



МИНИСТЕРСТВО
СПОРТА
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
(Минспорт России)

ЗАМЕСТИТЕЛЬ МИНИСТРА

Казакова ул., д. 18, Москва, 105064

Тел.: (495) 720-53-80, (495) 925-72-51

Факс: (495) 995-05-51

ОКПО 00083888, ОГРН 1127746520824

ИНН / КПП 7703771271/770901001

от 16.05.18 № СК-ВК-10/3550

На № _____ от _____

Директору
Департамента физической культуры,
спорта и дополнительного образования
Тюменской области

Д.В. Грамотину

Уважаемый Дмитрий Викторович!

В соответствии со статьей 34 Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» Министерство спорта Российской Федерации организует разработку и утверждает Федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта (далее – ФССП). В связи с этим прошу Вас в срок до 25 мая 2018 года согласовать проект ФССП по виду спорта «лыжные гонки», одновременно представив на проект ФССП заключение Государственного автономного учреждения Тюменской области «Областная спортивная школа олимпийского резерва по лыжным гонкам и биатлону Л.Н. Носковой».

В представленном ответе должна быть отражена в обязательном порядке позиция относительно минимальных требований к структуре тренировочного процесса и требованиям к соотношению различных видов подготовки в структуре тренировочного процесса по этапам спортивной подготовки (Приложение № 2, Приложение № 3 к Федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «лыжные гонки»).

Ответ направить на адрес электронной почты: fcpsr@sport-rezerv.ru.

Приложение: на 25 л. в 1 экз.

С.В. Косилов



МИНИСТЕРСТВО
СПОРТА
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
(Минспорт России)
ЗАМЕСТИТЕЛЬ МИНИСТРА

Казакова ул., д. 18, Москва, 105064
Тел.: (495) 720-53-80, (495) 925-72-51
Факс: (495) 995-05-51
ОКПО 00083888, ОГРН 1127746520824
ИНН / КПП 7703771271/770901001

от 16.05.18 № СК-ВК-10 / 3550 .

На № _____ от _____

Министру спорта
и молодежной политики
Кировской области

Г.А. Барминову

Уважаемый Георгий Андреевич!

В соответствии со статьей 34 Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» Министерство спорта Российской Федерации организует разработку и утверждает Федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта (далее – ФССП). В связи с этим прошу Вас в срок до 25 мая 2018 года согласовать проект ФССП по виду спорта «лыжные гонки», одновременно представив заключение на проект ФССП Кировского областного государственного автономного учреждения «Региональный центр зимних видов спорта».

В представленном ответе должна быть отражена в обязательном порядке позиция относительно минимальных требований к структуре тренировочного процесса и требованиям к соотношению различных видов подготовки в структуре тренировочного процесса по этапам спортивной подготовки (Приложение № 2, Приложение № 3 к Федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «лыжные гонки»).

Ответ направить на адрес электронной почты: fcpsr@sport-rezerv.ru.

Приложение: на 25 л. в 1 экз.

С.В. Косилов



**МИНИСТЕРСТВО
СПОРТА
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
(Минспорт России)
ЗАМЕСТИТЕЛЬ МИНИСТРА**

Казакова ул., д. 18, Москва, 105064
Тел.: (495) 720-53-80, (495) 925-72-51
Факс: (495) 995-05-51
ОКПО 00083888, ОГРН 1127746520824
ИНН / КПП 7703771271/770901001

Министру физической культуры
и спорта
Московской области

Р.И. Терюшкову

от 16.05.18 № СК-ВК-10/3550
На № _____ от _____

Уважаемый Роман Игоревич!

В соответствии со статьей 34 Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» Министерство спорта Российской Федерации организует разработку и утверждает Федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта (далее – ФССП). В связи с этим прошу Вас в срок до 25 мая 2018 года согласовать проект ФССП по виду спорта «лыжные гонки», одновременно представив заключение на проект ФССП Муниципального автономного учреждения «Спортивная школа по зимним видам спорта» г. Химки, Московской области.

В представленном ответе должна быть отражена в обязательном порядке позиция относительно минимальных требований к структуре тренировочного процесса и требованиям к соотношению различных видов подготовки в структуре тренировочного процесса по этапам спортивной подготовки (Приложение № 2, Приложение № 3 к Федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «лыжные гонки»).

Ответ направить на адрес электронной почты: fcpsr@sport-rezerv.ru.

Приложение: на 25 л. в 1 экз.

