



МИНИСТЕРСТВО ЮСТИЦИИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ЗАРЕГИСТРИРОВАНО

Регистрационный № 84068

от 1 ноября 2025

**МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
(МИНСПОРТ РОССИИ)**

ПРИКАЗ

29 сентября 2025 г.

г. Москва

№

790

**Об утверждении федерального стандарта
спортивной подготовки по виду спорта «роллер спорт»**

В соответствии с частью 1 статьи 34 Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и подпунктом 4.2.27 пункта 4 Положения о Министерстве спорта Российской Федерации, утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации от 19.06.2012 № 607, п р и к а з ы в а ю:

1. Утвердить прилагаемый федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «роллер спорт».

2. Признать утратившим силу приказ Министерства спорта Российской Федерации от 18.11.2022 № 1014 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «роллер спорт» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 13.12.2022, регистрационный № 71493).

3. Настоящий приказ вступает в силу с 01.01.2026.

4. Контроль за исполнением настоящего приказа возложить на заместителя Министра спорта Российской Федерации А.А. Морозова.

Министр

М.В. Дегтярев

УТВЕРЖДЕН
приказом Минспорта России
от «29» сентября 2025 г. № 790

**Федеральный стандарт
спортивной подготовки по виду спорта «роллер спорт»**

I. Требования к структуре и содержанию примерных дополнительных образовательных программ спортивной подготовки, в том числе к их теоретическим и практическим разделам применительно к каждому этапу спортивной подготовки, включая сроки реализации таких этапов и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам

1. Примерная дополнительная образовательная программа спортивной подготовки должна иметь следующую структуру и содержание:

1.1. Общие положения, включающие:

1.1.1. Название дополнительной образовательной программы спортивной подготовки с указанием вида спорта (спортивной дисциплины).

1.1.2. Цели дополнительной образовательной программы спортивной подготовки.

1.2. Характеристику дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, включающую:

1.2.1. Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки (приложение № 1 к федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «роллер спорт») (далее – ФССП).

1.2.2. Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки (приложение № 2 к ФССП).

1.2.3. Виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, включающие:

учебно-тренировочные занятия;

учебно-тренировочные мероприятия (приложение № 3 к ФССП);

спортивные соревнования согласно объему соревновательной деятельности (приложение № 4 к ФССП);

иные виды (формы) обучения.

1.2.4. Годовой учебно-тренировочный план с учетом соотношения видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки (приложение № 5 к ФССП).

1.2.5. Календарный план воспитательной работы.

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

1.2.7. Планы инструкторской и судейской практики.

1.2.8. Планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств.

1.3. Систему контроля, содержащую:

1.3.1. Требования к результатам прохождения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, в том числе к участию в спортивных соревнованиях.

1.3.2. Оценку результатов освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки.

1.3.3. Контрольные и контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки и уровень спортивной квалификации лиц, проходящих спортивную подготовку, по годам и этапам спортивной подготовки.

1.4. Рабочую программу по виду спорта (спортивной дисциплине), состоящую из программного материала для учебно-тренировочных занятий по каждому этапу спортивной подготовки и учебно-тематического плана.

1.5. Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, включающие материально-технические, кадровые и информационно-методические условия.

II. Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы с учетом возраста, пола лиц, проходящих спортивную подготовку, особенностей вида спорта «роллер спорт» (спортивных дисциплин), уровень спортивной квалификации таких лиц (спортивные разряды и спортивные звания)

2. Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы лиц, проходящих спортивную подготовку (далее – обучающиеся), на этапах спортивной подготовки, уровень спортивной квалификации таких лиц (спортивные разряды и спортивные звания) учитывают их возраст, пол, а также особенности вида спорта «роллер спорт» и включают:

2.1. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «роллер спорт» (приложение № 6 к ФССП).

2.2. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) по виду спорта «роллер спорт» (приложение № 7 к ФССП).

2.3. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «роллер спорт» (приложение № 8 к ФССП).

2.4. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды и спортивные звания) для зачисления и перевода на этап высшего спортивного мастерства по виду спорта «роллер спорт» (приложение № 9 к ФССП).

III. Требования к участию лиц, проходящих спортивную подготовку, и лиц, ее осуществляющих, в спортивных соревнованиях, предусмотренных в соответствии с реализуемой дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта «роллер спорт»

3. Требования к участию в спортивных соревнованиях обучающихся:

соответствие возраста, пола и уровня спортивной квалификации обучающихся положениям (регламентам) об официальных спортивных соревнованиях согласно Единой всероссийской спортивной классификации и правилам вида спорта «роллер спорт»;

наличие медицинского заключения о допуске к участию в спортивных соревнованиях;

соблюдение общероссийских антидопинговых правил и антидопинговых правил, утвержденных международными антидопинговыми организациями.

4. Организация, реализующая дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, направляет обучающегося и лиц, осуществляющих спортивную подготовку, на спортивные соревнования на основании утвержденного плана физкультурных и спортивных мероприятий, формируемого в том числе в соответствии с Единым календарным планом межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, календарным планом официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий субъекта Российской Федерации, календарным планом официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий федеральной территории «Сириус», календарным планом физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий муниципального образования и соответствующими положениями (регламентами) об официальных спортивных соревнованиях.

IV. Требования к результатам прохождения спортивной подготовки применительно к этапам спортивной подготовки

5. Результаты прохождения спортивной подготовки применительно к этапам спортивной подготовки должны соответствовать целям, поставленным дополнительной образовательной программой спортивной подготовки.

