

---

Приложение №  
к распоряжению Комитета  
по физической культуре и спорту

**Базовые требования  
предспортивной подготовки  
по виду спорта лиц с поражением  
ОДА (стрельба из лука)**

---

## **I. Требования к структуре и содержанию программ предспортивной подготовки, в том числе к освоению их теоретических и практических разделов применительно к каждому этапу предспортивной подготовки**

1. Программа предспортивной подготовки по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА (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 физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий.

1.1. На "Титульном листе" Программы указывается:

- наименование вида спорта;
- наименование организации, осуществляющей предспортивную подготовку;
- название Программы;
- название специального федерального государственного стандарта предспортивной подготовки, на основе которого разработана Программа;
- 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 предспортивной подготовки, минимальный возраст лиц для зачисления на этапы предспортивной подготовки и минимальное количество лиц, проходящих предспортивную подготовку в группах на этапах предспортивной подготовки по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА (**приложение N 1**)

- соотношение объемов тренировочного процесса по видам предспортивной подготовки на этапах предспортивной подготовки по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА (**приложение N 2**)

- планируемые показатели соревновательной деятельности по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА (**приложение N 3**)

- режимы тренировочной работы;
- медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим предспортивную подготовку;
- предельные тренировочные нагрузки;
- минимальный и предельный объем соревновательной деятельности;
- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию;
- требования к количественному и качественному составу групп подготовки;
- объем индивидуальной 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 соревнований;
  - рекомендуемые объемы тренировочных и соревновательных нагрузок;
  - рекомендации по планированию спортивных результатов;
-

- 
- требования к организации и проведению врачебно-педагогического, психологического и биохимического контроля;
  - программный материал для практических занятий по каждому этапу подготовки с разбивкой на периоды 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 должны включать:

- конкретизацию критериев подготовки лиц, проходящих предспортивную подготовку на каждом этапе предспортивной подготовки, с учетом возраста и влияния физических качеств и телосложения на результативность по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА (**приложение N 4**)

- требования к результатам реализации Программы на каждом этапе предспортивной подготовки, выполнение которых дает основание для перевода лица, проходящего предспортивную подготовку, на следующий этап предспортивной подготовки;

- виды контроля общей и специальной физической, спортивно-технической и тактической подготовки, комплекс контрольных испытаний и контрольно-переводные нормативы по годам и этапам подготовки, сроки проведения контроля;

- комплексы контрольных упражнений для оценки общей, специальной физической, технико-тактической подготовки лиц, проходящих предспортивную 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 предспортивную подготовку, и при прохождении предспортивной подготовки лицами, проходящими подготовку.

1.7. План физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий формируется организацией, осуществляющей предспортивную подготовку, на основе календарных планов физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий субъекта Российской Федерации, муниципальных образований.

## **II. Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы с учетом возраста, пола лиц, проходящих предспортивную подготовку, особенностей вида спорта спорт лиц с поражением ОДА (спортивных дисциплин)**

2. Нормативы по видам предспортивной подготовки и их соотношение на этапах предспортивной подготовки в группах, занимающихся видом спорта спорт лиц с поражением ОДА, включают в себя:

2.1. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки (**приложение N 5**)

2.2. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) (**приложение N 6**)

2.3. Нормативы максимального объема тренировочной нагрузки (**приложение N 7**).

## **III. Требования к участию лиц, проходящих предспортивную подготовку, и лиц, ее осуществляющих, в спортивных соревнованиях, предусмотренных**

---

---

### **в соответствии с реализуемой программой предспортивной подготовки**

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

- соответствие возраста и пола участника положению (регламенту) об официальных спортивных соревнованиях и правилам вида спорта спорт лиц с поражением ОДА;

- соответствие уровня спортивной квалификации участника положению (регламенту) об официальных спортивных соревнованиях согласно Единой всероссийской спортивной классификации и правилам вида спорта спорт лиц с поражением ОДА;

- выполнение плана предспортивной 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. Лицо, проходящее предспортивную подготовку, направляется организацией, осуществляющей предспортивную 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 предспортивной подготовки на каждом из этапов предспортивной подготовки**

5. Результатом реализации Программы является:

5.1. На этапе начальной подготовки:

- углубленная физическая реабилитация;

- социальная адаптация и интеграция;

- формирование устойчивого интереса к занятиям спортом;

- расширение круга двигательных умений и навыков;

- освоение основ техники по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА;

- развитие физических качеств и функциональных возможностей;

- отбор перспективных юных спортсменов для дальнейших занятий по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА.