С уважением,

С.В. Косилов



МИНИСТЕРСТВО
СПОРТА
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
(Минспорт России)
ЗАМЕСТИТЕЛЬ МИНИСТРА

Казакова ул., д. 18, Москва, 105064
Тел.: (495) 720-53-80, (495) 925-72-51
Факс: (495) 995-05-51
ОКПО 00083888, ОГРН 1127746520824
ИНН / КПП 7703771271/770901001

от 16.05.18 № СК-ВК-10/3550
На № _____ от _____

Министру спорта,
туризма и молодежной политики
Сахалинской области

С.С. Буренкову

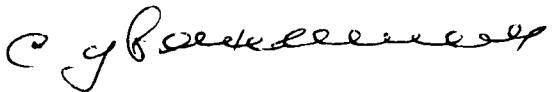

Уважаемый Сергей Станиславович!

В соответствии со статьей 34 Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» Министерство спорта Российской Федерации организует разработку и утверждает Федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта (далее – ФССП). В связи с этим прошу Вас в срок до 25 мая 2018 года согласовать проект ФССП по виду спорта «лыжные гонки», одновременно представив на проект ФССП заключение Государственного бюджетного учреждения «Спортивная школа олимпийского резерва зимних видов спорта» г. Южно-Сахалинск, Сахалинской области.

В представленном ответе должна быть отражена в обязательном порядке позиция относительно минимальных требований к структуре тренировочного процесса и требованиям к соотношению различных видов подготовки в структуре тренировочного процесса по этапам спортивной подготовки (Приложение № 2, Приложение № 3 к Федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «лыжные гонки»).

Ответ направить на адрес электронной почты: fcpsr@sport-rezerv.ru.

Приложение: на 25 л. в 1 экз.

С.В. Косилов

**Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта
«лыжные гонки»**

Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «лыжные гонки» (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 «лыжные гонки» (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 спортивную подготовку;
- название Программы;
- название федерального стандарта спортивной 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. Содержится указание на специфику спортивного отбора, тренировочного процесса, соревновательной деятельности, излагается структура системы многолетней подготовки (этапы, уровни, циклы, виды подготовки и другие элементы структуры при наличии).

1.3. "Нормативная часть" Программы должна содержать:

- структуру тренировочного процесса, включающую в себя время воздействия на организм занимающегося физическими упражнениями и отдыха, проведение восстановительных, медицинских и медико-биологических мероприятий, занятия по теоретической, тактической, технической и иным видам подготовки, инструкторскую и судейскую практику, тестирование и контроль, а также участие в спортивных мероприятиях (спортивных соревнованиях, тренировочных мероприятиях);

- основные требования по физической, технической, тактической и другим видам подготовки;

- условия зачисления в организацию и перевода занимающихся на последующие годы и этапы спортивной подготовки;

- перечень тренировочных мероприятий;

- перечень экипировки, инвентаря и оборудования, необходимого для тренировочного процесса;

- требования по осуществлению медицинского обеспечения лиц, проходящих спортивную подготовку, в том числе организацию систематического медицинского контроля 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 обороне» (зарегистрирован Минюстом России 21.06.2016, регистрационный № 42578)(Далее – Приказ Минздрава);

- требования к научно-методическому обеспечению, содержащие рекомендаций по следующим разделам:

- а) разработка эффективной модели тренировочного процесса, направленного на повышение спортивных результатов;

- б) учет уровня различных видов подготовки и их анализ;

- в) индивидуальным программам тренировочной и соревновательной деятельности;

- г) применение общетеоретических основ и современных научно обоснованных методов спортивной подготовки;

- требования к мероприятиям, направленным на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним, включающие в себя:

а) информирование спортсмена и его родителей и/или законных представителей несовершеннолетних лиц, проходящих спортивную подготовку в организации, об антидопинговых правилах в спорте, обязательный первичный инструктаж лиц, зачисляемых для прохождения спортивной подготовки, о порядке организации антидопингового обеспечения в организации и об антидопинговых правилах в спорте;

б) персональное (под роспись, с возможностью учета и последующего контроля) информирование лиц, исполняющих обязанности по антидопинговому обеспечению, и лиц, проходящих спортивную подготовку в организации об изменениях в документах, регламентирующих вопросы борьбы с допингом в спорте;

в) размещение на официальном сайте организации документов, регламентирующих вопросы борьбы с допингом в спорте, а также информационно-образовательные материалы антидопинговой тематики.

