



**КонсультантПлюс**

Приказ Минспорта России от 24.12.2021 N  
1045

"Об утверждении федерального стандарта  
спортивной подготовки по виду спорта  
"софтбол"

(Зарегистрировано в Минюсте России  
04.02.2022 N 67164)

Документ предоставлен **КонсультантПлюс**

[www.consultant.ru](http://www.consultant.ru)

Дата сохранения: 09.12.2022

---

Зарегистрировано в Минюсте России 4 февраля 2022 г. N 67164

---

## МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ПРИКАЗ**  
от 24 декабря 2021 г. N 1045

### ОБ УТВЕРЖДЕНИИ ФЕДЕРАЛЬНОГО СТАНДАРТА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА "СОФТБОЛ"

В соответствии с [частью 1 статьи 34](#) Федерального закона от 04.12.2007 N 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" (Собрание законодательства Российской Федерации, 2007, N 50, ст. 6242; 2011, N 50, ст. 7354) и [подпунктом 4.2.27 пункта 4](#) Положения о Министерстве спорта Российской Федерации, утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации от 19.06.2012 N 607 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, N 26, ст. 3525), приказываю:

1. Утвердить прилагаемый федеральный [стандарт](#) спортивной подготовки по виду спорта "софтбол".
2. Признать утратившим силу [приказ](#) Министерства спорта Российской Федерации от 22.12.2015 N 1227 "Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта софтбол" (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 21.01.2016, регистрационный N 40677).
3. Контроль за исполнением настоящего приказа возложить на заместителя Министра спорта Российской Федерации А.А. Морозова.

Министр  
О.В.МАТЬЦИН

Утвержден  
приказом Минспорта России  
от 24 декабря 2021 г. N 1045

### ФЕДЕРАЛЬНЫЙ СТАНДАРТ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА "СОФТБОЛ"

Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта "софтбол" (далее - ФССП) определяет совокупность минимальных требований к спортивной подготовке в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с [главой IV](#) Федерального закона от 04.12.2007 N 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" (Собрание законодательства Российской Федерации, 2007, N 50, ст. 6242; 2011, N 50, ст. 7354).

---

## **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 "софтбол" (далее - Программа) должна иметь следующую структуру и содержание:

- титульный лист;
- пояснительную записку;
- нормативную часть;
- методическую часть;
- систему спортивного отбора и контроля;
- перечень материально-технического обеспечения;
- перечень информационного обеспечения.

1.1. На "Титульном листе" Программы указываются:

название Программы с указанием вида спорта (спортивной дисциплины) и этапов спортивной подготовки;

наименование организации, осуществляющей спортивную подготовку; год составления Программы.

1.2. В "Пояснительной записке" Программы указываются:

название федерального стандарта спортивной подготовки, на основе которого разработана Программа;

цели, задачи и планируемые результаты реализации Программы;

срок реализации Программы;

характеристика вида спорта "софтбол", входящих в него спортивных дисциплин и их отличительные особенности.

1.3. "Нормативная часть" Программы должна содержать:

структуру тренировочного процесса (циклы, этапы, периоды и другое);

продолжительность этапов спортивной подготовки, возраст лиц для зачисления и перевода на этапы спортивной подготовки, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта "софтбол" ([приложение N 1 к ФССП](#));

---

требования к объему тренировочного процесса ([приложение N 2](#) к ФССП), в том числе к объему индивидуальной подготовки и предельные тренировочные нагрузки;

режимы тренировочной работы и периоды отдыха (активного, пассивного);

виды подготовки (общая физическая и специальная физическая, техническая, тактическая, теоретическая и психологическая), а также соотношение видов спортивной подготовки в структуре тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки по виду спорта "софтбол" ([приложение N 3](#) к ФССП);

требования к объему соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки по виду спорта "софтбол" ([приложение N 4](#) к ФССП);

перечень тренировочных мероприятий ([приложение N 5](#) к ФССП);

годовой план спортивной подготовки;

планы инструкторской и судейской практики;

планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств;

планы мероприятий, направленных на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним.

1.4. "Методическая часть" Программы должна содержать:

рекомендации по проведению тренировочных занятий с учетом влияния физических качеств на результативность ([приложение N 6](#) к ФССП);

программный материал для проведения тренировочных занятий по каждому этапу спортивной подготовки с указанием видов упражнений, средств и методов тренировки;

рекомендации по планированию спортивных результатов;

рекомендации по организации научно-методического обеспечения, в том числе психологического сопровождения.

1.5. "Система спортивного отбора и контроля" должна содержать:

мероприятия по отбору спортсменов для комплектования групп спортивной подготовки по виду спорта "софтбол";

критерии оценки результатов реализации Программы на каждом из этапов спортивной подготовки в соответствии с требованиями к результатам реализации программ спортивной подготовки на каждом из этапов спортивной подготовки;

контроль результативности тренировочного процесса по итогам каждого этапа спортивной подготовки и сроки его проведения;

комплексы контрольных упражнений для оценки общей физической и специальной

---

---

физической, технической, теоретической и тактической подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку, и рекомендации по организации их проведения.