5.2. На тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):

- социальная адаптация и интеграция;

- положительная динамика двигательных способностей;

- участие в соревнованиях;

- положительная тенденция социализации спортсмена;

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

- приобретение опыта и достижение стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА;

- формирование спортивной мотивации;

- углубленная физическая реабилитация.

### **V. Особенности осуществления предспортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА**

---

---

6. Особенности осуществления предспортивной подготовки в спортивных дисциплинах вида спорта спорт лиц с поражением ОДА определяются в Программе.

Особенности осуществления предспортивной подготовки в указанных спортивных дисциплинах вида спорта спорт лиц с поражением ОДА учитываются при:

- составлении планов предспортивной подготовки, начиная с этапа начальной подготовки;

- составлении плана физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий.

7. Предспортивная подготовка по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА проводится с учетом групп, к которым относятся спортсмены, в зависимости от степени их функциональных возможностей, требующихся для занятий определенной спортивной дисциплиной вида спорта спорт лиц с поражением ОДА (далее - функциональные группы). Функциональные группы лиц, проходящих предспортивную подготовку по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА, приведены в **(приложении N 8)**

8. Тренировочный процесс в организации, осуществляющей предспортивную подготовку, ведется в соответствии с годовым тренировочным планом, рассчитанным на 52 недели.

9. Основными формами осуществления предспортивной 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. Для обеспечения круглогодичности предспортивной подготовки, подготовки к спортивным соревнованиям и активного отдыха (восстановления) лиц, проходящих предспортивную подготовку, организуются тренировочные сборы, являющиеся составной частью (продолжением) тренировочного процесса, в соответствии с перечнем тренировочных сборов **(приложение №9)**

11. Порядок формирования групп предспортивной подготовки по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА определяется организациями, осуществляющими предспортивную подготовку, самостоятельно.

12. Лицам, проходящим предспортивную подготовку, не выполнившим предъявляемые Программой требования, предоставляется возможность продолжить предспортивную подготовку на том же этапе предспортивной подготовки.

13. С учетом специфики вида спорта спорт лиц с поражением ОДА определяются следующие особенности предспортивной подготовки:

- комплектование групп предспортивной подготовки, а также планирование тренировочных занятий (по объему и интенсивности тренировочных нагрузок разной направленности) осуществляются в соответствии с гендерными и возрастными особенностями развития, функциональными группами, а также индивидуальными особенностями ограничения в состоянии здоровья;

- в зависимости от условий и организации занятий, а также условий проведения спортивных соревнований подготовка по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА осуществляется на основе обязательного соблюдения необходимых мер безопасности в целях сохранения здоровья лиц, проходящих предспортивную подготовку;

- для лиц, проходящих предспортивную подготовку по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА, проводятся занятия, направленные на физическую реабилитацию и социальную адаптацию с учетом спортивных дисциплин,

---

---

функциональных групп, а также индивидуальных особенностей ограничения в состоянии здоровья.

## **VI. Требования к условиям реализации программ предспортивной подготовки, в том числе кадрам, материально-технической базе и инфраструктуре организаций, осуществляющих предспортивную подготовку, и иным условиям**

14. Организации, осуществляющие предспортивную подготовку, должны обеспечить соблюдение требований к условиям реализации Программы, в том числе кадрам, материально-технической базе, инфраструктуре, и иным условиям, установленным настоящим базовым требованиям.