г) другие мероприятия;

- сведения о продолжительности 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 «лыжные гонки» (Приложение № 1 к настоящему ФССП);

- требования к структуре тренировочного процесса (Приложение № 2 к настоящему ФССП);

- требования к соотношению различных видов подготовки в структуре тренировочного процесса по этапам спортивной подготовки по виду спорта «лыжные гонки» (Приложение № 3 к настоящему ФССП);

- требования к соревновательной деятельности по этапам спортивной подготовки по виду спорта «лыжные гонки» (Приложение № 4 к настоящему ФССП);

- структуру годового цикла (название и продолжительность периодов, этапов, мезоциклов).

- режимы тренировочной работы;

- предельные тренировочные нагрузки;

- предельный объем соревновательной деятельности;

- объем индивидуальной спортивной подготовки;

- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию;

- требования к здоровью лиц, проходящих спортивную подготовку;

1.4. "Методическая часть" Программы должна содержать:

- рекомендации по проведению спортивного отбора, включающие в себя мероприятия по просмотру, тестированию, медицинскому обследованию кандидатов для зачисления на спортивную подготовку;

- основные формы осуществления спортивной подготовки (групповые и индивидуальные тренировочные занятия, работа по индивидуальным планам, тренировочные мероприятия, участие в спортивных соревнованиях, занятия по теоретической, тактической, технической и другим видам подготовки, инструкторская и судейская практика, медико-восстановительные мероприятия,

мероприятия по тестированию и контролю.

- рекомендуемые объемы тренировочных и соревновательных нагрузок;
- рекомендации по проведению тренировочных занятий, и обеспечению техники безопасности при их проведении;
- рекомендации по планированию спортивных результатов;
- требования к организации и проведению врачебно-педагогического контроля;
- требования к организации периодических медицинских осмотров;
- программный материал для проведения тренировочных занятий по каждому этапу подготовки с указанием видов упражнений, средств и методов спортивной тренировки с разбивкой на периоды подготовки;
- планы антидопинговых мероприятий;
- рекомендации по организации психологической подготовки;
- планы восстановительных мероприятий;
- планы инструкторской и судейской практики.

1.5. "Система контроля и зачетные требования" Программы должны включать:

- 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 и специальной физической, технической и тактической подготовки, контрольно-переводные нормативы по годам и этапам подготовки, сроки и методику проведения контроля;
- комплексы контрольных упражнений для оценки общей, специальной физической, технико-тактической подготовленности лиц, проходящих спортивную подготовку, методические указания по организации тестирования;
- требования к результатам прохождения медицинского осмотра и/или углубленного медицинского обследования;

1.6. "Перечень информационного обеспечения" Программы должен включать список литературных источников, перечень аудиовизуальных средств, перечень ресурсов телекоммуникационной сети интернет, необходимых для использования в работе лицами, осуществляющими и проходящими спортивную подготовку;

1.7. План физкультурных и спортивных мероприятий Программы формируется организацией, осуществляющей спортивную подготовку ежегодно, на основе Единого календарного плана межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, единых календарных планов физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий субъекта Российской Федерации, муниципальных образований и иных физкультурных и спортивных организаций.

II. Нормативы физической подготовки и иные условия и нормативы для лиц, проходящих спортивную подготовку на этапах спортивной подготовки виде спорта «лыжные гонки».

2. Нормативы по видам спортивной подготовки, иные условия

и нормативы для лиц, проходящих спортивную подготовку на этапах спортивной подготовки, определяют возможность зачисления и перевода лиц, проходящих спортивную подготовку с этапа на этап спортивной подготовки, учитывают их возраст и пол, а также особенности вида спорта «лыжные гонки» и включают в себя:

2.1. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки (Приложение № 6 к настоящему ФССП).

2.2. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) (Приложение № 7 к настоящему ФССП).

2.3. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства (Приложение № 8 к настоящему ФССП).

2.4. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода в группы на этапе высшего спортивного мастерства (Приложение № 9 к настоящему ФССП).

2.5. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода в группы по годам подготовки на одном этапе. (Разрабатываются организацией, осуществляющей спортивную подготовку самостоятельно с учетом нормативов предшествующего и последующего этапов).

2.6. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки выполняются в объеме упражнений, указанных в Приложениях №№ 6-9.