1.6. "Перечень материально-технического обеспечения" Программы должен содержать перечень помещений, оборудования, спортивного инвентаря и спортивной экипировки, используемых для реализации Программы.

1.7. "Перечень информационного обеспечения" Программы должен содержать: список литературных источников, перечень аудиовизуальных средств, перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимых для использования в работе лицами, проходящими спортивную подготовку, и лицами ее осуществляющими.

## **II. Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы с учетом возраста, пола лиц, проходящих спортивную подготовку, особенностей вида спорта "софтбол" (спортивных дисциплин)**

2. Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы для лиц, проходящих спортивную подготовку на этапах спортивной подготовки, определяют возможность зачисления и перевода лиц, проходящих спортивную подготовку, с одного этапа спортивной подготовки на другой этап спортивной подготовки, учитывают их возраст, пол, а также особенности вида спорта "софтбол" и включают:

2.1. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода в группы на этапе начальной подготовки по виду спорта "софтбол" ([приложение N 7 к ФССП](#)).

2.2. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода в группы на тренировочном этапе виду спорта "софтбол" (этапе спортивной специализации) ([приложение N 8 к ФССП](#)).

2.3. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства виду спорта "софтбол" ([приложение N 9 к ФССП](#)).

2.4. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода в группы на этапе высшего спортивного мастерства виду спорта "софтбол" ([приложение N 10 к ФССП](#)).

## **III. Требования к участию лиц, проходящих спортивную подготовку, и лиц, ее осуществляющих, в спортивных соревнованиях, предусмотренных в соответствии с реализуемой программой спортивной подготовки по виду спорта "софтбол"**

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

соответствие возраста, пола и уровня спортивной квалификации лиц, проходящих спортивную подготовку, положениям (регламентам) об официальных спортивных соревнованиях, согласно Единой всероссийской спортивной [классификации](#), и [правилам](#) вида

---

---

спорта "софтбол";

соответствие требованиям к результатам реализации Программ на соответствующем этапе спортивной подготовки;

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 спортивную подготовку, направляется организацией осуществляющей спортивную подготовку, на спортивные соревнования в соответствии с годовым планом реализации Программы, на основании Единого календарного плана межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий и соответствующих положений (регламентов) об официальных спортивных соревнованиях.

5. Лицо, осуществляющее спортивную подготовку, при участии в спортивных соревнованиях обязано соблюдать требования соответствующих положений (регламентов) об официальных спортивных соревнованиях.

#### **IV. Требования к результатам реализации программ спортивной подготовки на каждом из этапов спортивной подготовки**

6. Результатом реализации Программы является:

6.1. На этапе начальной подготовки:

формирование устойчивого интереса к занятиям спортом;

формирование широкого круга двигательных умений и навыков, гармоничное развитие физических качеств;

повышение уровня общей физической и специальной физической подготовки;

освоение основ техники и тактики по виду спорта "софтбол";

общие знания об антидопинговых правилах;

укрепление здоровья;

отбор перспективных юных спортсменов для дальнейшей спортивной подготовки.

6.2. На тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):

формирование устойчивого интереса и спортивной мотивации к занятиям видом спорта "софтбол";

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

---

формирование физических качеств с учетом возраста и уровня влияния физических качеств на результативность;

соблюдение режима тренировочных занятий и периодов отдыха, режима восстановления и питания;

овладение навыками самоконтроля;

приобретение опыта участия в официальных спортивных соревнованиях на первом и втором годах;

достижение стабильности результатов участия в официальных спортивных соревнованиях на третьем и четвертом годах;

овладение основами теоретических знаний о виде спорта "софтбол";

знание антидопинговых правил;

укрепление здоровья.

#### 6.3. На этапе совершенствования спортивного мастерства:

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

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

повышение функциональных возможностей организма;

формирование навыка профессионального подхода к соблюдению режима тренировочных занятий (включая самостоятельную подготовку), спортивных мероприятий, восстановления и питания, а также к соблюдению периодов отдыха и ведению дневника самонаблюдения, в том числе с использованием дистанционных технологий, а также требований мер безопасности;

выполнение плана индивидуальной подготовки;

стабильность демонстрации высоких спортивных результатов в официальных спортивных соревнованиях;

приобретение опыта спортивного судьи по виду спорта "софтбол";

знание антидопинговых правил;

сохранение здоровья.