6. Требования к результатам прохождения спортивной подготовки, в том числе по отдельным этапам спортивной подготовки, конкретизируются в примерной дополнительной образовательной программе спортивной подготовки и направлены:

6.1. На этапе начальной подготовки на:

формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом;

получение общих теоретических знаний о физической культуре и спорте, в том числе о виде спорта «роллер спорт»;

формирование двигательных умений и навыков, в том числе в виде спорта «роллер спорт»;

повышение уровня физической подготовленности и всестороннее

гармоничное развитие физических качеств;

обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях начиная со второго года для спортивных дисциплин «гонка на очки», «гонка с выбыванием», «спринт 100 м», «спринт 300 м», «спринт 1 круг», «спринт 500 м», «спринт 1 000 м», «фристайл - слалом - скоростной», «фристайл - слалом»;

укрепление здоровья.

6.2. На учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) на:

формирование устойчивого интереса к занятиям видом спорта «роллер спорт»;

формирование разносторонней общей и специальной физической подготовленности, а также теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности, соответствующей виду спорта «роллер спорт»;

обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и формирование навыков соревновательной деятельности;

укрепление здоровья.

6.3. На этапе совершенствования спортивного мастерства на:

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

обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и совершенствование навыков в условиях соревновательной деятельности;

сохранение здоровья.

6.4. На этапе высшего спортивного мастерства на:

повышение уровня общей и специальной физической, теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности, соответствующей виду спорта «роллер спорт»;

обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и достижение обучающимися высоких и стабильных спортивных результатов в условиях соревновательной деятельности;

сохранение здоровья.

V. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам вида спорта «роллер спорт»

7. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам вида спорта «роллер спорт», содержащим в своих наименованиях слова и словосочетания «трек», «спринт», «гонка», «фристайл - слалом - скоростной» (далее – «скоростной слалом»), «слайды», «фристайл - слалом», «фристайл - слалом - прыжок в высоту», «хоккей» и «хоккей с мячом на роликовых коньках» (далее – «хоккей»), «фигурное катание - одиночное - двурядные коньки - обязательная программа» (далее – «обязательная программа»), «фигурное катание - одиночное - двурядные коньки - произвольная программа» (далее – «произвольная программа»), «фигурное катание - одиночное - двурядные коньки - двоеборье» (далее – «двоеборье»), «фигурное катание - одиночное - одnorядные коньки» (далее – «однорядные коньки»), «самокат», основаны на особенностях вида

спорта «роллер спорт». Реализация дополнительных образовательных программ спортивной подготовки проводится с учетом этапа спортивной подготовки и спортивных дисциплин вида спорта «роллер спорт», по которым осуществляется спортивная подготовка.

8. Особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта «роллер спорт» учитываются организациями, реализующими дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, при формировании дополнительных образовательных программ спортивной подготовки, в том числе годового учебно-тренировочного плана.

9. Для зачисления на этап спортивной подготовки лицо, желающее пройти спортивную подготовку, должно достичь установленного возраста в календарный год зачисления на соответствующий этап спортивной подготовки.

10. В зависимости от условий и организации учебно-тренировочных занятий, а также условий проведения спортивных соревнований подготовка обучающихся осуществляется на основе обязательного соблюдения требований безопасности, учитывающих особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта «роллер спорт».

VI. Требования к кадровым и материально-техническим условиям реализации этапов спортивной подготовки и иным условиям

11. Организации, реализующие дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, должны обеспечить соблюдение требований к кадровым и материально-техническим условиям реализации этапов спортивной подготовки и иным условиям, установленным ФССП.

12. Требования к кадровому составу организаций, реализующих дополнительные образовательные программы спортивной подготовки:

12.1. Уровень квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку, должен соответствовать требованиям, установленным профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель», утвержденным приказом Минтруда России от 24.12.2020 № 952н (зарегистрирован Минюстом России 25.01.2021, регистрационный № 62203)¹, профессиональным стандартом «Тренер», утвержденным приказом Минтруда России от 27.04.2023 № 362н (зарегистрирован Минюстом России 25.05.2023, регистрационный № 73442), действует до 01.09.2029, профессиональным стандартом «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минтруда России от 21.04.2022 № 237н (зарегистрирован Минюстом России 27.05.2022, регистрационный № 68615), действует до 01.09.2028, 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 № 916н (зарегистрирован Минюстом

¹ С изменениями, внесенными приказом Минтруда России от 30.08.2023 № 686н (зарегистрирован Минюстом России 14.09.2023, регистрационный № 75229).

России 14.10.2011, регистрационный № 22054), и (или) Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования», утвержденным приказом Минздравсоцразвития России от 15.08.2011 № 916н (зарегистрирован Минюстом России 14.10.2011, регистрационный № 22054).

12.2. Для проведения учебно-тренировочных занятий и участия в официальных спортивных соревнованиях на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации), этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, кроме основного тренера-преподавателя, допускается привлечение тренера-преподавателя по видам спортивной подготовки с учетом специфики вида спорта «роллер спорт», а также на всех этапах спортивной подготовки привлечение иных специалистов (при условии их одновременной работы с обучающимися).

