедер внутрь
	«Мост» из положения стоя	«5» –«мост» с захватом за голени с касанием головой бедер; «4» – «мост» с захватом за голени; «3» – «мост», кисти рук в упоре у пяток; «2» –расстояние от кистей рук до пяток 2-6 см; «1» – расстояние от кистей рук до пяток 7-12 см

Сила	Из положения «лежа на спине, ноги вперед», поднимая туловище, разведение ног в шпагат за 10 с	Оцениваются амплитуда и темп выполнения при обязательном поднимании туловища до вертикали. «5» – 9 раз; «4» – 8 раз; «3» – 7 раз; «2» – 6 раз; «1» – 5 раз
	Из положения «лежа на животе», руки вверху - 10 наклонов назад	«5» – руки и грудной отдел позвоночника параллельно полу; «4» – руки и грудной отдел позвоночника дальше вертикали; «3» – руки и грудной отдел позвоночника вертикально; «2» – руки и грудной отдел позвоночника немного не доходят до вертикали; «1» – руки и грудной отдел позвоночника немного не доходят до вертикали, ноги незначительно разведены
Скоростно-силовые способности	Прыжки на двух ногах через скакалку с двойным вращением вперед за 10 с	«5» – 16 раз; «4» – 15 раз; «3» – 14 раз с дополнительными 1-2 прыжками с одним вращением; «2» – 13 раз с дополнительными 3-4 прыжками с одним вращением; «1» – 12 раз с 6 и более с дополнительными прыжками с одним вращением
Координационные способности: статическое равновесие	Из стойки на носках, руки в стороны, махом правой назад равновесие на одной ноге, другая в захват разноименной рукой «в кольцо». Тоже упражнение с другой ноги	«5» – сохранение равновесия 5 с; «4» – сохранение равновесия 4 с; «3» – сохранение равновесия 3 с; «2» – сохранение равновесия 2 с; «1» – сохранение равновесия 1 с

	<p>В стойке на носках 4 переката мяча по рукам и груди из правой в левую руку и обратно</p>	<p>«5» – мяч в перекате последовательно касается рук и груди, гимнастка сохраняет стойку на носках; «4» – перекат с незначительными вспомогательными движениями телом, приводящими к опусканию на всю стопу; «3» – перекат с подскоком во второй половине движения и перемещением гимнастки в сторону переката; «2» – завершение переката на плече противоположной руки и вспомогательное движение туловищем с потерей равновесия; «1» – завершение переката на груди</p>
<p>Координационные способности: «моторика рук с предметом»</p>	<p>И.П. – стойка на носках в круге диаметром 1 метр. Обруч в лицевой плоскости в правой руке. После двух вращений бросок правой рукой вверх, ловля левой во вращение. Тоже другой рукой.</p>	<p>«5» – 6 бросков, точное положение звеньев тела, вращение обруча точно в плоскости, ловля без потери темпа и схождения с места; «4» – 4 броска, незначительные отклонения от плоскости вращения и перемещения, не выходя за границу круга; «3» – 4 броска с отклонениями в плоскости вращения и потерей темпа, нарушения в положении звеньев тела, перемещения не выходя за границу круга; «2» - 2 броска с изменением плоскости вращения, ловлей обруча в остановку и перемещением, не выходя за границу круга; «1» – 2 броска с изменением плоскости вращения, ловлей обруча в остановку и перемещением, выходя за границу круга</p>
<p>Техническое мастерство</p>	<p>Обязательная техническая программа</p>	

Сокращение, содержащееся в таблице: «И.П.» – исходное положение.

Средний балл – 5,0 – 4,5 - высокий уровень специальной физической подготовки
4,4 – 4,0 - выше среднего

3,9 – 3,5 - средний уровень специальной физической подготовки
3,4 – 3,0 - ниже среднего
2,9 и ниже - низкий уровень специальной физической подготовки

Приложение № 7
к федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта
«художественная гимнастика»

Нормативы общей физической, специальной физической подготовки, иные спортивные нормативы для зачисления в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства

Качество	Норматив	Оценка
Гибкость: подвижность тазобедренных суставов	Шпагат с правой и левой ноги с опоры высотой 40 см с наклоном назад и захватом за голень	«5» – сед с касанием пола правым и левым бедром без поворота таза и захват двумя руками; «4» – расстояние от пола до бедра 1-5 см; «3»-расстояние от пола до бедра 6-10 см; «2» – захват только одной рукой; «1» – наклон без захвата
	Поперечный шпагат	«5»– сед, ноги точно в стороны; «4»– с небольшим поворотом бедер внутрь; «3»–расстояние от поперечной линии до паха 10 см; «2» – расстояние от поперечной линии до паха 10-15см; «1» – расстояние от поперечной линии до паха 10-15 см с поворотом бедер внутрь