#### 6.4. На этапе высшего спортивного мастерства:

сохранение мотивации на совершенствование спортивного мастерства и достижение высоких спортивных результатов;

---

---

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

повышение функциональных возможностей организма;

закрепление навыка профессионального подхода к соблюдению режима тренировочных занятий (включая самостоятельную подготовку), спортивных мероприятий, восстановления и питания, а также к соблюдению периодов отдыха и ведению дневника самонаблюдения, в том числе с использованием дистанционных технологий, а также требований мер безопасности;

выполнение плана индивидуальной подготовки;

достижение результатов уровня спортивных сборных команд субъектов Российской Федерации и спортивных сборных команд Российской Федерации;

сохранение здоровья.

7. Лицам, проходящим спортивную подготовку, не выполнившим предъявляемые Программой требования, предоставляется возможность продолжить спортивную подготовку на том же этапе спортивной подготовки, но не более двух лет подряд.

#### **V. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам вида спорта "софтбол"**

8. Особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта "софтбол", определяются в Программе и учитываются, в том числе при составлении плана физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, а также при планировании спортивных результатов.

9. Порядок и сроки формирования тренировочных групп на каждом этапе спортивной подготовки, с учетом особенностей вида спорта "софтбол" и его спортивных дисциплин, определяются организациями, осуществляющими спортивную подготовку, самостоятельно.

10. Для зачисления и перевода в группы на этапах спортивной подготовки необходимо наличие:

на этапе совершенствования спортивного мастерства - спортивного разряда "первый спортивный разряд";

на этапе высшего спортивного мастерства - спортивного звания "кандидат в мастера спорта".

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

11. Организации, осуществляющие спортивную подготовку, должны обеспечить соблюдение требований к условиям реализации Программы, в том числе кадрам,



---

материально-технической базе, инфраструктуре и иным условиям, установленным ФССП.

12. Требования к кадровому составу организаций, осуществляющих спортивную подготовку:

12.1. Уровень квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку, должен соответствовать требованиям, установленным профессиональным **стандартом** "Тренер", утвержденным приказом Минтруда России от 28.03.2019 N 191н (зарегистрирован Минюстом России 25.04.2019, регистрационный N 54519), профессиональным **стандартом** "Инструктор-методист", утвержденный приказом Минтруда России от 08.09.2014 N 630н (зарегистрирован Минюстом России 26.09.2014, регистрационный N 34135) <1>, или 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).

-----

<1> С изменениями, внесенными приказом Минтруда России от 12.12.2016 N 727н (зарегистрирован Минюстом России 13.01.2017, регистрационный N 45230).

12.2. Для проведения тренировочных занятий на всех этапах спортивной подготовки, кроме основного тренера, допускается привлечение тренера (тренеров) по видам спортивной подготовки с учетом специфики вида спорта "софтбол", а также привлечение иных специалистов организаций, осуществляющих спортивную подготовку (при условии их одновременной работы с лицами, проходящими спортивную подготовку).

12.3. Допускается одновременное проведение тренировочных занятий с лицами, проходящими спортивную подготовку в группах на разных этапах спортивной подготовки, если:

объединенная группа состоит из лиц, проходящих спортивную подготовку на этапе начальной подготовки и тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) первого и второго года спортивной подготовки;

объединенная группа состоит из лиц, проходящих спортивную подготовку на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) с первого по четвертый год спортивной подготовки;

объединенная группа состоит из лиц, проходящих спортивную подготовку на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) с третьего по четвертый год спортивной подготовки и этапе совершенствования спортивного мастерства;

объединенная группа состоит из лиц, проходящих спортивную подготовку на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства.

При объединении лиц, проходящих спортивную подготовку на разных этапах, в одну группу не должна быть превышена единовременная пропускная способность спортивного сооружения.

13. Требования к материально-технической базе и инфраструктуре организаций,

---

осуществляющих спортивную подготовку, и иным условиям предусматривают (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 площадки для игры в софтбол;

наличие тренировочного спортивного зала;

наличие тренажерного зала;

наличие раздевалок, душевых;

наличие медицинского пункта, оборудованного в соответствии с [приказом](#) Минздрава России от 23.10.2020 N 1144н "Об утверждении порядка 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" (ГТО)" и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях" (зарегистрирован Минюстом России 03.12.2020, регистрационный N 61238);

обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для осуществления спортивной подготовки ([приложение N 11](#) к ФССП);

обеспечение спортивной экипировкой ([приложение N 12](#) к ФССП);

обеспечения проездом к месту проведения спортивных мероприятий и обратно лиц, проходящих спортивную подготовку;

обеспечение питанием и проживанием лиц, проходящих спортивную подготовку, в период проведения спортивных мероприятий;

медицинское обеспечение лиц, проходящих спортивную подготовку, в том числе организацию систематического медицинского контроля.

14. К иным условиям реализации Программы относятся трудоемкость Программы (объемы времени на ее реализацию) с обеспечением непрерывности тренировочного процесса, а также порядок и сроки формирования тренировочных групп.

14.1. Программа рассчитывается на 52 недели в год.