15. Требования к кадрам организаций, осуществляющих предспортивную подготовку:

15.1. Уровень квалификации лиц, осуществляющих предспортивную 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 N 916н (зарегистрирован Минюстом России 14.10.2011, регистрационный N 22054) (далее - ЕКСД), в том числе следующим требованиям:

- 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;

15.2. 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 работы <1>.

-----  
<1> Пункт 6 ЕКСД.

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

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

- наличие тренировочного спортивного зала;

- наличие тренажерного зала;

- наличие раздевалок, душевых;

- наличие площадки для стрельбы из лука (стрелковой поляны);

- наличие медицинского кабинета, оборудованного в соответствии с приказом Минздравсоцразвития России от 09.08.2010 N 613н "Об утверждении Порядка оказания медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий" (зарегистрирован Минюстом России 14.09.2010, регистрационный N 18428);

- обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для

---

---

прохождения предспортивной подготовки (**приложение № 10**)

- обеспечение спортивной экипировкой (**приложение № 11**)
- обеспечение проезда к месту проведения спортивных мероприятий и обратно;
- обеспечение питанием и проживанием в период проведения спортивных мероприятий (\* определяется организацией (по необходимости));
- осуществление медицинского обеспечения лиц, проходящих предспортивную подготовку, в том числе организацию систематического медицинского контроля.

**Приложение N 1**  
к базовым требованиям  
предспортивной подготовки по виду  
спорта спорт лиц с поражением ОДА

**ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ  
ЭТАПОВ СПОРТИВНОЙ (ПРЕДСПОРТИВНОЙ) ПОДГОТОВКИ,  
МИНИМАЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ ЛИЦ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ НА ЭТАПЫ  
СПОРТИВНОЙ (ПРЕДСПОРТИВНОЙ) ПОДГОТОВКИ И МИНИМАЛЬНОЕ  
КОЛИЧЕСТВО ЛИЦ, ПРОХОДЯЩИХ СПОРТИВНУЮ (ПРЕДСПОРТИВНУЮ)  
ПОДГОТОВКУ В ГРУППАХ НА ЭТАПАХ СПОРТИВНОЙ (ПРЕДСПОРТИВНОЙ)  
ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА СПОРТ ЛИЦ  
С ПОРАЖЕНИЕМ ОДА (СТРЕЛЬБА ИЗ ЛУКА)**

Этапы спортивной подготовки	Продолжительность этапов (в годах)	Минимальный возраст для зачисления в группы (лет)	Периоды спортивной подготовки	Функциональные группы	Наполняемость групп (человек)
<b>Стрельба из лука - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины</b>					
Этап начальной подготовки	Без ограничений	11	До года	III	10
				II	8
				I	3
			Свыше года	III	8
				II	6
				I	2
Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Без ограничений	13	До года	III	6
				II	5
				I	2
			Второй и третий годы	III	5
				II	4
				I	2
			Четвертый и последующие годы	III	4
				II	3
				I	1

---

## Приложение N 2

к базовым требованиям  
предспортивной подготовки по виду  
спорта спорт лиц с поражением ОДА

### СООТНОШЕНИЕ ОБЪЕМОВ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ПО ВИДАМ ПРЕДСПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ НА ЭТАПАХ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА СПОРТ ЛИЦ С ПОРАЖЕНИЕМ ОДА

Содержание подготовки	Этапы предспортивной подготовки	
	Этап начальной подготовки (%)	Тренировочный (этап спортивной специализации) (%)
Стрельба из лука - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины		
Общая физическая подготовка	53 - 57	38 - 42
Специальная физическая подготовка	33 - 37	43 - 47
Техническая подготовка	3 - 7	1 - 5
Тактическая подготовка	3 - 7	0 - 4
Психологическая подготовка	0 - 2	0 - 4
Теоретическая подготовка	0 - 2	0 - 3
Спортивные соревнования	1 - 5	0 - 4
Интегральная подготовка	0 - 4	1 - 5
Восстановительные мероприятия	0 - 2	0 - 4

## Приложение N 3

к базовым требованиям  
предспортивной подготовки по виду  
спорта спорт лиц с поражением ОДА