IV. Требования к результатам выполнения программы спортивной подготовки и результатам её реализации на каждом этапе.

4. Результатом реализации Программы является:

4.1. На этапе начальной подготовки (НП):

- формирование интереса к занятиям спортом;
- освоение основных двигательных умений и навыков;
- освоение основ техники по виду спорта «лыжные гонки»;
- участие в соревнованиях;
- общие знания об антидопинговых правилах в спорте;
- укрепление здоровья спортсмена;

4.2. На тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):

- формирование устойчивого интереса к занятиям избранным видом спорта;
- повышение уровня общей и специальной физической, технической, тактической и теоретической подготовки;
- воспитание физических качеств, оказывающих наибольшее влияние на результативность в виде спорта (Приложение № 5 к настоящему ФССП);
- соблюдение плана спортивных тренировок, режима восстановления

и питания;

- овладение навыками самоконтроля;
- приобретение опыта регулярного участия в соревнованиях;
- овладение знаниями об общих положениях правил вида спорта;
- знание антидопинговых правил;
- укрепление здоровья спортсмена;

4.3. На этапе совершенствования спортивного мастерства:

- формирование мотивации на повышение спортивного мастерства и достижение высоких спортивных результатов;

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

- повышение функциональных возможностей организма;

- формирование навыка профессионального подхода к соблюдению плана спортивных тренировок и участия в соревнованиях, режима восстановления и питания;

- положительная динамика и стабильность результатов на спортивных соревнованиях;

- овладение теоретическими знаниями правил вида спорта;
- приобретение опыта спортивного судьи по виду спорта;
- знание антидопинговых правил;
- сохранение здоровья спортсмена;

4.4. На этапе высшего спортивного мастерства:

- сохранение мотивации на совершенствование спортивного мастерства и достижения высокого спортивного результата;

- повышение функциональных возможностей организма спортсменов;

- достижение результатов уровня спортивных сборных команд субъектов Российской Федерации;

- сохранение здоровья спортсмена;

4.5. Максимальный возраст лиц, проходящих спортивную подготовку на этапе высшего спортивного мастерства, устанавливается организацией, осуществляющей спортивную подготовку.

Для лиц, состоящих в списках кандидатов в спортивные сборные команды субъектов Российской Федерации, максимальный возраст лиц, проходящих спортивную подготовку на этапе высшего спортивного мастерства, не ограничивается.

V. Особенности осуществления спортивной подготовки по виду спорта «лыжные гонки» и отдельным спортивным дисциплинам.

5. Особенности осуществления спортивной подготовки в отдельных спортивных дисциплинах вида спорта «лыжные гонки» определяются в Программе и учитываются при:

- составлении планов спортивной подготовки, начиная с тренировочного этапа

(этапа спортивной специализации);

- составлении календарного плана физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий;

5.1. Тренировочный процесс в организации, осуществляющей спортивную подготовку, ведется в соответствии с годовым тренировочным планом, рассчитанным на 52 недели в астрономических часах.

5.2. Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки может осуществляться на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства.

5.3. Для проведения тренировочных занятий и участия в соревнованиях на всех этапах спортивной подготовки, кроме основного тренера по виду спорта «лыжные гонки», допускается привлечение дополнительно второго тренера по специальным видам подготовки при условии их одновременной работы с лицами, проходящими спортивную подготовку. Для подготовки инвентаря и экипировки к тренировочным занятиям и соревнованиям, обслуживания спортивных сооружений, техники и оборудования в организациях спортивной подготовки допускается привлечение соответствующих специалистов.

5.4. Для обеспечения непрерывного тренировочного процесса, подготовки к официальным спортивным соревнованиям и периода восстановления для лиц, проходящих спортивную подготовку при участии лиц, ее осуществляющих, организуются тренировочные мероприятия (Приложение № 10 к настоящему ФССП), и являющихся составной частью тренировочного процесса.

5.5. Порядок, сроки формирования и численность групп на каждом этапе спортивной подготовки, с учетом особенностей вида спорта «лыжные гонки» определяется организациями, осуществляющими спортивную подготовку, самостоятельно.

5.6. Для перевода и зачисления на этап спортивного совершенствования необходимо присвоение разряда «Кандидат в мастера спорта». Для перевода и зачисления на этап высшего спортивного мастерства необходимо присвоение звания «Мастер спорта».

5.7. Лицам, проходящим спортивную подготовку, не выполнившим требования к результатам реализации программы на соответствующем этапе и не зачисленным на следующий этап, может быть предоставлена возможность продолжить спортивную подготовку на том же этапе повторно. Порядок и кратность повторного прохождения спортивной подготовки определяется организациями, осуществляющими спортивную подготовку, самостоятельно.

