

Приложение № 6
к федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта
«баскетбол», утвержденному приказом
Минспорта России
от 14.11.2025 г. № 954

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для зачисления и перевода на этап начальной подготовки
по виду спорта «баскетбол»**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения	
			мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Челночный бег 3х10м	с	не более	
			10,5	10,8
1.2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			110	110
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее	
			20	16
2.2.	Бег на 14 м	с	не более	
			3,5	4,0