---

**ПЛАНИРУЕМЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ  
СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ВИДУ СПОРТА СПОРТ ЛИЦ  
С ПОРАЖЕНИЕМ ОДА (стрельба из лука)**

Виды спортивных соревнований	Этапы спортивной подготовки	
	Этап начальной подготовки	Тренировочный этап (этап спортивной специализации)
Стрельба из лука - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины		
Контрольные	1	1-2
Отборочные	-	1
Основные	-	-
Всего за год	1	2-3

**Приложение N 4**  
к базовым требованиям  
предспортивной подготовки по виду  
спорта спорт лиц с поражением ОДА

**ВЛИЯНИЕ  
ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ И ТЕЛОСЛОЖЕНИЯ НА РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ  
ПО ВИДУ СПОРТА СПОРТ ЛИЦ С ПОРАЖЕНИЕМ ОДА (стрельба из лука)**

Факторы, влияющие на достижение спортивной результативности	Уровень влияния
Стрельба из лука - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины	
Скоростные способности	3
Мышечная сила	2
Вестибулярная устойчивость	2
Выносливость	2
Гибкость	1
Координационные способности	3
Телосложение	1

Условные обозначения, используемые в таблице:

3 - значительное влияние;

2 - среднее влияние;

1 - незначительное влияние

### Приложение N 5

к базовым требованиям

предспортивной подготовки по виду

спорта спорт лиц с поражением ОДА

## НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ В ГРУППЫ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты) <*>
Стрельба из лука - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины	
Выносливость, координация	Маховые движения рук в положении лежа на спине (не менее 50 с)
	Бег 800 м (без времени)
Силовая выносливость	Жим гантелей в положении лежа на спине весом 0,5 кг (не менее 10 раз)
	Многоскок 5 прыжков (не менее 1,5 м)
	Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (не менее 3 раз)
Скоростно-силовые способности	Жим гантелей в положении лежа на спине (не менее 2 кг)
	Прыжок в длину с места (не менее 0,40 м)

-----  
<\*> При отсутствии физических возможностей, необходимых для выполнения контрольного упражнения (теста), проводится альтернативное контрольное упражнение (тест) или таковое не проводится, зачет осуществляется по выполненным контрольным упражнениям (тестам).

### Приложение N 6

к базовым требованиям

предспортивной подготовки по виду

спорта спорт лиц с поражением ОДА

## НОРМАТИВЫ

**ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ  
ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ В ГРУППЫ НА ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ  
(ЭТАПЕ СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ)**

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты) <*>
Стрельба из лука - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины	
Сила	Кистевая динамометрия максимальная (не менее 10 кг)
Скоростно-силовые способности	Бросок медицинбола (1 кг) двумя руками из-за головы из положения сидя (не менее 2 м)
Силовая выносливость	Поднимание туловища из положения лежа (не менее 15 раз)
	Сгибание-разгибание рук из упора лежа (не менее 5 раз)

<\*> При отсутствии физических возможностей, необходимых для выполнения контрольного упражнения (теста), проводится альтернативное контрольное упражнение (тест) или таковое не проводится, зачет осуществляется по выполненным контрольным упражнениям (тестам).

**Приложение N 7**  
к базовым требованиям  
предспортивной подготовки по виду  
спорта спорт лиц с поражением ОДА

НОРМАТИВЫ МАКСИМАЛЬНОГО ОБЪЕМА ТРЕНИРОВОЧНОЙ НАГРУЗКИ

Этапный норматив	Этап начальной подготовки		Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
	До года	Свыше года	До года	Свыше года
Стрельба из лука - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины				
Количество часов в неделю	6	9	10	12 - 14
Количество тренировок в неделю	3 - 4	3 - 5	5	6 - 8
Общее количество часов в год	312	468	520	624 - 728
Общее количество тренировок в год	156 - 208	156 - 260	260	312 - 624

**Приложение N 8**  
к базовым требованиям  
предспортивной подготовки по виду  
спорта спорт лиц с поражением ОДА

**ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ГРУППЫ ЛИЦ, ПРОХОДЯЩИХ СПОРТИВНУЮ  
ПОДГОТОВКУ ПО ВИДУ СПОРТА  
СПОРТ ЛИЦ С ПОРАЖЕНИЕМ ОДА**

