



МИНИСТЕРСТВО ЮСТИЦИИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ЗАРЕГИСТРИРОВАНО

Регистрационный № 84516

от "9" декабря 2025 г.

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

ПРИКАЗ

« 5 » ноября 2025 г.

г. Москва

№ 314

**Об утверждении федерального стандарта
спортивной подготовки по виду спорта «морское многоборье»**

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 «морское многоборье».

2. Признать утратившим силу приказ Министерства спорта Российской Федерации от 16.11.2022 № 998 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «морское многоборье» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 16.12.2022, регистрационный № 71606).

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 «5» ноября 2025 г. № 914

**Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта
«морское многоборье»**

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 «морское многоборье») (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 «морское многоборье» (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 «морское многоборье» и включают:

2.1. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «морское многоборье» (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 «морское многоборье» (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 «морское многоборье» (приложение № 8 к ФССП).

2.4. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные звания) для зачисления и перевода на этап высшего спортивного мастерства по виду спорта «морское многоборье» (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 «морское многоборье»

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 «морское многоборье»;

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 «морское многоборье»;

формирование двигательных умений и навыков, в том числе в виде спорта «морское многоборье»;

повышение уровня физической подготовленности и всестороннее гармоничное развитие физических качеств;

обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях;
укрепление здоровья.

6.2. На учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) на:
формирование устойчивого интереса к занятиям видом спорта «морское многоборье»;

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

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 «морское многоборье»;

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 «морское многоборье»

7. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам вида спорта «морское многоборье» основаны на особенностях вида спорта «морское многоборье» и его спортивных дисциплин. Реализация дополнительных образовательных программ спортивной подготовки проводится с учетом этапа спортивной подготовки и спортивных дисциплин вида спорта «морское многоборье», по которым осуществляется спортивная подготовка.

8. Особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта «морское многоборье» 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 «морское многоборье».

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 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 «морское многоборье», а также на всех этапах спортивной подготовки привлечение тренера-преподавателя по плаванию и 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

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

Российской Федерации):

- наличие водно-спортивной базы (станции);
- наличие плавательного бассейна (длина дорожки – 25 м или 50 м);
- наличие стрелкового тира (10 м);
- наличие тренировочного спортивного зала;
- наличие тренажерного зала или специализированных мест для размещения тренажеров;
- 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 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 подготовки, приобретаемой по решению организации, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки, по согласованию с учредителем;

обеспечение обучающихся проездом к месту проведения спортивных мероприятий и обратно;

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

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.

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, участия в спортивных соревнованиях и самостоятельной подготовки.

Приложение № 1
к федеральному стандарту
спортивной подготовки по виду спорта
«морское многоборье», утвержденному
приказом Минспорта России
от «5» ноября 2025 г. № 314

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)
Этап начальной подготовки	2	10	14
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	2-4	12	10
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	14	5
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	16	2

Приложение № 2
к федеральному стандарту
спортивной подготовки по виду спорта
«морское многоборье», утвержденному
приказом Минспорта России
от «5» ноября 2025 г. № 914

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 года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	12-16	16-18	20-24	24-32
Общее количество часов в год	234-312	312-416	624-832	832-936	1040-1248	1248-1664

Приложение № 3
к федеральному стандарту
спортивной подготовки по виду спорта
«морское многоборье», утвержденному
приказом Минспорта России
от «5» ноября 2025 г. № 914

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, федеральной территории «Сириус»	-	14	14	14

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
«морское многоборье», утвержденному
приказом Минспорта России
от «5» ноября 2025 г. № 314

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
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
Контрольные	1	1	2	2	2	2
Отборочные	-	-	2	2	3	3
Основные	1	1	1	2	3	3

Приложение № 5
к федеральному стандарту
спортивной подготовки по виду спорта
«морское многоборье», утвержденному
приказом Минспорта России
от «5» ноября 2025 г. № 914

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 совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
		До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
1.	Общая физическая подготовка (%)	25-31	20-25	18-23	15-23	15-22	15-18
2.	Специальная физическая подготовка (%)	14-20	8-14	7-19	9-19	20-25	24-28
3.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	1-2	1-2	2-4	3-5	4-6	4-7
4.	Техническая подготовка (%)	48-53	53-65	53-62	54-62	35-42	35-44
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	1-6	3-15	4-15	5-15	5-18	6-15
6.	Инструкторская и судейская практика (%)	-	1-2	2-3	2-4	2-5	2-6
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	1-2	2-4	2-5	4-6	5-6