Тренировочный процесс в организации, осуществляющей спортивную подготовку, должен вестись в соответствии с годовым планом спортивной подготовки (включая четыре недели летнего периода самостоятельной подготовки и (или) летнего спортивно-оздоровительного лагеря для обеспечения непрерывности тренировочного процесса) и осуществляется в следующих формах:

тренировочные занятия (групповые, индивидуальные и смешанные), в том числе с использованием дистанционных технологий;

---

---

тренировочные мероприятия;

самостоятельная подготовка по индивидуальным планам, в том числе с использованием дистанционных технологий;

спортивные соревнования;

контрольные мероприятия;

инструкторская и судейская практики;

медицинские, медико-биологические и восстановительные мероприятия.

14.2. В годовом плане спортивной подготовки количество часов, отводимых на спортивные соревнования и тренировочные мероприятия, указываются в соответствии с требованиями к объему соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки по виду спорта "софтбол" и перечнем тренировочных мероприятий. Самостоятельная подготовка должна составлять не менее 10% от общего количества часов, предусмотренных годовым планом спортивной подготовки. Остальные часы распределяются организацией, осуществляющей спортивную подготовку, с учетом особенностей вида спорта.

14.3. Продолжительность одного тренировочного занятия при реализации Программы не должна превышать:

на этапе начальной подготовки - двух часов;

на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) - трех часов;

на этапе совершенствования спортивного мастерства - четырех часов;

на этапе высшего спортивного мастерства - четырех часов.

При проведении более одного тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не должна составлять более восьми часов.

14.4. На основании годового плана спортивной подготовки организацией, осуществляющей спортивную подготовку, утверждается план тренировочного процесса и расписание тренировочных занятий для каждой тренировочной группы.

14.5. Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки осуществляется только на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства.

Приложение N 1  
к федеральному стандарту  
спортивной подготовки  
по виду спорта "софтбол",

утвержденному  
приказом Минспорта России  
от 24 декабря 2021 г. N 1045

**ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ЭТАПОВ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ, ВОЗРАСТ ЛИЦ  
ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ И ПЕРЕВОДА НА ЭТАПЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ,  
КОЛИЧЕСТВО ЛИЦ, ПРОХОДЯЩИХ СПОРТИВНУЮ ПОДГОТОВКУ В ГРУППАХ  
НА ЭТАПАХ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА "СОФТБОЛ"**

| Этапы спортивной подготовки                        | Продолжительность этапов (в годах) | Возраст для зачисления и перевода в группы (лет) | Наполняемость групп (человек) |
|--|------------------------------------|--|-------------------------------|
| Этап начальной подготовки                          | 3                                  | 8  | 14                            |
| Тренировочный этап (этап спортивной специализации) | 4                                  | 11   | 10                            |
| Этап совершенствования спортивного мастерства      | не устанавливается                 | 13   | 6                             |
| Этап высшего спортивного мастерства                | не устанавливается                 | 15   | 4                             |

Приложение N 2  
к федеральному стандарту  
спортивной подготовки  
по виду спорта "софтбол",  
утвержденному  
приказом Минспорта России  
от 24 декабря 2021 г. N 1045

**ТРЕБОВАНИЯ К ОБЪЕМУ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА**

| Этапный норматив | Этапы и годы спортивной подготовки |            |  |                | Этап совершенствования спортивного мастерства | Этап высшего спортивного мастерства |
|------------------|------------------------------------|------------|--|----------------|---|-------------------------------------|
|                  | Этап начальной подготовки          |            | Тренировочный этап (этап спортивной специализации) |                |   |                                     |
|                  | До года                            | Свыше года | До двух лет  | Свыше двух лет |   |                                     |

|                              |     |     |     |     |     |      |
|------------------------------|-----|-----|-----|-----|-----|------|
| Количество часов в неделю    | 4,5 | 6   | 9   | 12  | 18  | 24   |
| Общее количество часов в год | 234 | 312 | 468 | 624 | 936 | 1248 |

Приложение N 3  
к федеральному стандарту  
спортивной подготовки  
по виду спорта "софтбол",  
утвержденному  
приказом Минспорта России  
от 24 декабря 2021 г. N 1045

**СООТНОШЕНИЕ ВИДОВ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ В СТРУКТУРЕ  
ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА НА ЭТАПАХ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ  
ПО ВИДУ СПОРТА "СОФТБОЛ"**

| Виды 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 |   |                                     |
| Общая физическая подготовка (%)       | 52 - 62                   | 43 - 54    | 20 - 28  | 18 - 25        | 19 - 22                                       | 19 - 22                             |
| Специальная физическая подготовка (%) | 22 - 24                   | 26 - 33    | 31 - 39  | 32 - 42        | 35 - 42                                       | 35 - 42                             |
| Техническая подготовка (%)            | 10 - 14                   | 14 - 19    | 20 - 26  | 20 - 26        | 15 - 20                                       | 15 - 20                             |
| Теоретическая подготовка (%)          | 1 - 2                     | 1 - 2      | 4 - 6  | 4 - 6          | 5 - 8   | 5 - 8                               |
| Тактическая подготовка (%)            | 4 - 6                     | 4 - 6      | 12 - 20  | 12 - 20        | 8 - 16  | 8 - 16                              |

|                                |       |       |       |       |        |        |
|--------------------------------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|
| Психологическая подготовка (%) | 1 - 2 | 1 - 2 | 4 - 6 | 4 - 6 | 6 - 10 | 6 - 10 |
|--------------------------------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|