13. Требования к материально-техническим условиям реализации этапов спортивной подготовки предусматривают (в том числе на основании договоров, заключенных в соответствии с гражданским законодательством Российской Федерации):

- наличие площадки для проведения учебно-тренировочных занятий;
- наличие тренировочного спортивного зала;
- наличие раздевалок, душевых;

наличие медицинского пункта, оборудованного в соответствии с приказом Минздрава России от 23.10.2020 № 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 № 61238)²;

обеспечение обучающихся проездом к месту проведения спортивных мероприятий и обратно;

обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки (приложение № 10 к ФССП), а также иным оборудованием, спортивным инвентарем, необходимыми для реализации спортивной подготовки, приобретаемыми по решению организации, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки, по согласованию с учредителем;

обеспечение спортивной экипировкой (приложение № 11 к ФССП), а также иной спортивной экипировкой, необходимой для реализации спортивной

² С изменениями, внесенными приказами Минздрава России от 22.02.2022 № 106н (зарегистрирован Минюстом России 28.02.2022, регистрационный № 67554), от 26.09.2023 № 497н (зарегистрирован Минюстом России 29.09.2023, регистрационный № 75373), действует до 01.01.2027.

подготовки, приобретаемой по решению организации, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки, по согласованию с учредителем;

обеспечение обучающихся питанием и проживанием в период проведения спортивных мероприятий;

медицинское обеспечение обучающихся, в том числе организацию систематического медицинского контроля.

14. К иным условиям реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки относятся трудоемкость дополнительной образовательной программы спортивной подготовки (объемы времени на ее реализацию) с обеспечением непрерывности учебно-тренировочного процесса, а также порядок и сроки формирования учебно-тренировочных групп.

14.1. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки рассчитывается на 52 недели в год.

Учебно-тренировочный процесс в организации, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки, осуществляется в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом (включая период самостоятельной подготовки).

При включении в учебно-тренировочный процесс самостоятельной подготовки ее продолжительность составляет не более 20% от общего количества часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом организации, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки.

14.2. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки устанавливается в часах и не должна превышать:

на этапе начальной подготовки – двух часов;

на учебно-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 учебно-тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не должна составлять более восьми часов.

14.3. Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки может осуществляться на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, а также на всех этапах спортивной подготовки в период проведения учебно-тренировочных мероприятий и участия в спортивных соревнованиях и самостоятельной подготовки.

Приложение № 1
к федеральному стандарту
спортивной подготовки по виду спорта
«роллер спорт», утвержденному
приказом Минспорта России
от «29» сентября 2025 г. № 790

Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	Наполняемость (человек)
Для спортивных дисциплин «двоеборье», «произвольная программа», «обязательная программа», «однорядные коньки», «трек», «спринт», «гонка», «скоростной слалом», «фристайл - слалом»			
Этап начальной подготовки	2	7	6
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	4	9	5
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	4
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	2
Для спортивной дисциплины «слайды»			
Этап начальной подготовки	2	8	6
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	4	10	5
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	14	4
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	2
Для спортивной дисциплины «фристайл - слалом - прыжок в высоту»			
Этап начальной подготовки	3	8	6
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	4	11	5
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	15	4
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	16	2
Для спортивной дисциплины «хоккей»			
Этап начальной подготовки	3	12	12

Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	5	15	10
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	20	6
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	20	2
Для спортивной дисциплины «самокат»			
Этап начальной подготовки	2	10	10
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	3-5	12	9
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	15	3
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	16	2

Приложение № 2
к федеральному стандарту
спортивной подготовки по виду спорта
«роллер спорт», утвержденному
приказом Минспорта России
от «29» сентября 2025 г. № 790

**Объем дополнительной образовательной программы
спортивной подготовки**

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
			До трех лет	Свыше трех лет		
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
Для спортивных дисциплин «двоеборье», «произвольная программа», «обязательная программа», «однорядные коньки», «трек», «спринт», «гонка», «скоростной слалом», «слайды», «фристайл - слалом», «фристайл - слалом - прыжок в высоту»						
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	8-10	10-12	14-16	20-24
Общее количество часов в год	234-312	312-416	416-520	520-624	728-832	1040-1248
Для спортивной дисциплины «хоккей»						
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	12-14	14-16	18-20	20-24
Общее количество часов в год	234-312	312-416	624-728	728-832	936-1040	1040-1248
Для спортивной дисциплины «самокат»						
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	8-12	12-16	16-20	20-24
Общее количество часов в год	234-312	312-416	416-624	624-832	832-1040	1040-1248

Приложение № 3
к федеральному стандарту
спортивной подготовки по виду спорта
«роллер спорт», утвержденному
приказом Минспорта России
от «29» сентября 2025 г. № 790

Учебно-тренировочные мероприятия

№ п/п	Виды учебно-тренировочных мероприятий	Предельная продолжительность учебно-тренировочных мероприятий по этапам спортивной подготовки (количество суток) (без учета времени следования к месту проведения учебно-тренировочных мероприятий и обратно)			
		Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
1. Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям					
1.1.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к международным спортивным соревнованиям	-	-	21	21
1.2.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к чемпионатам России, кубкам России, первенствам России	-	14	18	21
1.3.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к другим всероссийским спортивным соревнованиям	-	14	18	18
1.4.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к официальным спортивным соревнованиям субъекта Российской Федерации	-	14	14	14

	Федерации, федеральной территории «Сириус»				
2. Специальные учебно-тренировочные мероприятия					
2.1.	Учебно-тренировочные мероприятия по общей и (или) специальной физической подготовке	-	14	18	18
2.2.	Восстановительные мероприятия	-	До 10 суток		
2.3.	Мероприятия для комплексного медицинского обследования	-	-	До 3 суток, но не более 2 раз в год	
2.4.	Учебно-тренировочные мероприятия в каникулярный период	До 21 суток подряд и не более двух учебно-тренировочных мероприятий в год		-	-
2.5.	Просмотровые учебно-тренировочные мероприятия	-	До 60 суток		