5.8. Допускается проведение тренировочных занятий одновременно с занимающимися из групп, проходящих разные этапы спортивной подготовки. При этом должны быть соблюдены все нижеперечисленные условия:

- занимающиеся относятся к смежным этапам подготовки (допускается объединение: групп начальной подготовки и групп тренировочного этапа 1-2 года подготовки, тренировочного этапа 3-5 года подготовки и этапа спортивного совершенствования, этапа спортивного совершенствования и высшего спортивного

мастерства);

- не превышена единовременная пропускная способность спортсооружения;
- не превышен максимальный количественный состав объединенной группы (согласно Программе).

5.9. Образовательные организации, реализующие образовательные программы высшего и среднего профессионального образования могут предоставить возможность продолжения спортивной подготовки на своей базе, на срок до четырех лет, с момента окончания лицом, проходящим спортивную подготовку, обучения (до 10% от количества обучающихся).

5.10. В целях сохранения жизни и здоровья лиц, проходящих спортивную подготовку, меры безопасности при проведении тренировочных занятий и спортивных мероприятий должны обеспечиваться с учетом особенностей вида спорта «лыжные гонки».

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

6. 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.

6.1. Требования к кадрам организаций, осуществляющих спортивную подготовку:

6.2. 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.

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.

6.3. Количественный расчет кадровой потребности осуществляется на основе тарификации тренерского состава или нормативно-подушевого финансирования, планово-расчетных показателей количества лиц, проходящих спортивную подготовку, режима эксплуатации спортивных сооружений и предельной численности лиц, одновременно находящихся на спортивных объектах, на которых осуществляется реализация Программы.

6.4. Для осуществления спортивной подготовки организации обязаны обеспечить (в том числе на основании договоров, заключенных в соответствии с гражданским законодательством Российской Федерации, существенным условием которых является право пользования соответствующей материально-технической базой и/или объектом инфраструктуры) наличие:

- лыжных трасс;
- лыже-роллерных трасс;
- тренировочного, спортивно-тренажерного зала;
- медицинского пункта, оборудованного в соответствии с Приказом Минздрава.

6.4. Требования к иным условиям необходимым для осуществления спортивной подготовки:

- обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимым для осуществления 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 организация систематического медицинского контроля.

¹пункт 6 ЕКСД.

Приложение № 1
к Федеральному стандарту
спортивной подготовки по виду
спорта «лыжные гонки»

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 «лыжные гонки»

Этапы спортивной подготовки	Продолжительность этапов (в годах)	Минимальный возраст* для зачисления в группы (лет)	Наполняемость групп (человек)**
Этап начальной подготовки	3	9	14
Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	5	12	10
Этап совершенствования спортивного мастерства	Не ограничивается	15	6
Этап высшего спортивного мастерства	Не ограничивается	17	3

* Под возрастом понимается указанная в целых числах разница, между календарным годом в котором осуществляется спортивная подготовка и годом рождения лица, в отношении которого применяются нормы федерального стандарта.

** Применяется только для расчета базового норматива затрат на оплату труда работников.

Приложение № 2
к Федеральному стандарту
спортивной подготовки по виду
спорта «лыжные гонки»

Требования к структуре тренировочного процесса*

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки						
	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	До двух лет	Свыше двух лет	
Количество часов в неделю	6	9	14	18	24	28	32
Количество тренировочных занятий в неделю	3-4	3 – 5	6-7	9-12	9-14	9-14	9-14
Общее количество часов в год	312	468	728	936	1248	1456	1664
Общее количество тренировочных занятий в год	156 - 208	156 – 260	312-364	468-624	468-728	468-728	468-728

* Приведены минимальные требования. Максимальные значения определяются программами спортивной подготовки, разрабатываемыми организациями, их реализующими с учетом требований, раздела VI настоящего Федерального стандарта.