Приложение N 4  
к федеральному стандарту  
спортивной подготовки  
по виду спорта "софтбол",  
утвержденному  
приказом Минспорта России  
от 24 декабря 2021 г. N 1045

### ТРЕБОВАНИЯ К ОБЪЕМУ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА ЭТАПАХ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА "СОФТБОЛ"

| Виды спортивных 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                  | -                                  | 1          | 1  | 1              | 1   | 1                                   |
| Отборочные                   | -                                  | -          | -  | 1              | 1   | 1                                   |
| Основные                     | -                                  | -          | 2  | 3              | 4   | 4                                   |
| Игры                         | -                                  | -          | 12   | 18             | 27  | 27                                  |

Приложение N 5  
к федеральному стандарту  
спортивной подготовки  
по виду спорта "софтбол",  
утвержденному  
приказом Минспорта России  
от 24 декабря 2021 г. N 1045

### ПЕРЕЧЕНЬ ТРЕНИРОВОЧНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

| N<br>п/п  | Виды<br>тренировочных<br>мероприятий   | Предельная продолжительность<br>тренировочных мероприятий по этапам<br>спортивной подготовки (количество дней) |   |  |  | Число<br>участников<br>тренирово<br>чного<br>мероприятия                                |
|---|--|--|---|--|--|---|
|   |  | Этап<br>началь<br>ной<br>подгото<br>вки  | Тренирово<br>чный этап<br>(этап<br>спортивной<br>специализа<br>ции) | Этап<br>соверше<br>нства<br>ния<br>спорти<br>вного<br>масте<br>рства | Этап<br>высшего<br>спорти<br>вного<br>масте<br>рства |   |
| 1. Тренировочные мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям |  |  |   |  |  |   |
| 1.1.  | Тренировочные мероприятия по подготовке к международным спортивным соревнованиям                             | -  | 18  | 21   | 21   | Определяе<br>тся<br>организа<br>цией,<br>осуществляю<br>щей<br>спортивную<br>подготовку |
| 1.2.  | Тренировочные мероприятия по подготовке к чемпионатам России, кубкам России, первенствам России              | -  | 14  | 18   | 21   |   |
| 1.3.  | Тренировочные мероприятия по подготовке к другим всероссийским спортивным соревнованиям                      | -  | 14  | 18   | 18   |   |
| 1.4.  | Тренировочные мероприятия по подготовке к официальным спортивным соревнованиям субъекта Российской Федерации | -  | 14  | 14   | 14   |   |

| 2. Специальные тренировочные мероприятия |   |  |                                    |    |    |  |
|--|---|--|------------------------------------|----|----|--|
| 2.1.                                     | Тренировочные мероприятия по общей и (или) специальной физической подготовке          | -  | 14                                 | 18 | 18 | Не менее 70% от состава группы лиц, проходящих спортивную подготовку на определенном этапе |
| 2.2.                                     | Восстановительные тренировочные мероприятия   | -  | До 14 дней                         |    |    | В соответствии с количеством лиц, принимавших участие в спортивных соревнованиях           |
| 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 тренировочных мероприятий 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 | -  | До 60 дней                         |    |    | В соответствии с правилами приема  |



|  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|
| учреждения<br>среднего<br>профессиональ<br>ного образования,<br>осуществляющие<br>деятельность в<br>области<br>физической<br>культуры и спорта |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|

Приложение N 6  
к федеральному стандарту  
спортивной подготовки  
по виду спорта "софтбол",  
утвержденному  
приказом Минспорта России  
от 24 декабря 2021 г. N 1045

### **ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ НА РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ**

| Физические качества | Уровень влияния |
|---------------------|-----------------|
| Быстрота            | 3               |
| Сила                | 3               |
| Выносливость        | 2               |
| Координация         | 3               |
| Гибкость            | 2               |

Условные обозначения:

2 - среднее влияние;

3 - значительное влияние.