Приложение № 4
к федеральному стандарту
спортивной подготовки по виду спорта
«роллер спорт», утвержденному
приказом Минспорта России
от «29» сентября 2025 г. № 790

Объем соревновательной деятельности

Виды спортивных соревнований	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства (весь период)
			До трех лет	Свыше трех лет		
Для спортивных дисциплин «трек», «спринт», «гонка», «скоростной слалом»						
Контрольные	2	3	4	4	5	5
Отборочные	-	1	4	5	6	6
Основные	-	1	2	3	5	6
Для спортивных дисциплин «двоеборье», «произвольная программа», «обязательная программа», «однорядные коньки», «слайды»						
Контрольные	2	2	3	3	3	3
Отборочные	-	-	1	2	2	3
Основные	-	-	2	4	5	6
Для спортивной дисциплины «фристайл - слалом»						
Контрольные	-	2	3	3	3	3
Отборочные	-	-	1	2	2	3
Основные	-	2	2	4	5	6
Для спортивной дисциплины «фристайл - слалом - прыжок в высоту»						
Контрольные	2	3	4	4	5	5
Отборочные	-	-	4	5	6	6
Основные	-	-	2	3	5	6
Для спортивной дисциплины «хоккей»						
Контрольные	-	2	2	3	3	2
Отборочные	-	-	-	-	-	-
Основные	-	-	1	1	1	2
Для спортивной дисциплины «самокат»						
Контрольные	2	3	4	4	5	5
Отборочные	-	-	2	3	3	4
Основные	-	-	1	2	3	4

Приложение № 5
к федеральному стандарту
спортивной подготовки по виду спорта
«роллер спорт», утвержденному
приказом Минспорта России
от «29» сентября 2025 г. № 790

**Соотношение видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре
учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки**

№ п/п	Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы спортивной подготовки					
		Этап начальной подготовки		Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенство- вания спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства (весь период)
				До трех лет	Свыше трех лет		
Для спортивных дисциплин «трек», «спринт», «гонка», «фристайл - слалом», «скоростной слалом»							
1.	Общая физическая подготовка (%)	35-45	27-39	30-40	25-37	21-31	16-20
2.	Специальная физическая подготовка (%)	25-35	37-44	30-40	38-44	40-48	47-54
3.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-2	1-2	2-4	2-4	3-6
4.	Техническая подготовка (%)	15-25	15-25	18-23	14-21	14-23	15-25
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	1-3	1-3	2-4	2-4	3-5	3-5
6.	Инструкторская и судейская практика (%)	-	1-2	1-2	1-3	-	-
7.	Медицинские, медико- биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	1-2	2-3	4-5	4-6	4-6
Для спортивных дисциплин «двоеборье», «произвольная программа», «обязательная программа», «однорядные коньки», «фристайл - слалом - прыжок в высоту», «слайды», «хоккей», «самокат»							
1.	Общая физическая подготовка (%)	35-45	27-34	30-40	25-37	19-25	16-20

2.	Специальная физическая подготовка (%)	25-35	39-46	32-40	30-40	40-42	42-46
3.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	-	1-2	2-4	4-6	6-8
4.	Техническая подготовка (%)	15-25	15-25	18-23	14-20	14-18	15-17
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	1-5	3-6	4-8	6-8	6-8	6-8
6.	Инструкторская и судейская практика (%)	-	-	-	1-2	1-3	1-3
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	1-2	2-3	2-3	5-8	5-8

Приложение № 6
к федеральному стандарту
спортивной подготовки по виду
спорта «роллер спорт»,
утвержденному приказом
Минспорта России
от «29» сентября 2025 г. № 790

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

Таблица № 1

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальчики/ юноши	девочки/ девушки	мальчики/ юноши	девочки/ девушки
1. Нормативы общей физической подготовки для спортивных дисциплин «однорядные коньки», «трек», «спринт», «гонка», «скоростной слалом», «фристайл - слалом»						
1.1.	Бег на 30 м	с	не более 8,6		не более 7,1	
			9,1		7,3	
1.2.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее +1		не менее +3	
			+3		+5	
1.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее 85		не менее 108	
			77		103	
1.4.	Челночный бег 3x10 м	с	не более 11,2		не более 10,8	
			11,7		11,3	
2. Нормативы общей физической подготовки для спортивных дисциплин «слайды», «фристайл - слалом - прыжок в высоту»						
2.1.	Бег на 30 м	с	не более 7,1		не более 6,5	
			7,3		6,6	
2.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее 5		не менее 11	
			4		7	
2.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее +1		не менее +3	
			+3		+5	
2.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее 108		не менее 122	
			103		117	
2.5.	Смешанное передвижение на 1 000 м	мин, с	не более 7.21		не более 6.30	
			7.45		6.55	
3. Нормативы специальной физической подготовки для спортивных дисциплин «трек», «спринт», «гонка»						
3.1.	Тройной прыжок в длину с места	см	не менее 480		не менее 485	
			470		475	
3.2.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее 20		не менее 24	
			15		19	

