

Условные обозначения:

3 - значительное влияние;

2 - среднее влияние;

1 - незначительное влияние.

**Приложение N 5**  
к Федеральному стандарту спортивной  
подготовки по виду спорта баскетбол

**Нормативы**

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

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	юноши	девушки
Быстрота	Бег на 20 м (не более 4,5 с)	Бег на 20 м (не более 4,7 с)
	Скоростное ведение мяча 20 м (не более 11,0 с)	Скоростное ведение мяча 20 м (не более 11,4 с)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 130 см)	Прыжок в длину с места (не менее 115 см)
	Прыжок вверх с места со взмахом руками (не менее 24 см)	Прыжок вверх с места со взмахом руками (не менее 20 см)

**Комментарий:**

Приказом Минспорта России от 23 июля 2014 г. N 620 приложение изложено в новой редакции

См. текст приложения в предыдущей редакции

**Приложение N 6**  
к Федеральному стандарту спортивной  
подготовки по виду спорта баскетбол

**Нормативы**

общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)

С изменениями и дополнениями от:

23 июля 2014 г.

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
Быстрота	Бег на 20 м (не более 4,0 с)	Бег на 20 м (не более 4,3 с)
	Скоростное ведение мяча 20 м (не более 10,0 с)	Скоростное ведение мяча 20 м (не более 10,7 с)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 180 см)	Прыжок в длину с места (не менее 160 см)
	Прыжок вверх с места со взмахом руками (не менее 35 см)	Прыжок вверх с места со взмахом руками (не менее 30 см)
Выносливость	Челночный бег 40 с на 28 м (не менее 183 м)	Челночный бег 40 с на 28 м (не менее 168 м)
	Бег 600 м (не более 2 мин 05 с)	Бег 600 м (не более 2 мин 22 с)
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа	Обязательная техническая программа

**Комментарий:**

Приказом Минспорта России от 23 июля 2014 г. N 620 приложение изложено в новой редакции

См. текст приложения в предыдущей редакции

**Приложение N 7**  
к Федеральному стандарту спортивной  
подготовки по виду спорта баскетбол