

Приложение № 6
к федеральному стандарту
спортивной подготовки по виду спорта
«лыжные гонки», утвержденному
приказом Минспорта России
от «05» марта 2025 г. № 908

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

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки
1.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			7,1	7,3	6,3	6,5
2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее	
			130	120	140	130
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			5	4	10	5
4.	Бег на 1 000 м	мин, с	не более		не более	
			6.30	7.00	5.50	6.20