Приложение N 7  
к федеральному стандарту  
спортивной подготовки

по виду спорта "софтбол",  
утвержденному  
приказом Минспорта России  
от 24 декабря 2021 г. N 1045

**НОРМАТИВЫ  
ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ  
ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ И ПЕРЕВОДА В ГРУППЫ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ  
ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА "СОФТБОЛ"**

| N<br>п/п                                       | Упражнения  | Единица измерения    | Норматив |
|--|---|----------------------|----------|
|  |   |                      | девочки  |
| 1. Нормативы общей физической подготовки       |   |                      |          |
| 1.1.   | Бег на 30 м   | с                    | не более |
|  |   |                      | 7,1      |
| 1.2.   | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу                              | количество раз       | не менее |
|  |   |                      | 4        |
| 1.3.   | Смешанное передвижение на 1000 м  | мин, с               | не более |
|  |   |                      | 7.35     |
| 1.4.   | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) | см                   | не менее |
|  |   |                      | 3        |
| 1.5.   | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами                                 | см                   | не менее |
|  |   |                      | 115      |
| 1.6.   | Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м                               | количество попаданий | не менее |
|  |   |                      | 1        |
| 1.7.   | Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)                   | количество раз       | не менее |
|  |   |                      | 18       |
| 2. Нормативы специальной физической подготовки |   |                      |          |
| 2.1.   | Бег на 18 м   | с                    | не более |
|  |   |                      | 3,9      |

|      |  |   |          |
|------|--|---|----------|
| 2.2. | Бросок набивного мяча, массой 1 кг вперед двумя руками | м | не менее |
|      |  |   | 4,5      |
| 2.3. | Метание софтбольного мяча вперед одной рукой           | м | не менее |
|      |  |   | 18       |

Приложение N 8  
к федеральному стандарту  
спортивной подготовки  
по виду спорта "софтбол",  
утвержденному  
приказом Минспорта России  
от 24 декабря 2021 г. N 1045

**НОРМАТИВЫ  
ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ  
ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ И ПЕРЕВОДА В ГРУППЫ НА ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ  
(ЭТАПЕ СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА "СОФТБОЛ"**

| N<br>п/п                                 | Упражнения  | Единица измерения | Норматив |
|--|---|-------------------|----------|
|  |   |                   | девушки  |
| 1. Нормативы общей физической подготовки |   |                   |          |
| 1.1.                                     | Бег на 30 м   | с                 | не более |
|  |   |                   | 6,0      |
| 1.2.                                     | Бег на 1500 м   | мин, с            | не более |
|  |   |                   | 8.29     |
| 1.3.                                     | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу                              | количество раз    | не менее |
|  |   |                   | 9        |
| 1.4.                                     | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) | см                | не менее |
|  |   |                   | +6       |
| 1.5.                                     | Челночный бег 3 x 10 м  | с                 | не более |
|  |   |                   | 9,4      |

|   |   |                                    |          |
|---|---|------------------------------------|----------|
| 1.6.  | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами               | см                                 | не менее |
|   |   |                                    | 145      |
| 1.7.  | Метание мяча весом 150 г                                  | м                                  | не менее |
|   |   |                                    | 18       |
| 1.8   | Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин) | количество раз                     | не менее |
|   |   |                                    | 28       |
| <b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b> |   |                                    |          |
| 2.1.  | Бег на 18 м   | с                                  | не более |
|   |   |                                    | 3,6      |
| 2.2.  | Бросок набивного мяча, массой 1 кг вперед двумя руками    | м                                  | не менее |
|   |   |                                    | 8        |
| 2.3.  | Метание софтбольного мяча вперед одной рукой              | м                                  | не менее |
|   |   |                                    | 25       |
| 2.4.  | Техническое мастерство                                    | Обязательная техническая программа |          |

Приложение N 9  
к федеральному стандарту  
спортивной подготовки  
по виду спорта "софтбол",  
утвержденному  
приказом Минспорта России  
от 24 декабря 2021 г. N 1045

**НОРМАТИВЫ  
ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ  
ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ И ПЕРЕВОДА В ГРУППЫ НА ЭТАПЕ  
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА  
ПО ВИДУ СПОРТА "СОФТБОЛ"**

| N<br>п/п | Упражнения | Единица измерения | Норматив        |
|----------|------------|-------------------|-----------------|
|          |            |                   | девушки/юниорки |

| 1. Нормативы общей физической подготовки       |   |                                    |          |
|--|---|------------------------------------|----------|
| 1.1.   | Бег на 60 м   | с                                  | не более |
|  |   |                                    | 9,6      |
| 1.2.   | Бег на 2000 м   | мин, с                             | не более |
|  |   |                                    | 10.00    |
| 1.3.   | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу                              | количество раз                     | не менее |
|  |   |                                    | 15       |
| 1.4.   | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) | см                                 | не менее |
|  |   |                                    | +15      |
| 1.5.   | Челночный бег 3 x 10 м  | с                                  | не более |
|  |   |                                    | 8,0      |
| 1.6.   | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами                                 | см                                 | не менее |
|  |   |                                    | 180      |
| 1.7.   | Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)                   | количество раз                     | не менее |
|  |   |                                    | 36       |
| 1.8.   | Метание мяча весом 150 г  | м                                  | не менее |
|  |   |                                    | 27       |
| 2. Нормативы специальной физической подготовки |   |                                    |          |
| 2.1.   | Бег на 18 м   | с                                  | не более |
|  |   |                                    | 3,4      |
| 2.2.   | Бросок набивного мяча, массой 1 кг вперед двумя руками                      | м                                  | не менее |
|  |   |                                    | 12       |
| 2.3.   | Метание софтбольного мяча вперед одной рукой                                | м                                  | не менее |
|  |   |                                    | 30       |
| 2.4.   | Техническое мастерство  | Обязательная техническая программа |          |