3.3.	Бег на роликовых коньках 2 000 м	-	без учета времени		без учета времени	
4. Нормативы специальной физической подготовки для спортивной дисциплины «однорядные коньки»						
4.1.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее		не менее	
			27	24	28	25
4.2.	Выкрут прямых рук вперед-назад с шириной хвата	см	не менее		не менее	
			50	40	55	45
5. Нормативы специальной физической подготовки для спортивной дисциплины «фристайл - слалом - прыжок в высоту»						
5.1.	Тройной прыжок в длину с места	см	не менее		не менее	
			480	470	485	475
5.2.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее		не менее	
			20	15	24	19
6. Нормативы специальной физической подготовки для спортивной дисциплины «скоростной слалом»						
6.1.	Тройной прыжок в длину с места	см	не менее		не менее	
			480	470	485	475
6.2.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее		не менее	
			20	15	24	19
6.3.	Бег на 2 000 м	-	без учета времени		без учета времени	
7. Нормативы специальной физической подготовки для спортивной дисциплины «слайды»						
7.1.	Прыжки на скакалке за 60 с на двух ногах	количество раз	не менее		не менее	
			65	65		65
7.2.	Прыжки на скакалке за 60 с на одной ноге	количество раз	не менее		не менее	
			30	30	30	30
7.3.	Выкрут прямых рук вперед- назад с шириной хвата	см	не менее		не менее	
			50	40	50	40
7.4.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее		не менее	
			27	24	28	25
8. Нормативы специальной физической подготовки для спортивной дисциплины «фристайл - слалом»						
8.1.	Прыжки на скакалке за 60 с на двух ногах	количество раз	не менее		не менее	
			65	65	65	65
8.2.	Прыжки на скакалке за 60 с на одной ноге	количество раз	не менее		не менее	
			30	30	30	30
8.3.	Выкрут прямых рук вперед- назад с шириной хвата	см	не менее		не менее	
			50	40	50	40

Таблица № 2

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения	Норматив свыше года обучения
			девочки/ девушки	девочки/ девушки
Для спортивных дисциплин «двоеборье», «произвольная программа», «обязательная программа»				
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	не более
			9,1	7,3
1.2.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	не менее
			+3	+5
1.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	не менее
			77	103
1.4.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	не более
			11,7	10,8
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее	не менее
			24	25
2.2.	Выкрут прямых рук вперед- назад с шириной хвата	см	не менее	не менее
			40	45

Таблица № 3

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения	Норматив свыше года обучения
			мальчики/ юноши	мальчики/ юноши
Для спортивной дисциплины «хоккей»				
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	не более
			5,8	5,4
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	не менее
			12	18
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	не менее
			+3	+5
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	не менее
			147	162
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Бег на роликах 20 м	с	не более	не более
			5,8	5,6
2.2.	Бег на роликах челночный 6х9 м	с	не более	не более
			20,0	18,0

Таблица № 4

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения	Норматив свыше года обучения
			мальчики/ юноши	мальчики/ юноши
Для спортивной дисциплины «самокат»				
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	не более
			6,3	5,9
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	не менее
			10	13
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	не менее
			+2	+4
1.4.	Челночный бег 3х10 м	с	не более	не более
			9,7	9,2
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	не менее
			128	142
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Бег 800 м	мин, с	не более	не более
			4.50	4.30
2.2.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее	не менее
			20	24
2.3.	Тройной прыжок в длину с места	см	не менее	не менее
			300	350

Приложение № 7
к федеральному стандарту
спортивной подготовки по виду
спорта «роллер спорт»,
утвержденному приказом
Минспорта России
от «29» сентября 2025 г. № 790

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды)
для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап
(этап спортивной специализации) по виду спорта «роллер спорт»**

Таблица № 1

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			мальчики/ юноши/ юниоры	девочки/ девушки/ юниорки
1. Нормативы общей физической подготовки для спортивных дисциплин «однорядные коньки», «трек», «спринт», «гонка», «скоростной слалом», «фристайл - слалом»				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			6,5	6,6
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			11	7
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+3	+5
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			122	117
1.5.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			9,8	10,2
2. Нормативы общей физической подготовки для спортивных дисциплин «слайды», «фристайл - слалом - прыжок в высоту»				
2.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			5,9	6,1
2.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			13	7
2.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+4	+5
2.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			142	132
2.5.	Бег на 1 000 м	мин, с	не более	
			5.41	6.12
3. Нормативы специальной физической подготовки для спортивных дисциплин «трек», «спринт», «гонка»				

3.1.	Тройной прыжок в длину с места	см	не менее	
			495	480
3.2.	Бег на роликовых коньках 2 000 м	мин, с	не более	
			5.00	5.30
4. Нормативы специальной физической подготовки для спортивной дисциплины «однорядные коньки»				
4.1.	Прыжки на скакалке на двух ногах за 60 с	количество раз	не менее	
			60	65
4.2.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее	
			30	27
5. Нормативы специальной физической подготовки для спортивной дисциплины «фристайл - слалом - прыжок в высоту»				
5.1.	Тройной прыжок в длину с места	см	не менее	
			520	500
5.2.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее	
			30	27
6. Нормативы специальной физической подготовки для спортивной дисциплины «скоростной слалом»				
6.1.	Удержание баланса, стоя на одной ноге	с	не менее	
			30	30
6.2.	Прыжки на скакалке на одной ноге за 60 с	количество раз	не менее	
			39	35
7. Нормативы специальной физической подготовки для спортивной дисциплины «слайды»				
7.1.	Бег 20 м с высокого старта	с	не более	
			5,5	5,8
7.2.	Удержание баланса, стоя на одной ноге	с	не менее	
			40	35
8. Нормативы специальной физической подготовки для спортивной дисциплины «фристайл - слалом»				
8.1.	Бег 20 м с высокого старта	с	не более	
			5,5	5,8
8.2.	Удержание баланса, стоя на одной ноге	с	не менее	
			40	40
9. Уровень спортивной квалификации для спортивных дисциплин «трек», «спринт», «гонка», «скоростной слалом», «фристайл - слалом»				
9.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	Спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд»		
9.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)	Спортивные разряды – «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»		
10. Уровень спортивной квалификации для спортивных дисциплин «фристайл - слалом - прыжок в высоту», «слайды»				
10.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (первый год)	Не устанавливается		
10.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (второй, третий годы)	Спортивный разряд – «третий спортивный разряд»		