Приложение № 6
к федеральному стандарту
спортивной подготовки по виду спорта
«морское многоборье», утвержденному
приказом Минспорта России
от «5» ноября 2025 г. № 914

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

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки для спортивных дисциплин «морское пятиборье», «морское троеборье»						
1.1.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			6,3	6,5	6,2	6,4
1.2.	Бег на 1 000 м	мин, с	не более		не более	
			6.10	6.30	5.50	6.20
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			10	5	13	7
1.4.	Челночный бег 3x10 м	с	не более		не более	
			9,7	10,1	9,4	9,8
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее	
			128	118	130	120
1.6.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		не менее	
			+2	+3	+4	+5
1.7.	Метание мяча весом 150 г	м	не менее		не менее	
			18	12	20	14
2. Нормативы общей физической подготовки для спортивных дисциплин «ял-6 - дистанция 2 000 м», «гребно-парусное пятиборье», «ял-6 - парусная гонка»						
2.1.	Бег на 1 000 м	мин, с	не более		не более	
			6.10	6.30	5.50	6.20
2.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			10	5	13	7
2.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		не менее	
			+2	+3	+4	+5
2.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее	
			130	120	150	135
2.5.	Плавание на 50 м	без учета времени				
3. Нормативы специальной физической подготовки для спортивных дисциплин «морское пятиборье», «морское троеборье»						
3.1.	Выкрут прямых рук вперед-назад (ширина хвата – не более 80 см)	количество раз	не менее			
			1		-	

3.2.	Выкрут прямых рук вперед-назад (ширина хвата – не более 70 см)	количество раз	не менее			
			-		1	
4. Нормативы специальной физической подготовки для спортивных дисциплин «ял-6 - дистанция 2 000 м», «гребно-парусное пятиборье», «ял-6 - парусная гонка»						
4.1.	Кистевая динамометрия	кг	не менее		не менее	
			20	12	22	14

Приложение № 7
к федеральному стандарту
спортивной подготовки по виду спорта
«морское многоборье», утвержденному
приказом Минспорта России
от « 5 » ноября 2025 г. № 914

**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 «морское многоборье»**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			мальчики/ юноши	девочки/ девушки
1. Нормативы общей физической подготовки для спортивных дисциплин «морское пятиборье», «морское троеборье»				
1.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			10,6	11,0
1.2.	Бег на 1 500 м	мин, с	не более	
			8.10	8.30
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			18	9
1.4.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			5	6
1.5.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине	количество раз	не менее	
			15	11
1.6.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			8,7	9,1
1.7.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			150	140
2. Нормативы общей физической подготовки для спортивных дисциплин «ял-6 - дистанция 2 000 м», «гребно-парусное пятиборье», «ял-6 - парусная гонка»				
2.1.	Бег на 2 000 м	мин, с	не более	
			11.10	12.10
2.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			18	9
2.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+5	+6
2.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			150	132
3. Нормативы специальной физической подготовки для спортивных дисциплин «морское пятиборье», «морское троеборье»				
3.1.	Плавание на 50 м	мин, с	не более	
			1.20	1.25
3.2.	Плавание на 100 м	мин, с	не более	
			1.40	2.00

3.3.	Кистевая динамометрия	кг	не менее	
			24	18
3.4.	Выкрут прямых рук вперед-назад (ширина хвата – не более 60 см)	количество раз	не менее	
			5	
4. Нормативы специальной физической подготовки для спортивных дисциплин «ял-6 - дистанция 2 000 м», «гребно-парусное пятиборье», «ял-6 - парусная гонка»				
4.1.	Кистевая динамометрия	кг	не менее	
			24	18
4.2.	Плавание на 200 м	без учета времени		
5. Уровень спортивной квалификации				
5.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (первый год)		Не устанавливается	
5.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (второй и третий годы)		Спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд», «третий спортивный разряд»	
5.3.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)		Спортивные разряды – «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»	

Приложение № 8
к федеральному стандарту
спортивной подготовки по виду спорта
«морское многоборье», утвержденному
приказом Минспорта России
от «5» ноября 2025 г. № 214