Приложение № 3
к Федеральному стандарту
спортивной подготовки по виду
спорта «лыжные гонки»

**Требования к соотношению различных видов подготовки в структуре
тренировочного процесса по этапам спортивной подготовки по виду спорта
«лыжные гонки»***

№ п/п	Виды подготовки	Этапы и годы спортивной подготовки					
		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		
1.	Объем физической нагрузки в т.ч.	84	87	72	82	91	94
1.1	Общая физическая подготовка (%)	62	58	40	42	25	15
1.2	Специальная физическая подготовка (%)	22	28	28	30	52	55
1.3	Участие в соревнованиях (%)	-	1	4	10	14	18
2.	Техническая подготовка (%)	15	12	18	12	8	10
3.	Тактическая, теоретическая, психологическая и иные виды подготовки на связанные с физической нагрузкой (%)	-	-	4	2	12	12
4.	Инструкторская и судейская практика (%)	-	-	3	2	12	18
5.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1	1	3	2	6	8

* Допускается отклонение в соотношении различных видов подготовки в большую или меньшую сторону от норматива на величину до 2%.

Приложение № 4
к Федеральному стандарту
спортивной подготовки по виду
спорта «лыжные гонки»

Требования к соревновательной деятельности по виду спорта «лыжные гонки»

Виды соревнований	Этапы и годы спортивной подготовки					
	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		
Контрольные	2	3	6	9	10	9
Отборочные	-	-	-	-	-	-
Основные	-	2	6	8	11	18

Приложение № 5
к Федеральному стандарту
спортивной подготовки по виду
спорта «лыжные гонки»

Влияние физических качеств и телосложения на результативность

Физические качества и телосложение	Уровень влияния
Быстрота	3
Сила	2
Выносливость	3
Координация	3
Гибкость	2
Телосложение	3

Условные обозначения:

3 – значительное влияние

2 – среднее влияние

1 – слабое влияние

Приложение № 6
к Федеральному стандарту
спортивной подготовки по виду
спорта «лыжные гонки»

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

№ п/п	Наименование теста	Норматив	
		Юноши	Девушки
1	Бег 30 метров с высокого старта (сек)	-	6,2
2	Бег 60 метров с высокого старта (сек)	10,8	-
3	Прыжок в длину с места с двух на две (см)	145	135
4	Сгибание и разгибание рук из упора лежа (раз)	10	5
5	Подъем корпуса лежа на полу	15	10

Приложение № 7
к Федеральному стандарту
спортивной подготовки по виду
спорта «лыжные гонки»

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

№ п/ п	Наименование теста	Норматив	
		Юноши	Девушки
1	Бег 60 метров с высокого старта(сек)	-	10,8
2	Бег 100 метров с высокого старта(сек)	16,0	-
3	Прыжок в длину с места с двух на две (см)	170	155
4	Бег 1000 метров	4 мин 00 сек	4 мин 15 сек
5	Лыжи, классический стиль, 3 км	-	15 мин 20 сек
6	Лыжи, классический стиль, 5 км	21 мин 00 сек	-
5	Лыжи, свободный стиль, 3 км	-	14 мин 30 сек
6	Лыжи, свободный стиль, 5 км	20 мин 00 сек	-

Приложение № 8
к Федеральному стандарту
спортивной подготовки по виду
спорта «лыжные гонки»

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для
зачисления и перевода в группы на этапе совершенствования
спортивного мастерства**

№ п/ п	Наименование теста	Норматив	
		Юноши	Девушки
1	Бег 100 метров с высокого старта(сек)	14,0	15,2
2	Прыжок в длину с места с двух на две (см)	230	200
3	Бег 1000 метров	3 мин 10 сек	3 мин 30 сек
4	Кросс 2 км	-	8 мин 35 сек
5	Кросс 3 км	9 мин 40 сек	-
5	Лыжи, классический стиль, 3 км	-	10 мин 30 сек
6	Лыжи, классический стиль, 5 км	15 мин 10 сек	17 мин 40 сек
7	Лыжи, классический стиль, 10 км	31 мин 00 сек	-
5	Лыжи, свободный стиль, 3 км	-	9 мин 45 сек
6	Лыжи, свободный стиль, 5 км	14 мин 45 сек	17 мин 00 сек
7	Лыжи, свободный стиль, 10 км	28 мин 30 сек	-

Приложение № 9
к Федеральному стандарту
спортивной подготовки по виду
спорта «лыжные гонки»

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для
зачисления и перевода в группы на этапе высшего спортивного мастерства**