<p>Гибкость: комплексное проявление</p>	<p>Наклоны назад в стойке на носке одной ноги, другую вперёд на 170-180°, боком к опоре за 5 с (правой/левой)</p>	<p>«5»- касание кистью пятки разноименной ноги, с полным разгибанием туловища в исходное положение, без остановок, ноги максимально напряжены; «4»- касание кистью пятки разноименной ноги, с полным разгибанием туловища в исходное положение, с небольшим снижением темпа при разгибании; ноги максимально напряжены; «3» – касание кистью пятки разноименной ноги, с полным разгибанием туловища в исходное положение с рывковыми движениями; опорная нога незначительно сгибается при наклоне; «2»- касание кистью пятки разноименной ноги, неполное разгибанием туловища в исходное положение, с рывковыми движениями; опорная нога сгибаются при наклоне, маховая опускается ниже 170 °. «1»- отсутствие касания кистью пятки разноименной ноги, неполное разгибанием туловища в исходное положение; опорная нога сгибаются при наклоне, маховая опускается ниже 170 °.</p>
<p>Силовые способности: сила мышц брюшного пресса</p>	<p>Из положения «лежа на спине», ноги вперед, сед углом с разведением ног в шпагат за 15 с</p>	<p>Оцениваются амплитуда и темп выполнения при обязательном поднимании туловища до вертикали. «5» – 14 раз; «4» – 13 раз; «3» – 12 раз; «2» – 11 раз; «1» – 10 раз</p>

Силловые способности: сила мышц спины	Из положения «лежа на животе, руки вверху» - 10 наклонов назад за 10 с	«5» – до касания руками ног, стопы вместе; «4» – руки и грудной отдел позвоночника параллельно полу, небольшое рывковое движение руками в конце движения; «3» – руки и грудной отдел позвоночника дальше вертикали, темп выполнения постепенно снижается; «2» – руки и грудной отдел позвоночника вертикально, ноги слегка разводятся; «1» – руки и грудной отдел позвоночника немного не доходят до вертикали
Скоростно-силловые способности	Прыжки на двух ногах через скакалку с двойным вращением вперед за 20 с	«5» – 36-37 раз; «4» – 35 раз; «3» – 34 раза; «2» – 33 раза; «1» – 32 раза
Координационные способности: статическое равновесие	Из стойки на носках, руки в стороны, махом правой назад равновесие на одной ноге, другая в захват разноименной рукой «в кольцо». Тоже упражнение с другой ноги	«5»-сохранение равновесия 8 с; «4»-сохранение равновесия 7 с; «3»-сохранение равновесия 6 с; «2»- сохранение равновесия 5 с; «1»- сохранение равновесия 4с
	Боковое равновесие на носке одной другая в сторону-вверх, руки в стороны. Удержание 5 с. Выполнение с обеих ног.	«5»-амплитуда более 180°, линия плеч горизонтально, грудной отдел позвоночника вертикально; «4»-амплитуда близко к 180°, линия плеч незначительно отклонена от горизонтали; «3»-амплитуда 175°-160°, грудной отдел отклонен от вертикали; «2»-амплитуда 160°-145°, туловище наклонено в сторону; «1»-амплитуда 145°.

	<p>Равновесие в стойке на носке одной другая вперед-вверх, руки в стороны. Удержание 5 с. Выполнение с обеих ног</p>	<p>«5»–амплитуда 180° и более, туловище близко к вертикали; «4»–амплитуда близко к180°, туловище незначительно отклонено назад; «3»– амплитуда 160°-145°; «2»–амплитуда 135°, на низких полупальцах; «1»– амплитуда135°, на низких полупальцах, туловище отклонено назад.</p>
<p>Координационные способности «динамическое равновесие»</p>	<p>Переворот вперед с правой и левой ноги</p>	<p>«5»–демонстрация шпагата в трех фазах движения, фиксация наклона назад; «4»–недостаточная амплитуда в одной из фаз движения; «3»–отсутствие фиксации положения в заключительной фазе движения; «2»– недостаточная амплитуда в начале движения и отсутствие фиксации положения в заключительной фазе движения; «1»–амплитуда всего движения менее 135°</p>
	<p>В стойке на носках 4 переката мяча по рукам и спине из правой в левую руку и обратно</p>	<p>«5»–перекат без подскоков, последовательно касается рук и спины; «4»–вспомогательные движения руками или телом, без потери равновесия; «3»–перекат с подскоком во второй половине движения, потеря равновесия на носках; «2»–завершение переката на плече противоположной руки; «1»–завершение переката на спине</p>