**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 «морское многоборье»**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши/ юниоры/ мужчины	девушки/ юниорки/ женщины
1. Нормативы общей физической подготовки для спортивных дисциплин «морское пятиборье», «морское троеборье»				
1.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			8,1	9,5
1.2.	Бег на 2 000 м	мин, с	не более	
			8.00	9.55
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.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			7,1	7,9
1.6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			218	183
2. Нормативы общей физической подготовки для спортивных дисциплин «ял-6 - дистанция 2 000 м», «гребно-парусное пятиборье», «ял-6 - парусная гонка»				
2.1.	Бег на 3 000 м	мин, с	не более	
			13.00	15.00
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.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			13	-
3. Нормативы специальной физической подготовки для спортивных дисциплин «морское пятиборье», «морское троеборье»				
3.1.	Плавание на 100 м	мин, с	не более	
			1.10	1.16

3.2.	Кистевая динамометрия	кг	не менее	
			34	28
3.3.	Выкрут прямых рук вперед-назад (ширина хвата – не более 45 см)	количество раз	не менее	
			1	-
3.4.	Выкрут прямых рук вперед-назад (ширина хвата – не более 40 см)	количество раз	не менее	
			-	1
4. Нормативы специальной физической подготовки для спортивных дисциплин «ял-6 - дистанция 2 000 м», «гребно-парусное пятиборье», «ял-6 - парусная гонка»				
4.1.	Кистевая динамометрия	кг	не менее	
			34	28
4.2.	Рывок гири 16 кг (каждой рукой)	количество раз	не менее	
			15	-
4.3.	Плавание на 400 м	без учета времени		
5. Уровень спортивной квалификации				
5.1.	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»			

Приложение № 9
к федеральному стандарту
спортивной подготовки по виду спорта
«морское многоборье», утвержденному
приказом Минспорта России
от «5» ноября 2025 г. № 314

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

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши/ юниоры/ мужчины	девушки/ юниорки/ женщины
1. Нормативы общей физической подготовки для спортивных дисциплин «морское пятиборье», «морское троеборье»				
1.1.	Бег на 100 м	с	не более	
			13,2	15,8
1.2.	Бег на 2 000 м	мин, с	не более	
			-	9.45
1.3.	Бег на 3 000 м	мин, с	не более	
			12.20	-
1.4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			43	17
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			235	188
1.6.	Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности)	мин, с	не более	
			-	16.05
1.7.	Кросс на 5 км (бег по пересеченной местности)	мин, с	не более	
			23.00	-
2. Нормативы общей физической подготовки для спортивных дисциплин «ял-6 - дистанция 2 000 м», «гребно-парусное пятиборье», «ял-6 - парусная гонка»				
2.1.	Бег на 3 000 м	мин, с	не более	
			12.20	14.00
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.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			15	-
3. Нормативы специальной физической подготовки для спортивных дисциплин «морское пятиборье», «морское троеборье»				

3.1.	Плавание на 100 м	мин, с	не более	
			1.10	1.16
3.2.	Кистевая динамометрия	кг	не менее	
			34	28
3.3.	Выкрут прямых рук вперед-назад (ширина хвата – не более 45 см)	количество раз	не менее	
			1	-
3.4.	Выкрут прямых рук вперед-назад (ширина хвата – не более 40 см)	количество раз	не менее	
			-	1
4. Нормативы специальной физической подготовки для спортивных дисциплин «ял-6 - дистанция 2 000 м», «гребно-парусное пятиборье», «ял-6 - парусная гонка»				
4.1.	Кистевая динамометрия	кг	не менее	
			40	28
4.2.	Рывок гири 16 кг (каждой рукой)	количество раз	не менее	
			25	-
4.3.	Плавание на 400 м	мин, с	не более	
			8.00	8.30
5. Уровень спортивной квалификации				
5.1.	Спортивное звание «мастер спорта России»			

Приложение № 10
к федеральному стандарту
спортивной подготовки по виду спорта
«морское многоборье», утвержденному
приказом Минспорта России
от «5» ноября 2025 г. № 914

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

Таблица № 1

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Количество изделий
1.	Барьер легкоатлетический универсальный	штук	на организацию	15
2.	Бинокль оптический	штук	на тренера-преподавателя	1
3.	Буи с якорем и тросом плавающие для разметки дистанции	штук	на организацию	8
4.	Весла спортивные	штук	на организацию	14
5.	Весы медицинские	штук	на организацию	1
6.	Гантели массивные (от 0,5 до 5 кг)	комплект	на организацию	1
7.	Гребной эргометр	штук	на организацию	7
8.	Доска для плавания	штук	на тренера-преподавателя	14
9.	Каблук для весла	штук	на лодку	6
10.	Кильблоки для шлюпок	комплект	на лодку	1
11.	Колокол сигнальный (рында)	штук	на организацию	1
12.	Лодка «ял-6» в комплекте с рангоутом и вальковыми веслами	штук	на группу	2
13.	Лопатки для плавания	пар	на тренера-преподавателя	14
14.	Мат гимнастический	штук	на организацию	14
15.	Мишенная установка	штук	на организацию	7
16.	Мяч ватерпольный	штук	на тренера-преподавателя	1
17.	Мяч набивной (медицинбол) от 1 до 5 кг	комплект	на тренера-преподавателя	1
18.	Паруса для лодки «ял-6»	комплект	на лодку	1
19.	Пистолет стартовый и патроны к нему	комплект	на организацию	1
20.	Поплавки-вставки для ног	штук	на тренера-преподавателя	14