10.3.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)	Спортивные разряды – «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»
11. Уровень спортивной квалификации для спортивной дисциплины «однорядные коньки»		
11.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (первый год)	Не устанавливается
11.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (второй, третий годы)	Спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд»
11.3.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)	Спортивные разряды – «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»

Таблица № 2

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив
			девочки/ девушки/ юниорки
Для спортивных дисциплин «двоеборье», «произвольная программа», «обязательная программа»			
1. Нормативы общей физической подготовки			
1.1.	Бег на 30 м	с	не более 6,6
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее 7
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее +5
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее 117
1.5.	Челночный бег 3x10 м	с	не более 10,2
2. Нормативы специальной физической подготовки			
2.1.	Прыжки на скакалке на двух ногах за 60 с	количество раз	не менее 60
2.2.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее 20
3. Уровень спортивной квалификации			
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (первый год)		Не устанавливается
3.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (второй, третий годы)		Спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд»
3.3.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)		Спортивные разряды – «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»

Таблица № 3

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив
			юноши/ юниоры
Для спортивной дисциплины «хоккей»			
1. Нормативы общей физической подготовки			
1.1.	Бег на 30 м	с	не более 5,0
1.2.	Бег на 2 000 м	мин, с	не более 9.27
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее 25
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее +6
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее 193
2. Нормативы специальной физической подготовки			
2.1.	Бег 30 м на роликах	с	не более 5,9
2.2.	Слаломный бег 30 м на роликах спиной вперед	с	не более 14
3. Уровень спортивной квалификации			
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)		Не устанавливается
3.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)		Спортивные разряды – «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд»

Таблица № 4

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив
			мальчики/ юноши/ юниоры
Для спортивной дисциплины «самокат»			
1. Нормативы общей физической подготовки			
1.1.	Бег на 60 м	с	не более 10,2
1.2.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее +5
1.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее 162
1.4.	Челночный бег 3x10 м	с	не более 8,5
1.5.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее 5
2. Нормативы специальной физической подготовки			
2.1.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее 30
2.2.	Тройной прыжок в длину с места	см	не менее 450
3. Уровень спортивной квалификации			
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)		Не устанавливается
3.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)		Спортивные разряды – «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»

Приложение № 8
к федеральному стандарту
спортивной подготовки по виду
спорта «роллер спорт»,
утвержденному приказом
Минспорта России
от «29» сентября 2025 г. № 790

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды)
для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства
по виду спорта «роллер спорт»**

Таблица № 1

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши/ юниоры/ мужчины	девушки/ юниорки/ женщины
1. Нормативы общей физической подготовки для спортивных дисциплин «однорядные коньки», «трек», «спринт», «гонка», «скоростной слалом», «фристайл - слалом»				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			5,0	5,2
1.2.	Бег на 60 м	с	не более	
			9,4	9,9
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			29	15
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+9	+13
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			183	167
1.6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин	количество раз	не менее	
			47	41
2. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины «слайды», «фристайл - слалом - прыжок в высоту»				
2.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			4,6	4,9
2.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			37	16
2.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+11	+15
2.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			218	183
2.5.	Бег на 2 000 м	мин, с	не более	
			8.00	9.55

3. Нормативы специальной физической подготовки для спортивных дисциплин «трек», «спринт», «гонка»			
3.1.	Тройной прыжок в длину с места	см	не менее
			560
3.2.	Бег на роликовых коньках 2 000 м	мин, с	не более
			4.00
4. Нормативы специальной физической подготовки для спортивной дисциплины «однорядные коньки»			
4.1.	Прыжки на скакалке на двух ногах (за 60 с)	количество раз	не менее
			70
4.2.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее
			33
5. Нормативы специальной физической подготовки для спортивной дисциплины «фристайл - слалом - прыжок в высоту»			
5.1.	Тройной прыжок в длину с места	см	не менее
			600
5.2.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее
			37
6. Нормативы специальной физической подготовки для спортивной дисциплины «скоростной слалом»			
6.1.	Удержание баланса, стоя на одной ноге	с	не менее
			50
6.2.	Прыжки на скакалке на одной ноге (за 60 с)	количество раз	не менее
			49
7. Нормативы специальной физической подготовки для спортивной дисциплины «слайды»			
7.1.	Бег 20 м с высокого старта	с	не более
			5,0
7.2.	Удержание баланса, стоя на одной ноге	с	не менее
			50
8. Нормативы специальной физической подготовки для спортивной дисциплины «фристайл - слалом»			
8.1.	Бег 20 м с высокого старта	с	не более
			5,0
8.2.	Удержание баланса, стоя на одной ноге	с	не менее
			60
9. Уровень спортивной квалификации			
9.1.	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»		

Таблица № 2

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив
			девушки/ юниорки/ женщины
Для спортивных дисциплин «двоеборье», «произвольная программа», «обязательная программа»			
1. Нормативы общей физической подготовки			
1.1.	Бег на 30 м	с	не более 5,2
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее 15
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее +13
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее 167
1.5.	Бег на 1 500 м	мин, с	не более 7.03
2. Нормативы специальной физической подготовки			
2.1.	Прыжки на скакалке на двух ногах (за 60 с)	количество раз	не менее 70
2.2.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее 25
3. Уровень спортивной квалификации			
3.1.	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»		