<p>Координационные способности: «моторика рук с предметом»</p>	<p>В стойке на носках в круге диаметром 1 метр, жонглирование булавами правой рукой. Тоже упражнение другой рукой.</p>	<p>«5»– 6 бросков на высоких полупальцах, точное положение звеньев тела; «4»–5 бросков на высоких полупальцах с незначительными отклонениями туловища от вертикали; «3»–5 бросков на низких полупальцах с отклонением туловища от вертикали и переступаниями в границах круга; «2»–4 броска на низких полупальцах с отклонением туловища от вертикали и переступаниями в границах круга; «1»– 4 броска на низких полупальцах с отклонением туловища от вертикали и выходом за границы круга</p>
<p>Техническое мастерство</p>	<p>Обязательная техническая программа – многоборье согласно правилам соревнований. Учитывается занятое место в официальных соревнованиях, включенных в календарь спортивных мероприятий органа исполнительной власти:</p> <ul style="list-style-type: none"> -чемпионат РФ, -первенство РФ, -чемпионат ФО, -первенство ФО, -всероссийского уровня, -межрегионального уровня, -регионального уровня, -межмуниципального уровня, -муниципального уровня. 	

Сокращение, содержащееся в таблице: «И.П.» – исходное положение.

Средний балл – 5,0 – 4,5 - высокий уровень специальной физической подготовки
 4,4 – 4,0 - выше среднего
 3,9 – 3,5 - средний уровень специальной физической подготовки
 3,4 – 3,0 - ниже среднего
 2,9 и ниже - низкий уровень специальной физической подготовки

Приложение № 8
к федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта
«художественная гимнастика»

Нормативы общей физической, специальной физической подготовки, иные спортивные нормативы для зачисления в группы на этапе высшего спортивного мастерства

Качество	Норматив	Оценка
<p style="text-align: center;">Гибкость: подвижность тазобедренных суставов</p>	<p style="text-align: center;">Поперечный шпагат</p>	<p>«5»– сед, ноги точно в стороны; «4»– с небольшим поворотом бедер внутрь; «3»–расстояние от поперечной линии до паха 10 см; «2» – расстояние от поперечной линии до паха 10-15см; «1» – расстояние от поперечной линии до паха 10-15 см с поворотом бедер внутрь</p>

<p>Гибкость: комплексное проявление</p>	<p>В стойке на носке одной ноги, другая вперёд на 170-180°, боком к опоре - 10 наклонов назад. Выполнение с обеих ног.</p>	<p>«5»- касание кистью пятки разноименной ноги, с полным разгибанием туловища в исходное положение, без остановок, ноги максимально напряжены; «4»- касание кистью пятки разноименной ноги, с полным разгибанием туловища в исходное положение, с небольшим снижением темпа при разгибании; ноги максимально напряжены; «3» – касание кистью пятки разноименной ноги, с полным разгибанием туловища в исходное положение с рывковыми движениями; опорная нога незначительно сгибается при наклоне; «2»- касание кистью пятки разноименной ноги, неполное разгибанием туловища в исходное положение, с рывковыми движениями; опорная нога сгибаются при наклоне, маховая опускается ниже 170°. «1»- отсутствие касания кистью пятки разноименной ноги, неполное разгибанием туловища в исходное положение; опорная нога сгибаются при наклоне, маховая опускается ниже 170°.</p>
<p>Силовые способности: сила мышц брюшного пресса</p>	<p>Из положения «лежа на спине», ноги вперед, сед углом с разведением ног в шпагат за 15 с</p>	<p>Оцениваются амплитуда и темп выполнения при обязательном поднимании туловища до вертикали. «5» – 15 раз; «4» – 14 раз; «3» – 13 раз; «2» – 12 раз; «1» – 10 раз</p>