Приложение N 10  
к федеральному стандарту  
спортивной подготовки  
по виду спорта "софтбол",  
утвержденному  
приказом Минспорта России  
от 24 декабря 2021 г. N 1045

**НОРМАТИВЫ  
ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ  
ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ И ПЕРЕВОДА В ГРУППЫ НА ЭТАПЕ ВЫСШЕГО  
СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА "СОФТБОЛ"**

| N<br>п/п                                 | Упражнения  | Единица измерения | Норматив                |
|--|---|-------------------|-------------------------|
|  |   |                   | девушки/юниорки/женщины |
| 1. Нормативы общей физической подготовки |   |                   |                         |
| 1.1.                                     | Бег на 60 м   | с                 | не более                |
|  |   |                   | 9,6                     |
| 1.2.                                     | Бег на 2000 м   | мин, с            | не более                |
|  |   |                   | 10.00                   |
| 1.3.                                     | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу                              | количество раз    | не менее                |
|  |   |                   | 15                      |
| 1.4.                                     | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) | см                | не менее                |
|  |   |                   | +15                     |
| 1.5.                                     | Челночный бег 3 x 10 м  | с                 | не более                |
|  |   |                   | 8,0                     |
| 1.6.                                     | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами                                 | см                | не менее                |
|  |   |                   | 185                     |
| 1.7.                                     | Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)                   | количество раз    | не менее                |
|  |   |                   | 45                      |

|  |  |                                    |          |
|--|--|------------------------------------|----------|
| 1.8.   | Метание мяча весом 150 г                               | м                                  | не менее |
|  |  |                                    | 27       |
| 2. Нормативы специальной физической подготовки |  |                                    |          |
| 2.1.   | Бег на 18 м  | с                                  | не более |
|  |  |                                    | 3        |
| 2.2.   | Бросок набивного мяча, массой 1 кг вперед двумя руками | м                                  | не менее |
|  |  |                                    | 19       |
| 2.3.   | Метание софтбольного мяча вперед одной рукой           | м                                  | не менее |
|  |  |                                    | 40       |
| 2.4.   | Техническое мастерство                                 | Обязательная техническая программа |          |

Приложение N 11  
к федеральному стандарту  
спортивной подготовки  
по виду спорта "софтбол",  
утвержденному  
приказом Минспорта России  
от 24 декабря 2021 г. N 1045

**ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБОРУДОВАНИЕМ И СПОРТИВНЫМ ИНВЕНТАРЕМ,  
НЕОБХОДИМЫМИ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ**

Таблица N 1

| № п/п | Наименование                   | Единица измерения | Количество изделий |
|-------|--------------------------------|-------------------|--------------------|
| 1.    | База софтбольная               | комплект          | 3                  |
| 2.    | Барьер легкоатлетический       | штук              | 15                 |
| 3.    | Беговые соты (лесенки)         | штук              | 1                  |
| 4.    | Бита софтбольная (композитная) | штук              | 15                 |

|     |   |          |     |
|-----|---|----------|-----|
| 5.  | Брусья навесные на гимнастическую стенку      | штук     | 1   |
| 6.  | Ведро с крышкой для мячей                     | штук     | 2   |
| 7.  | Динамометр (кистевой)                         | штук     | 1   |
| 8.  | Защитный экран сетчатый (универсальный)       | комплект | 5   |
| 9.  | Мат гимнастический                            | штук     | 10  |
| 10. | Мяч баскетбольный                             | штук     | 10  |
| 11. | Мяч волейбольный                              | штук     | 2   |
| 12. | Мяч для пушки                                 | штук     | 120 |
| 13. | Мяч набивной (медицинбол) от 1 кг до 5 кг     | комплект | 2   |
| 14. | Мяч софтбольный                               | штук     | 360 |
| 15. | Мяч софтбольный для зала (мягкий)             | штук     | 120 |
| 16. | Мяч теннисный                                 | штук     | 50  |
| 17. | Мяч футбольный                                | штук     | 2   |
| 18. | Набор резинок для фитнеса                     | комплект | 5   |
| 19. | Набор утяжеленных мячей для питчера           | комплект | 2   |
| 20. | Намотка кожаная на биты                       | штук     | 10  |
| 21. | Насос универсальный для накачивания мячей     | штук     | 1   |
| 22. | Перекладина навесная на гимнастическую стенку | комплект | 4   |
| 23. | Пластина "дом"                                | штук     | 1   |
| 24. | Пластина питчера                              | штук     | 1   |
| 25. | Платформа балансировочная                     | штук     | 10  |
| 26. | Пушка софтбольная                             | штук     | 1   |
| 27. | Радар для измерения скорости полета мяча      | штук     | 1   |
| 28. | Секундомер                                    | штук     | 1   |
| 29. | Силовые тросы (ленты эспандеры)               | штук     | 10  |
| 30. | Скакалка гимнастическая                       | штук     | 10  |