№ п/ п	Наименование теста	Норматив	
		Мужчины	Женщины
1	Бег 100 метров с высокого старта(сек)	13,1	15,0
2	Прыжок в длину с места с двух на две (см)	240	205
3	Бег 1000 метров	3 мин 00 сек	3 мин 20 сек
4	Кросс 2 км	-	8 мин 15 сек
5	Кросс 3 км	9 мин 40 сек	-
5	Лыжи, классический стиль, 3 км	-	10 мин 30 сек
6	Лыжи, классический стиль, 5 км	15 мин 10 сек	17 мин 40 сек
7	Лыжи, классический стиль, 10 км	31 мин 00 сек	-
5	Лыжи, свободный стиль, 3 км	-	9 мин 45 сек
6	Лыжи, свободный стиль, 5 км	14 мин 45 сек	17 мин 00 сек
7	Лыжи, свободный стиль, 10 км	28 мин 30 сек	-

Приложение № 10
к Федеральному стандарту
спортивной подготовки по виду
спорта «лыжные гонки»

Перечень тренировочных мероприятий

№ п/п	Вид тренировочных сборов	Предельная продолжительность сборов по этапам спортивной подготовки (количество дней)				Оптимальное число участников тренировочного мероприятия
		Этап высшего спортивного мастерства	Этап совершенствования спортивного мастерства	Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Этап начальной подготовки	
1. Тренировочные мероприятия по подготовке к соревнованиям						
1.1.	Тренировочные мероприятия по подготовке к международным соревнованиям	21	21	18	-	Определяется организацией, осуществляющей спортивную подготовку
1.2.	Тренировочные мероприятия по подготовке к чемпионатам, кубкам, первенствам России	21	18	14	-	
1.3.	Тренировочные мероприятия по подготовке к другим всероссийским соревнованиям	18	18	14	-	

1.4.	Тренировочные мероприятия по подготовке к официальным соревнованиям субъекта Российской Федерации	14	14	14	-	
2. Специальные тренировочные мероприятия						
2.1.	Тренировочные мероприятия по общей или специальной физической подготовке	18	18	14	-	Не менее 70% от состава группы лиц, проходящих спортивную подготовку на определенном этапе
2.2.	Восстановительные тренировочные мероприятия	До 14 дней			-	Участники соревнований
2.3.	Тренировочные мероприятия для комплексного медицинского обследования	До 5 дней, но не более 2 раз в год			-	В соответствии с планом комплексного медицинского обследования
2.4.	Тренировочные мероприятия в каникулярный период	-	-	До 21 дня подряд и не более двух сборов в год	-	Не менее 60% от состава группы лиц, проходящих спортивную подготовку на определенном этапе
2.5.	Просмотровые тренировочные мероприятия для кандидатов на зачисление в образовательные учреждения среднего профессионального образования, осуществляющие деятельность в области физической культуры и спорта	-	До 60 дней		-	В соответствии с правилами приема

Приложение № 11
к Федеральному стандарту
спортивной подготовки по виду
спорта «лыжные гонки»

**Оборудование и инвентарь, необходимый для осуществления
спортивной подготовки**

Оборудование и спортивный инвентарь,
Необходимые для прохождения спортивной подготовки

Таблица 1

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Количество изделий
Оборудование, спортивный инвентарь			
1.	Лыжи гоночные	пар	14
2.	Крепления лыжные	пар	14
3.	Палки для лыжных гонок	пар	14
4.	Снегоход, укомплектованный приспособлением для прокладки лыжных трасс, либо ратрак (снегоуплотнительная машина для прокладки лыжных трасс)	штук	1
5.	Снегоход	штук	1
6.	Измеритель скорости ветра	штук	2
7.	Термометр наружный	штук	4
8.	Флажки для разметки лыжных трасс	комплект	1
Дополнительное и вспомогательное оборудование и спортивный инвентарь			
9.	Весы медицинские	штук	2
10.	Гантели массивные от 0,5 до 5 кг	комплект	2
11.	Гантели переменной массы от 3 до 12 кг	пар	5
12.	Доска информационная	штук	2
13.	Зеркало настенное (0,6 x 2 м)	комплект	4
14.	Лыжероллеры	пар	14
15.	Мат гимнастический	штук	6
16.	Набивные мячи от 1 до 5 кг	комплект	2
17.	Мяч баскетбольный	штук	1
18.	Мяч волейбольный	штук	1
19.	Мяч футбольный	штук	1
20.	Палка гимнастическая	штук	12
21.	Рулетка металлическая 50 м	штук	1
22.	Секундомер	штук	4
23.	Скакалка гимнастическая	штук	12
24.	Скамейка гимнастическая	штук	2
25.	Стенка гимнастическая	штук	4