Функциональные группы	Степень ограничения функциональных возможностей	Поражения опорно-двигательного аппарата
Группа I	Функциональные возможности ограничены значительно, спортсмен нуждается в посторонней помощи во время тренировочных занятий или участия в спортивных соревнованиях	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Детский церебральный паралич.</li> <li>2. Спинально-мозговая травма.</li> <li>3. Ампутация или порок развития: <ul style="list-style-type: none"> <li>- двусторонняя ампутация бедер (передвигающиеся на протезах);</li> <li>- односторонняя ампутация бедра с вычленением (передвигающиеся на протезах);</li> <li>- односторонняя ампутация бедра в сочетании с ампутацией стопы или голени с другой стороны;</li> <li>- двусторонняя ампутация плеч;</li> <li>- ампутация четырех конечностей.</li> </ul> </li> </ol>

		<p>4. Прочие нарушения опорно-двигательного аппарата, ограничивающие функциональные возможности спортсменов в мере, сопоставимой с вышеперечисленными пунктами 1, 2, 3.</p>
Группа II	<p>Функциональные возможности ограничиваются достаточно выраженными нарушениями</p>	<p>1. Детский церебральный паралич.  2. Спинальная травма.  3. Ампутация или порок развития:  - одной верхней конечности выше локтевого сустава;  - одной верхней конечности выше локтевого сустава и одной нижней конечности выше коленного сустава (с одной стороны или с противоположных сторон);  - двусторонняя ампутация предплечий.  4. Прочие нарушения опорно-двигательного аппарата, ограничивающие функциональные возможности спортсменов в мере, сопоставимой с вышеперечисленными пунктами 1, 2, 3.</p>
Группа III	<p>Функциональные возможности ограничены незначительно</p>	<p>1. Ахондроплазия (карлики).  2. Детский церебральный паралич.  3. Высокая ампутация двух нижних конечностей.  4. Ампутация или порок развития:  - одной нижней конечности ниже коленного сустава;  - односторонняя ампутация стопы по Пирогову, в сочетании с ампутацией стопы на различном уровне с другой стороны;  - одной верхней конечности ниже локтевого сустава;  - одной верхней конечности ниже локтевого сустава и одной нижней конечности ниже коленного сустава (с одной стороны или с противоположных сторон).  5. Прочие нарушения опорно-двигательного аппарата, ограничивающие функциональные возможности спортсменов в мере, сопоставимой с вышеперечисленными пунктами 1, 2,</p>

		3, 4.
--	--	-------

**Приложение N 9**  
к базовым требованиям  
предспортивной подготовки по виду  
спорта спорт лиц с поражением ОДА

**ПЕРЕЧЕНЬ ТРЕНИРОВОЧНЫХ СБОРОВ**

N п/п	Вид тренировочных сборов	Предельная продолжительность сборов по этапам спортивной подготовки (количество дней)		Оптимальное число участников сбора
		Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Этап начальной подготовки	
1	Тренировочные сборы в каникулярный период	До 21 дня подряд и не более двух сборов в год		Определяется организацией (по мере необходимости)

**Приложение N 10**  
к базовым требованиям  
предспортивной подготовки по виду  
спорта спорт лиц с поражением ОДА

**ОБОРУДОВАНИЕ И СПОРТИВНЫЙ ИНВЕНТАРЬ,  
НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ПРОХОЖДЕНИЯ СПОРТИВНОЙ (ПРЕДСПОРТИВНОЙ)  
ПОДГОТОВКИ**  
Таблица № 1

N п/п	Наименование оборудования, спортивного инвентаря	Единица измерения	Количество изделий
	Стрельба из лука - I, II, III функциональные группы		