21.	Пояс с пластиной для увеличения нагрузки воды	штук	на тренера-преподавателя	14
22.	Ракетница	штук	на тренера-преподавателя	2
23.	Рация	штук	на тренера-преподавателя	2
24.	Рулетка (10 м)	штук	на тренера-преподавателя	1
25.	Рулетка (50 м)	штук	на тренера-преподавателя	1
26.	Рулетка (100 м)	штук	на тренера-преподавателя	1
27.	Свисток	штук	на тренера-преподавателя	1
28.	Секундомер цифровой (электронный)	штук	на тренера-преподавателя	1
29.	Сиденья с упорами для лодки «ял-6»	комплект	на лодку	1
30.	Скамейка для жима штанги лежа	штук	на организацию	1
31.	Спасательный жилет	штук	на тренера-преподавателя	14
32.	Спасательный катер (лодка) с мотором для обеспечения безопасности на воде	штук	на организацию	1
33.	Спасательный трос (конец Александра)	штук	на тренера-преподавателя	1
34.	Стенка гимнастическая	штук	на организацию	2
35.	Стойка для приседания со штангой	пар	на организацию	1
36.	Термометр для воды	штук	на тренера-преподавателя	1
37.	Тренажер для плавания	штук	на организацию	7
38.	Труба зрительная	штук	на организацию	7
39.	Уключина спортивная	штук	на лодку	6
40.	Штанга тяжелоатлетическая	комплект	на организацию	1
41.	Электромегафон	штук	на тренера-преподавателя	1

Сокращения, используемые в настоящей таблице:

организация – организация, реализующая дополнительную образовательную программу спортивной подготовки;

группа – учебно-тренировочная группа.

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)
1.	Мишень	штук	на обучающегося	1600	-	2400	-	3200	-	4000	-
2.	Мишень лазерная тренировочная	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	1	1
3.	Мишень соревновательная с фонарем и ноутбуком	штук	на обучающегося	-	-	-	-	-	-	1	2
4.	Насадка для лазерной стрельбы (контейнер)	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	2	1
5.	Пневматические пульки (калибр – 4,5 мм)	штук	на обучающегося	10000	-	15000	-	20000	-	23000	-
6.	Подъездная каретка (сиденье)	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
7.	Рюкзак для транспортировки парусных снастей, уключин	штук	на обучающегося	-	-	1	-	1	-	1	-
8.	Снасти парусные	комплект	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
9.	Спортивный пневматический пистолет (калибр – 4,5 мм)	штук	на обучающегося	-	-	1	6	1	6	2	6

к федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта «морское
многоборье», утвержденному приказом
Минспорта России

Минспорта России

от «5» ноября 2025 г. № 914

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.	Велотрусы	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	2	1
2.	Костюм (комбинезон) для плавания	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	2	1
3.	Костюм спортивный ветрозащитный	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	1	1
4.	Костюм штормовой непромокаемый	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	1	1
5.	Кроссовки легкоатлетические	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
6.	Купальник (для женщин)	штук	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	2	1
7.	Майка легкоатлетическая	штук	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	2	1
8.	Наушники-антифоны	пар	на обучающегося	-	-	1	3	1	2	1	2

9.	Обувь для парусного спорта (непромокаемая)	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1
10.	Очки для плавания	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	2	2	2	1
11.	Плавки (для мужчин)	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	2	2	2	1
12.	Тренировочный костюм	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1
13.	Трусы легкоатлетические	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	2	2	2	1
14.	Футболка с длинным рукавом	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	2	1
15.	Футболка с коротким рукавом	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	2	1
16.	Футляр (чехол) для перевозки оружия	штук	на обучающегося	-	-	1	6	1	1	2	1	2
17.	Чехол для транспортировки весел	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	1	2	1
18.	Шапочка для плавания	штук	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	3	1	1
19.	Шиповки для бега на средние и длинные дистанции	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1	1