Таблица № 3

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив
			юноши/ юниоры/ мужчины
Для спортивной дисциплины «хоккей»			
1. Нормативы общей физической подготовки			
1.1.	Бег на 60 м	с	не более 8,5
1.2.	Бег на 3 000 м	мин, с	не более 12.00
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее 45
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее +13
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее 244
2. Нормативы специальной физической подготовки			
2.1.	Бег 30 м на роликах	с	не более 5,0
2.2.	Слаломный бег 30 м на роликах спиной вперед	с	не более 11
3. Уровень спортивной квалификации			
3.1.	Спортивный разряд «первый спортивный разряд»		

Таблица № 4

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив
			юноши/ юниоры/ мужчины
Для спортивной дисциплины «самокат»			
1. Нормативы общей физической подготовки			
1.1.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее
			+11
1.2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее
			218
1.3.	Челночный бег 3x10 м	с	не более
			7,1
1.4.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее
			13
1.5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 минуту)	количество раз	не менее
			50
2. Нормативы специальной физической подготовки			
2.1.	Прыжок в вверх с места со взмахом руками	см	не менее
			37
2.2.	Тройной прыжок в длину с места	см	не менее
			480
3. Уровень спортивной квалификации			
3.1.	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»		

Приложение № 9
к федеральному стандарту
спортивной подготовки по виду
спорта «роллер спорт»,
утвержденному приказом
Минспорта России
от «29» сентября 2025 г. № 790

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды и спортивные
звания) для зачисления и перевода на этап высшего спортивного мастерства
по виду спорта «роллер спорт»**

Таблица № 1

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши/ юниоры/ мужчины	девушки/ юниорки/ женщины
1. Нормативы общей физической подготовки для спортивных дисциплин «однорядные коньки», «трек», «спринт», «гонка», «скоростной слалом», «слайды», «фристайл - слалом»				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			4,6	4,9
1.2.	Бег на 60 м	с	не более	
			8,1	9,5
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			37	16
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+11	+15
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			218	183
1.6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			50	44
2. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины «фристайл - слалом - прыжок в высоту»				
2.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			7,9	9,2
2.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			43	17
2.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+13	+16
2.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			235	188
2.5.	Бег на 2 000 м	мин, с	не более	
			-	9.45

2.6.	Бег на 3 000 м	мин, с	не более	
			12.20	-
3. Нормативы специальной физической подготовки для спортивных дисциплин «трек», «спринт», «гонка»				
3.1.	Тройной прыжок в длину с места	см	не менее	
			560	520
3.2.	Бег 2000 м	мин, с	не более	
			8.40	9.20
4. Нормативы специальной физической подготовки для спортивной дисциплины «однорядные коньки»				
4.1.	Прыжки на скакалке на двух ногах (за 60 с)	количество раз	не менее	
			90	80
4.2.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее	
			60	45
5. Нормативы специальной физической подготовки для спортивной дисциплины «фристайл - слалом - прыжок в высоту»				
5.1.	Тройной прыжок в длину с места	см	не менее	
			650	610
5.2.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее	
			70	60
6. Нормативы специальной физической подготовки для спортивной дисциплины «скоростной слалом»				
6.1.	Удержание баланса, стоя на одной ноге	с	не менее	
			90	70
6.2.	Прыжки на скакалке на одной ноге (за 60 с)	количество раз	не менее	
			65	60
7. Нормативы специальной физической подготовки для спортивной дисциплины «слайды»				
7.1.	Бег 20 м с высокого старта	с	не более	
			4,5	5,0
7.2.	Удержание баланса, стоя на одной ноге	с	не менее	
			70	62
8. Нормативы специальной физической подготовки для спортивной дисциплины «фристайл - слалом»				
8.1.	Бег 20 м с высокого старта	с	не более	
			4,3	4,9
8.2.	Удержание баланса, стоя на одной ноге	с	не менее	
			100	90
9. Уровень спортивной квалификации				
9.1.	Спортивное звание «мастер спорта России»			

Таблица № 2

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив
			девушки/ юниорки/ женщины
Для спортивных дисциплин «двоеборье», «произвольная программа», «обязательная программа»			
1. Нормативы общей физической подготовки			
1.1.	Бег на 30 м	с	не более 4,9
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее 16
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее +15
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее 183
1.5.	Бег на 2 000 м	мин, с	не более 9.55
2. Нормативы специальной физической подготовки			
2.1.	Прыжки на скакалке на двух ногах за 60 с	количество раз	не менее 75
2.2.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее 40
3. Уровень спортивной квалификации			
3.1.	Спортивное звание «мастер спорта России»		

Таблица № 3

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив
			юноши/ юниоры/ мужчины
Для спортивной дисциплины «хоккей»			
1. Нормативы общей физической подготовки			
1.1.	Бег на 60 м	с	не более 7,9
1.2.	Бег на 3 000 м	мин, с	не более 11.58
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее 47
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее +14
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее 245
2. Нормативы специальной физической подготовки			
2.1.	Бег 30 м на роликах	с	не более 4,0
2.2.	Слаломный бег 30 м на роликах спиной вперед	с	не более 7,0
3. Уровень спортивной квалификации			
3.1.	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»		

Таблица № 4

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив
			юноши/ юниоры/ мужчины
Для спортивной дисциплины «самокат»			
1. Нормативы общей физической подготовки			
1.1.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее
			+13
1.2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее
			235
1.3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее
			15
1.4.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 минуту)	количество раз	не менее
			51
2. Нормативы специальной физической подготовки			
2.1.	Прыжок в высоту с места толчком со взмахом руками	см	не менее
			45
2.2.	Тройной прыжок в длину с места	см	не менее
			520
3. Уровень спортивной квалификации			
3.1.	Спортивное звание «мастер спорта России»		