<p>Силовые способности: сила мышц спины</p>	<p>Из положения «лежа на животе, руки вверх» -10 наклонов назад</p>	<p>«5» – до касания руками ног, стопы вместе; «4» – руки и грудной отдел позвоночника параллельно полу, небольшое рывковое движение руками в конце движения; «3» – руки и грудной отдел позвоночника дальше вертикали, темп выполнения постепенно снижается; «2» – руки и грудной отдел позвоночника вертикально, ноги слегка разводятся; «1» – руки и грудной отдел позвоночника немного не доходят до вертикали</p>
<p>Скоростно-силовые способности</p>	<p>Толчком двумя прыжки в «шпагат» поочередно правой и левой ногой. Количество раз за 15 с.</p>	<p>«5» – Выполняет в темпе чаще, чем 1 прыжок в секунду, с высоким толчком и мягким приземлением, амплитудой $\geq 180^\circ$. В полетной фазе осанка прямая, ноги выпрямлены; «4» – Выполняет в темпе не ниже, чем 1 прыжок в секунду, с высоким толчком и мягким приземлением, амплитудой $\geq 180^\circ$. В полетной фазе осанка прямая, ноги выпрямлены; «3» – 13-14 прыжков с высоким толчком и мягким приземлением, амплитудой не ниже 180°. В полетной фазе плечи приподняты, ноги выпрямлены; «2» – 11-12 прыжков с постепенным снижением высоты, темпа выполнения, амплитудой не ниже 180°. В полетной фазе плечи приподняты, ноги выпрямлены носки слегка расслаблены; «1» – 11-12 прыжков с постепенным снижением высоты, темпа выполнения и амплитуды. В полетной фазе плечи приподняты, ноги расслаблены.</p>

<p>Координационные способности: статическое равновесие</p>	<p>Из стойки на носках, руки в стороны, махом правой назад равновесие на одной ноге, другая в захват разноименной рукой «в кольцо». Тоже с другой ноги</p>	<p>«5»-сохранение равновесия 8 с; «4»-сохранение равновесия 7 с; «3»-сохранение равновесия 6 с; «2»- сохранение равновесия 5 с; «1»- сохранение равновесия 4с</p>
	<p>Боковое равновесие на носке одной другая в сторону-вверх, руки в стороны. Удержание 5 с. Выполнение с обеих ног.</p>	<p>«5»-амплитуда более 180°, линия плеч горизонтально, грудной отдел позвоночника вертикально; «4»-амплитуда близко к 180°, линия плеч незначительно отклонена от горизонтали; «3»-амплитуда 175°-160°, грудной отдел отклонен от вертикали; «2»-амплитуда 160°-145°, туловище наклонено в сторону; «1»-амплитуда 145°.</p>
	<p>После выполнения 5 кувырков вперед переднее равновесие на носке с правой/левой ноги в течение 5с</p>	<p>«5»–амплитуда 180° ; «4»–амплитуда близко к180°; «3»– амплитуда 160°-145°; «2»–амплитуда 135°, на низких полупальцах; «1»– амплитуда 135°, на низких полупальцах.</p>
<p>Координационные способности «динамическое равновесие»</p>	<p>Переворот назад с правой и левой ноги</p>	<p>«5»–демонстрация шпагата в трех фазах движения, фиксация наклона назад; «4»–недостаточная амплитуда в одной из фаз движения; «3»–отсутствие фиксации положения в заключительной фазе движения; «2»– недостаточная амплитуда в начале движения и отсутствие фиксации положения в заключительной фазе движения; «1»–амплитуда всего движения менее 135°</p>

	<p>Вертикальное равновесие с 4-мя перебросками мяча над головой правой /левой рукой</p>	<p>«5»–переброски без подскоков, сохраняя позу равновесия, плоскость броска; «4»–вспомогательные движения телом, без потери равновесия; «3»–переброска с изменением положения свободной ноги и снижением амплитуды броска; «2»– переброска с изменением положения свободной ноги и снижением амплитуды броска и паузой между перебросками; «1»– переброска с изменением позы равновесия, на низких полупальцах, нарушение плоскости и высоты броска.</p>
<p>Координационные способности: «моторика рук с предметом»</p>	<p>В равновесии «passé» на полупальцах, жонглирование булавами. Правой и левой рукой на одной и другой ноге.</p>	<p>«5»– 6 бросков на высоких полупальцах, точное положение звеньев тела; «4»–5 бросков на высоких полупальцах с незначительными отклонениями туловища от вертикали; «3»– 4 броска на низких полупальцах с отклонением туловища от вертикали и незначительными паузами между бросками; «2»–3 броска на низких полупальцах с отклонением туловища от вертикали и опусканием бедра свободной ноги, паузами между бросками; «1»– 3 броска на низких полупальцах с отклонением туловища и подскоками.</p>