---

|     |                         |      |    |
|-----|-------------------------|------|----|
| 31. | Скамейка гимнастическая | штук | 2  |
| 32. | Стенка гимнастическая   | штук | 4  |
| 33. | Стенка гимнастическая   | штук | 4  |
| 34. | Стойка для отбивания    | штук | 4  |
| 35. | Фишки (конусы)          | штук | 20 |

Таблица N 2

| Спортивный инвентарь, передаваемый в индивидуальное пользование |                                   |                      |                          |                                 |                                   |   |                                   |   |                                   |   |                                   |
|---|-----------------------------------|----------------------|--------------------------|---------------------------------|-----------------------------------|---|-----------------------------------|---|-----------------------------------|---|-----------------------------------|
| N<br>п/<br>п  | Наименование                      | Единица<br>измерения | Расче<br>тная<br>единица | Этапы спортивной подготовки     |                                   |   |                                   |   |                                   |   |                                   |
|   |                                   |                      |                          | Этап<br>начальной<br>подготовки |                                   | Тренирово<br>чный этап<br>(этап<br>спортивной<br>специализа<br>ции) |                                   | Этап соверше<br>нствования<br>спортивного<br>мастерства |                                   | Этап высшего<br>спортивного<br>мастерства |                                   |
|   |                                   |                      |                          | ко<br>личе<br>ство              | срок<br>эксплу<br>атации<br>(лет) | ко<br>личе<br>ство  | срок<br>эксплу<br>атации<br>(лет) | ко<br>личе<br>ство                                      | срок<br>эксплу<br>атации<br>(лет) | ко<br>личе<br>ство                        | срок<br>эксплу<br>атации<br>(лет) |
| 1.  | Бита софтбольная<br>(композитная) | штук                 | на<br>занима<br>ющегося  | 1                               | 2                                 | 1   | 2                                 | 1   | 1                                 | 2   | 1                                 |

Приложение N 12  
к федеральному стандарту  
спортивной подготовки  
по виду спорта "софтбол",  
утвержденному  
приказом Минспорта России  
от 24 декабря 2021 г. N 1045

## ОБЕСПЕЧЕНИЕ СПОРТИВНОЙ ЭКИПИРОВКОЙ

Таблица N 1

| N<br>п/п | Наименование                                   | Единица<br>измерения | Количе<br>ство |
|----------|--|----------------------|----------------|
| 1.       | Маска защитная для полевых игроков             | штук                 | 9              |
| 2.       | Сумка для переноса софтбольных бит             | штук                 | 1              |
| 3.       | Сумка для переноса софтбольных защитных шлемов | штук                 | 1              |
| 4.       | Шлем защитный софтбольный                      | штук                 | 9              |

Таблица N 2

| Спортивная экипировка, передаваемая в индивидуальное пользование |  |                   |                   |                             |                         |  |                         |   |                         |                                     |                         |
|--|--|-------------------|-------------------|-----------------------------|-------------------------|--|-------------------------|---|-------------------------|-------------------------------------|-------------------------|
| N<br>п/п   | Наименование   | 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.   | Гетры (носки софтбольные)  | пар               | на занимающегося  | -                           | -                       | 1  | 1                       | 2   | 1                       | 4                                   | 1                       |
| 2.   | Комплект кетчера софтбольный (шлем, нагрудник, щитки защитные на голень, ловушка кетчера, пластина дома, сумка для переноса комплекта кетчера) | комплект          | на занимающегося  | 0,2                         | 3                       | 0,2  | 3                       | 0,2   | 2                       | 0,2                                 | 1                       |
| 3.   | Ловушка софтбольная  | штук              | на занимающегося  | 1                           | 2                       | 1  | 2                       | 1   | 1                       | 1                                   | 1                       |

|     |  |          |                  |   |   |   |   |   |   |   |   |
|-----|--|----------|------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 4.  | Наколенник софтбольный (длинный)                             | штук     | на занимающегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 5.  | Обувь софтбольная (спайки)                                   | пар      | на занимающегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 6.  | Перчатки софтбольные   | пар      | на занимающегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 7.  | Форма для игры в софтбол (шорты, футболка с номером, бриджи) | комплект | на занимающегося | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| 8.  | Футболка с длинным рукавом                                   | штук     | на занимающегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 9.  | Футболка с коротким рукавом                                  | штук     | на занимающегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 10. | Шлем софтбольный   | штук     | на занимающегося | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 |
| 11. | Щитки защитные софтбольные                                   | пар      | на занимающегося | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 |