Приложение № 10
к федеральному стандарту
спортивной подготовки по виду
спорта «роллер спорт»,
утвержденному приказом
Минспорта России
от «19» сентября 2025 г. № 790

**Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми
для прохождения спортивной подготовки**

Таблица № 1

№ п/п	Наименование оборудования и спортивного инвентаря	Единица измерения	Расчетная единица	Количество изделий
1.	Барьер регулируемый	комплект	на место проведения учебно-тренировочных занятий	5
2.	Колокол-гонг	штук	на место проведения учебно-тренировочных занятий	1
3.	Координационная лесенка для бега	штук	на место проведения учебно-тренировочных занятий	6
4.	Конус маленький	штук	на место проведения учебно-тренировочных занятий	100
5.	Конус большой	штук	на место проведения учебно-тренировочных занятий	20
6.	Машинка для промывания подшипников	штук	на тренера-преподавателя	1
7.	Мат гимнастический	штук	на место проведения учебно-тренировочных занятий	10
8.	Маркер меловой	штук	на место проведения учебно-тренировочных занятий	3
9.	Медицинбол	штук	на место проведения учебно-тренировочных занятий	1
10.	Набор лент сопротивления	комплект	на место проведения учебно-тренировочных занятий	5
11.	Полусфера гимнастическая	штук	на место проведения учебно-тренировочных занятий	2
12.	Резиновая лента (эспандер-жгут)	штук	на место проведения учебно-тренировочных занятий	10
13.	Рулетка измерительная 50 м	штук	на тренера-преподавателя	1
14.	Рулетка измерительная 5 м	штук	на тренера-преподавателя	1
15.	Ручной пресс для запрессовки и вынимания подшипников из колес	штук	на место проведения учебно-тренировочных занятий	2
16.	Свисток	штук	на тренера-преподавателя	1
17.	Секундомер	штук	на тренера-преподавателя	1
18.	Скакалка гимнастическая	штук	на тренера-преподавателя	6
19.	Смазка для подшипников	штук	на тренера-преподавателя	10

20.	Смывка для подшипников	штук	на тренера-преподавателя	2
21.	Степ платформа	штук	на место проведения учебно-тренировочных занятий	5
22.	Т-ключ (шестигранник)	штук	на тренера-преподавателя	2
23.	Указатель количества пройденных кругов	штук	на место проведения учебно-тренировочных занятий	1
Для спортивных дисциплин «трек», «спринт», «гонка»				
31.	Доска для имитации бега по прямой	штук	на место проведения учебно-тренировочных занятий	5
32.	Флажки судейские (красные и белые)	комплект	на место проведения учебно-тренировочных занятий	2
Для спортивных дисциплин «двоеборье», «произвольная программа», «однорядные коньки»				
33.	Лонжа переносная	штук	на место проведения учебно-тренировочных занятий	2
34.	Мини-батут	штук	на место проведения учебно-тренировочных занятий	2
35.	Музыкальный центр	штук	на место проведения учебно-тренировочных занятий	1
Для спортивной дисциплины «фристайл - слалом - прыжок в высоту»				
36.	Легкоатлетические стойки для прыжков в высоту	комплект	на место проведения учебно-тренировочных занятий	1
37.	Планка легкоатлетическая для прыжков в высоту	штук	на место проведения учебно-тренировочных занятий	2
Для спортивной дисциплины «фристайл - слалом»				
38.	Музыкальный центр	штук	на место проведения учебно-тренировочных занятий	1
Для спортивной дисциплины «самокат»				
39.	Жилет утяжелительный	штук	на место проведения учебно-тренировочных занятий	5
40.	Утяжелители для рук	комплект	на место проведения учебно-тренировочных занятий	5
41.	Мини-батут	штук	на место проведения учебно-тренировочных занятий	1
42.	Утяжелители для ног	комплект	на место проведения учебно-тренировочных занятий	5

Сокращение, используемое в настоящей таблице:

место проведения учебно-тренировочных занятий – площадки для проведения учебно-тренировочных занятий или тренировочный спортивный зал.

Таблица № 2

Спортивный инвентарь, передаваемый в индивидуальное пользование											
№ п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки							
				Этап начальной подготовки		Учебно- 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)				
Для спортивных дисциплин вида спорта «роллер спорт» (за исключением спортивной дисциплины «самокат»)											
1.	Колеса	комплект	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	2	1
2.	Подшипники	комплект	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	2	1
3.	Рамы для роликов	пар	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	2
Для спортивной дисциплины «самокат»											
4.	Колеса	комплект	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	2
5.	Подшипники	комплект	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	2	1
6.	Самокат	штук	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	3	1

Приложение № 11
к федеральному стандарту
спортивной подготовки по виду спорта
«роллер спорт», утвержденному приказом

Минспорта России
от «29» Октября 2025 г. № 790

Обеспечение спортивной экипировкой

Спортивная экипировка, передаваемая в индивидуальное пользование											
№ п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки							
				Этап начальной подготовки		Учебно- 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.	Ботинки для вида спорта «роллер спорт»	пар	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	2
2.	Костюм спортивный тренировочный	штук	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	2	1
3.	Костюм спортивный для соревнований	штук	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	2	1
4.	Кроссовки	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1

5.	Налокотники	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1
6.	Наколенники	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1
7.	Футболка спортивная	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1
8	Шлем защитный	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1