Техническое мастерство	<p>Обязательная техническая программа – многоборье согласно правилам соревнований. Учитывается занятое место в официальных соревнованиях, включенных в календарь спортивных мероприятий органа исполнительной власти:</p> <ul style="list-style-type: none"> -чемпионат РФ, -первенство РФ, -чемпионат ФО, -первенство ФО, -всероссийского уровня, -межрегионального уровня, -регионального уровня.
------------------------	--

Сокращение, содержащееся в таблице: «И.П.» – исходное положение.

Средний балл – 5,0 – 4,5 - высокий уровень специальной физической подготовки
 4,4 – 4,0 - выше среднего
 3,9 – 3,5 - средний уровень специальной физической подготовки
 3,4 – 3,0 - ниже среднего
 2,9 и ниже - низкий уровень специальной физической подготовки

Приложение № 9
к федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта
«художественная гимнастика»

Нормативы объема тренировочной нагрузки

Объем тренировочной нагрузки	Этап начальной подготовки		Тренировочный этап (этап спортивной специализации)					Этап совершенствования спортивного мастерства			Этап высшего спортивного мастерства
	1-й	2-й	1-й	2-й	3-й	4-й	5-й	1-й	2-й	3-й	
Год подготовки	1-й	2-й	1-й	2-й	3-й	4-й	5-й	1-й	2-й	3-й	
Количество часов в неделю	6	8	12	15	15	18	18	20	22	24	28
Количество тренировок в неделю	3	4	4	5	5	6	6	6	6	6	7
Общее количество часов в год	312	416	624	780	780	936	936	1040	1144	1248	1664
Общее количество тренировок в год	156	208	312	260	260	312	312	312	312	312	364

Приложение № 10
к федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта
«художественная гимнастика»

Перечень тренировочных сборов

№ п/п	Виды тренировочных сборов	Предельная продолжительность тренировочных сборов по этапам спортивной подготовки (количество дней)				Оптимальное число участников тренировочных сборов
		Этап начальной подготовки	Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства	
1. Тренировочные сборы						
1.1	По подготовке к международным спортивным соревнованиям	-	18	21	21	<p>Определяется организацией, осуществляющей спортивную подготовку</p> <p><i>Предлагаем дополнить «с учетом отборочных соревнований и зачисления в сборную команду субъекта РФ»</i></p>
1.2	По подготовке к чемпионатам, кубкам, первенствам России	-	14	18	21	
1.3	По подготовке к другим всероссийским спортивным соревнованиям	-	14	18	18	
1.4	По подготовке к официальным спортивным соревнованиям субъекта Российской Федерации	-	14	14	14	

2. Специальные тренировочные сборы						
2.1	По общей физической или специальной физической подготовке	-	14	18	18	Не менее 70 % от состава группы лиц, проходящих спортивную подготовку
2.2	Восстановительные	-	До 14 дней			Определяется организацией, осуществляющей спортивную подготовку
2.3	Для комплексного медицинского обследования	-	До 5 дней но не более 2 раз в год			В соответствии с планом комплексного медицинского обследования
2.4	В каникулярный период	До 21 дня подряд и не более 2 раз в год		-	-	Не менее 60 % от состава группы лиц, проходящих спортивную подготовку
2.5	Просмотровые (для зачисления в профессиональные образовательные организации, осуществляющие деятельность в области физической культуры и спорта)	-	До 60 дней			В соответствии с правилами приема в образовательную организацию, осуществляющую деятельность в области физической культуры и спорта

Приложение № 11
к федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта «художественная гимнастика»