мужчины, женщины			
1	Спортивный классический лук, в сборе	штук	12
2	Стрелы для спортивного лука, в сборе	штук	96
3	Заколка для мишени	штук	48
4	Мишень для стрельбы из лука	штук	24
5	Подставка для лука и стрел	штук	12
6	Щит мишени для стрельбы из лука	штук	6
7	Флажок для указания направления ветра при стрельбе из лука	штук	6
Дополнительное и вспомогательное оборудование и спортивный инвентарь			
1	Тележка для перевозки щитов мишеней стрельбы из лука	штук	2
2	Канат для ограждения площадки для стрельбы из лука	метров	300
3	Лента полихлорвиниловая, ширина 5 - 6 см	метров	2000
4	Стойка для ограждения канатом площадки для стрельбы из лука	штук	50
5	Мяч набивной (медицинбол) от 1 до 5 кг	комплект	3
6	Скакалка гимнастическая	штук	12
7	Эспандер плечевой	штук	12
8	Эспандер двойного действия	штук	12
9	Эспандер резиновый ленточный	штук	12
10	Мяч баскетбольный	штук	1
11	Мяч футбольный	штук	1
12	Мяч волейбольный	штук	1
13	Насос для накачивания мячей	комплект	1
14	Комплект приспособлений для проверки луков	комплект	1

Таблица №2

Спортивный инвентарь, передаваемый в индивидуальное пользование					
N п/п	Наименование спортивной	Един ица	Расчетная единица	Этапы предспортивной подготовки	
				Этап	Тренировочный этап

	экипировки индивидуального пользования	изменения		начальной подготовки		(этап спортивной специализации)	
				количество	срок эксплуатации (месяцев)	количество	срок эксплуатации (месяцев)
Стрельба из лука - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины							
1	Спортивный классический лук	штук	на занимающегося	-	-	1*	1
2	Колчан для стрел	штук	на занимающегося	-	-	1*	2
3	Древко для стрел	штук	на занимающегося	-	-	1*	1
4	Наконечники	штук	на занимающегося	-	-	1*	1
5	Клей для оперенья	тюбики	на занимающегося	-	-	1*	1
6	Оперенье для стрел	штук	на занимающегося	-	-	50*	1
7	Хвостовики для стрел	штук	на занимающегося	-	-	50*	1
8	Кликер	штук	на занимающегося	-	-	1*	1
9	Нить для тетивы	бобины	на занимающегося	-	-	1*	1
10	Плечи к луку	пар	на занимающегося	-	-	1*	2
11	Плунжер	штук	на занимающегося	-	-	1*	1
12	Полочка для лука	штук	на занимающегося	-	-	10*	1
13	Прицел	штук	на занимающегося	-	-	1*	3
14	Рукоятка к луку	штук	на занимающегося	-	-	1*	2
15	Стабилизаторы	комплект	на занимающегося	-	-	1*	2
16	Трубка для стрел с наконечниками	штук	на занимающегося	-	-	12*	1
17	Ящик упаковочный для лука и стрел	штук	на занимающегося	-	-	1*	2

\*Определяется организацией (по необходимости)

**Приложение N 11**

к базовым требованиям  
предспортивной подготовки по виду  
спорта спорт лиц с поражением ОДА

**Спортивная экипировка, передаваемая  
в индивидуальное пользование**

N п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки			
				Этап начальной подготовки		Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
				количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)
Стрельба из лука - I, II, III функциональные группы мужчины, женщины							
1	Брюки спортивные	пар	на занимающегося	-	-	1*	1
2	Костюм спортивный специальный	штук	на занимающегося	-	-	1*	2
3	Костюм спортивный утепленный	штук	на занимающегося	-	-	-	-
4	Крага	штук	на занимающегося	-	-	1*	1
5	Кроссовки спортивные	пар	на занимающегося	-	-	1*	2
6	Нагрудник	штук	на занимающегося	-	-	1*	2
7	Напальчник для стрельбы	штук	на занимающегося	-	-	1*	1

---

			ся				
8	Сапоги резиновые	пар	на занимающегося ся	-	-	1*	2
9	Футболка спортивная	штук	на занимающегося ся	-	-	1*	1

\*Определяется организацией (по необходимости)

---