26.	Стол для подготовки лыж	комплект	2
27.	Электромегафон	комплект	2
28.	Эспандер лыжника	штук	12
29.	Держатель для утюга	штук	3
30.	Щетки для обработки лыж	штук	35
31.	Стальной скребок	штук	10
32.	Термометр для измерения температуры снега	штук	6
33.	Скребок для обработки лыж (3mm)	штук	50
34.	Пробка синтетическая	штук	40
35.	Фибертекс-	штук	30
36.	Утюг для смазки	штук	4
37.	Стол опорный для подготовки лыж	штук	4
38.	Шкурка	упаковка	20
39.	Накаточный инструмент с 3 роликами	штук	2
40.	Электронный откатчик для установления скоростных характеристик лыж	комплект	1
41.	Лыжные мази (комплект на каждую температуру)	комплект	14
42.	Лыжные парафины (комплект на каждую температуру)	комплект	14
43.	Лыжные ускорители (этапы ССМ, ВСМ)	комплект	4
44.	ГСМ (в соответствии с нормативами)	л	
45.	Спортивный велосипед	штук	12

Таблица 2

Спортивный инвентарь, передаваемый в индивидуальное пользование											
№ п/п	Наименование спортивной экипировки индивидуального пользования	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.	Лыжи гоночные	пар	на занимающегося	2	1	2	1	3	1	4	1
2.	Крепления лыжные	пар	на занимающегося	2	1	2	1	3	1	4	1
3.	Палки для лыжных гонок	пар	на занимающегося	2	1	2	1	2	1	4	1
4.	Лыжероллеры	пар	на занимающегося	2	1	2	1	2	1	2	1
5	Крепления лыжные для лыжероллеров	пар	на занимающегося	2	1	2	1	2	1	2	1

Таблица 3

Мази для подготовки лыжного инвентаря											
№ п/п	Наименование спортивной экипировки индивидуального пользования	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.	Мази	банка	на группу	15	1	30	1	30	1	30	1
2.	Парафины СН (180 гр)	упаковка	на группу			15	1	20	1	20	1
3.	Парафины LF, HF	упаковка	на группу					3	1	3	1
4.	Порошки (30 гр)	банка	на группу					10	1	20	1
	Эмульсии (50 гр)	банка	на группу					5	1	15	1

Приложение №12
к Федеральному стандарту
спортивной подготовки
по виду спорта «лыжные гонки»

Обеспечение спортивной экипировкой

Таблица 1

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Количество изделий
Спортивная экипировка			
1.	Ботинки лыжные (для классики, конька и универсальные)	пар	48 (3 вида x 16 пар)
2.	Чехол для лыж	штук	16
3.	Очки солнцезащитные	штук	16
4.	Нагрудные номера	штук	200

Таблица 2

Спортивная экипировка, передаваемая в индивидуальное пользование											
№ п/п	Наименование спортивной экипировки индивидуального пользования	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.	Очки солнцезащитные	пар	на занимающегося	1	1	1	1	1	1	1	1
2.	Перчатки лыжные	пар	на занимающегося	-	-	1	2	2	1	3	1
3.	Чехол для лыж	штук	на занимающегося	-	-	1	3	1	2	2	2
4.	Ботинки лыжные	пар	на занимающегося	-	-	3	1	3	1	4	1
5.	Кроссовки для зала	пар	на занимающегося	-	-	1	1	2	1	2	1
6.	Кроссовки легкоатлетические	пар	на занимающегося	-	-	2	1	2	1	2	1
7.	Комбинезон для лыжных гонок	штук	на занимающегося	-	-	1	2	1	2	2	2
8.	Костюм ветрозащитный	штук	на занимающегося	-	-	1	2	1	2	1	2

9.	Костюм тренировочный	штук	на занимающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
10.	Костюм утепленный	штук	на занимающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
11.	Костюм разминочный	штук	на занимающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
12.	Футболка (короткий рукав)	штук	на занимающегося	-	-	1	1	2	2	2	2
13.	Футболка (длинный рукав)	штук	на занимающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
14.	Шорты	штук	на занимающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
15.	Термобелье	комплект	на занимающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
16.	Жилет утепленный	штук	на занимающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
17.	Шапка	штук	на занимающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
18.	Носки	пар	на занимающегося	-	-	1	1	2	2	2	2
19.	Сланцы	пар	на занимающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
20.	Кепка	штук	на занимающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
21.	Рюкзак	штук	на занимающегося	-	-	1	1	1	1	1	1