

Индивидуальный отбор проводится в целях выявления лиц, имеющих необходимые для освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «футбол» способности в области физической культуры и спорта.

Для проведения индивидуального отбора поступающих Спортивная школа «Олимп» проводит тестирование (**контрольные (вступительные) нормативы**) с целью выявления лиц, обладающих физическими, психологическими способностями и (или) двигательными умениями, необходимыми для освоения соответствующей дополнительной образовательной программы спортивной подготовки.

**Контрольные (вступительные) нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления на этап начальной подготовки по виду спорта «ФУТБОЛ»**

| № п/п                                      | Упражнения   | Единица измерения    | Норматив |         |
|--|--|----------------------|----------|---------|
|  |  |                      | мальчики | девочки |
| <b>1. Нормативы ОФП</b>                    |  |                      |          |         |
| 1.1  | Челночный бег 3x10 м   | с                    | не более |         |
|  |  |                      | -        | -       |
| 1.2  | Бег 10 м с высокого старта   | с                    | не более |         |
|  |  |                      | 2,35     | 2,50    |
| 1.3  | Бег 30 м   | с                    | не более |         |
|  |  |                      | -        | -       |
| 1.4  | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами  | см                   | не менее |         |
|  |  |                      | 100      | 90      |
| <b>2. Нормативы технической подготовки</b> |  |                      |          |         |
| 2.1  | Ведение мяча 10 м  | с                    | не более |         |
|  |  |                      | 3,20     | 3,40    |
| 2.2  | Ведение мяча с изменением направления 10 м (начиная со второго года спортивной подготовки) | с                    | не более |         |
|  |  |                      | -        | -       |
| 2.3  | Ведение мяча 3x10 м (начиная со второго года спортивной подготовки)                        | с                    | не более |         |
|  |  |                      | -        | -       |
| 2.4  | Удар на точность по воротам (10 ударов) (начиная со второго года спортивной подготовки)    | количество попаданий | не менее |         |
|  |  |                      | -        | -       |