**Оборудование и спортивный инвентарь, необходимые для прохождения
спортивной подготовки**

Таблица 1

№ п/п	Наименование оборудования, спортивный инвентаря	Единица измерения	Количество изделий
1.	Булава гимнастическая	штук	18
2.	Видеокамера	комплект	1
3.	Видеотехника для записи и просмотра изображения	комплект	1
4.	Доска информационная	штук	1
5.	Зеркало (12 х 2 м)	штук	1
6.	Игла для накачивания спортивных мячей	штук	3
7.	Канат для лазанья	штук	1
8.	Ковер гимнастический (13 х 13м) (14 х 14 м)	штук	1
9.	Ленты для художественной гимнастики (разных цветов)	штук	18
10.	Магнитофон или музыкальный диск (на одного тренера)	штук	1
11.	Мат гимнастический	штук	10
12.	Медицинбол от 1 до 5 кг	комплект	3
13.	Мяч волейбольный	штук	2
14.	Мяч для художественной гимнастики	штук	18
15.	Насос универсальный	штук	1
16.	Обруч гимнастический	штук	18
17.	Палка гимнастическая	штук	18
18.	Пианино	штук	1
19.	Пылесос бытовой	штук	1
20.	Рулетка 20 м металлическая	штук	1
21.	Секундомер	штук	2
22.	Скакалка гимнастическая	штук	18
23.	Скамейка гимнастическая	штук	5

24.	Станок хореографический	комплект	1
25.	Стенка гимнастическая	штук	18
26.	Тренажер для отработки доскоков	штук	1
27.	Тренажер для развития мышц рук, ног, спины	штук	1
28.	Тренажер универсальный малогабаритный	штук	1
29.	Гимнастический помост	штук	1

Таблица 2

Спортивный инвентарь, передаваемый в индивидуальное пользование											
№ 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)
	Булава гимнастическая	пар	на занимающегося	-	-	1	2	2	1	3	1
	Ленты для художественной гимнастики (разных цветов)	штук	на занимающегося	-	-	2	1	4	1	4	1
	Мяч для художественной гимнастики	штук	на занимающегося	-	-	1	1	2	1	3	1
4.	Обмотка для предметов	штук	на занимающегося	-	-	3	1 мес.	5	1 мес.	8	1 мес.
5.	Обруч гимнастический	штук	на занимающегося	-	-	2	1	4	1	6	1

6.	Подушечк и для развития равнovesи я	Штук	на занимающ егося	-	-	1	1	1	1	1	1
7.	Резина для растяжки	Штук	на занимающ егося	-	-	2	1	2	1	2	1
8.	Скакалка гимнастич еская	штук	на занимающ егося	-	-	2	1	4	1	4	1

Приложение № 12
к федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта
«художественная гимнастика»

Обеспечение спортивной экипировкой

Спортивная экипировка, передаваемая в индивидуальное пользование											
№ 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.	Гетры	пар	на занимающегося	1	1	1	1	1	1	1	1
2.	Голеностопный фиксатор	штук	на занимающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
3.	Кепка солнцезащитная	штук	на занимающегося	-	-	1	2	1	1	1	1
4.	Костюм ветрозащитный	штук	на занимающегося	-	-	-	-	1	2	1	2
5.	Костюм спортивный парадный	штук	на занимающегося	-	-	1	2	1	1	1	1

6.	Костюм спортивный тренировочный	штук	на занимающегося	–	–	1	2	1	2	1	2
7.	Костюм тренировочный «Сауна»	штук	на занимающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
8.	Кроссовки для улицы	пар	на занимающегося	–	–	1	1	2	1	2	1
9.	Купальник	штук	на занимающегося	1	1	2	1	3	1	4	1
10.	Куртка утепленная	штук	на занимающегося	-	-	-	-	1	1	1	1
11.	Наколенный фиксатор	штук	на занимающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
12.	Носки	пар	на занимающегося	–	–	2	1	4	1	6	1
13.	Носки утепленные	пар	на занимающегося	–	–	1	1	2	1	2	1
14.	Полотенце	штук	на занимающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
15.	Полутапочки (получешки)	пар	на занимающегося	–	–	6	1	10	1	10	1
16.	Рюкзак спортивный	штук	на занимающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
17.	Сумка спортивная	штук	на занимающегося	-	-	1	1	1	1	1	1

1 8.	Тапки для зала	пар	на занимающегося	–	–	1	1	1	1	1	1
1 9.	Футболка (майка-полурукавка)	штук	на занимающегося	1	1	2	1	3	1	3	1
2 0.	Чехол для булав	Штук	на занимающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
2 1.	Чехол для костюма	Штук	на занимающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
2 2.	Чехол для мяча	Штук	на занимающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
2 3.	Чехол для обруча	Штук	на занимающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
2 4.	Шапка спортивная	штук	на занимающегося	-	-	1	2	1	2	1	2
2 5.	Шорты спортивные (трусы спортивные)	штук	на занимающегося	1	1	1	1	2	1	2	1