

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
Богдановичская спортивная школа  
(МБУ ДО БСШ)



Утверждаю

Директор МБУ ДО БСШ

*И.В. Пургин*  
И.В. Пургин

«*17*» *февраля* 2026 г.

**Изменения в дополнительную образовательную программу спортивной  
подготовки по виду спорта «спортивная борьба» в соответствии с**

***Приказ Минспорта России от 08.12.2025 N 1091***

***"Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по  
виду спорта "спортивная борьба"***

***(Зарегистрировано в Минюсте России 27.01.2026 N 85098)***

Богданович, 2026 г.

В соответствии с Приказом Министерства спорта России от 08.12.2025 N1091 "Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта "спортивная борьба" (Зарегистрировано в Минюсте России 27.01.2026 N 85098) вносятся следующие изменения в дополнительную образовательную программу спортивной подготовки по виду спорта «спортивная борьба», утвержденную директором МБУ ДО БСШ от 09.01.2025 г.:

1. В пояснительной записке заменить утративший силу с 1 января 2026 года Приказ Минспорта России от 30.11.2022 N 1091 "Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта "спортивная борьба" (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 13.12.2022, регистрационный N 71478) на действующий Приказ Минспорта России от 08.12.2025 N 1091;
2. Таблицу 1 «Этапы подготовки: продолжительность, минимальный возраст для зачисления, количество обучающихся в группах (спортивная борьба)» изложить в следующем виде:

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	Наполняемость (человек)
Для спортивной дисциплины "спортивная борьба"			
Этап начальной подготовки	4	7	10
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	3 - 5	11	8
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	14	4
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	16	2

3. Таблицу 5 «Соотношение разделов подготовки на разных этапах многолетней подготовки по спортивной борьбе (%)» изложить в следующем виде:

N 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 (%)	58 - 63	56 - 61	43 - 47	36 - 39	26 - 28	18 - 23
2.	Специальная физическая подготовка (%)	1 - 20	16 - 20	16 - 20	18 - 21	20 - 22	21 - 26
3.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	-	2 - 4	3 - 5	6 - 8	6 - 9

4.	Техническая подготовка (%)	5 - 6	6 - 8	10 - 14	15 - 18	12 - 14	12 - 14
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	10 - 14	12 - 16	17 - 21	17 - 20	24 - 27	28 - 33
6.	Инструкторская и судейская практика (%)	-	-	1 - 2	1 - 3	2 - 4	2 - 3
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1 - 3	2 - 4	4 - 6	4 - 6	6 - 8	6 - 8

4. Таблицу 6 «планируемые показатели соревновательной деятельности по спортивной борьбе (количество соревнований)» изложить в следующем виде:

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		
Для спортивной дисциплины "спортивная борьба"						
Контрольные	-	1	3	4	5	5
Отборочные	-	-	1	1	1	1
Основные	-	-	1	1	1	1

5. Таблицу 7 «Нормативы общей и специальной физической подготовки для зачисления обучающихся в группы на этапе начальной подготовки (спортивной борьбе)» изложить в следующем виде:

N п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины "спортивная борьба"						
1.1.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			9,6	10,1	8,6	9,1
1.2.	Поднимание туловища из	количество	не менее		не менее	

	положения лежа на спине	раз	11	10	12	11
1.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее	
			85	77	95	87
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		не менее	
			+1	+3	+3	+5
1.5.	Метание теннисного мяча в цель, (дистанция - 5 м)	количество попаданий	не менее		не менее	
			2	1	3	2
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>						
2.1.	Стоя ровно на одной ноге руки на поясе. Фиксация положения	с	не менее		не менее	
			10,0	8,0	12,0	10,0
2.2.	Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке	количество раз	не менее		не менее	
			2		3	

6. Таблицу 8 «Нормативы общей и специальной физической подготовки для зачисления обучающихся в группы на учебно-тренировочном этапе по виду спорта (спортивная борьба)» изложить в следующем виде:

N п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			5,9	6,1
1.2.	Бег на 1 000 м	мин, с	не более	
			5.41	6.12
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			13	7
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+4	+5
1.5.	Челночный бег 3 x 10 м	с	не более	
			9,2	9,4
1.6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	не менее	
			33	28
1.7.	Прыжок в длину с места толчком двумя	см	не менее	

	ногами		142	132
1.8.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			4	-
1.9.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			-	10
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Подъем выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке в положение "угол"	количество раз	не менее	
			6	4
2.2.	Прыжок в высоту с места	см	не менее	
			40	
2.3.	Бросок набивного мяча (3 кг) вперед из-за головы	м	не менее	
			5,2	
2.4.	Бросок набивного мяча (3 кг) назад	м	не менее	
			6,0	
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 и третий год)	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"		

7. Таблицу 9 «Нормативы общей и специальной физической подготовки для зачисления обучающихся в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства по виду спорта (спортивная борьба)» изложить в следующем виде:

N п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши/ юниоры/ мужчины	девушки/ юниорки/ женщины
1. Нормативы общей физической подготовки				
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 3 x 10 м	с	не более	
			7,1	7,9
1.6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			218	183
1.7.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			50	44
1.8.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			13	-
1.9.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			-	19
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>				
2.1.	Подъем выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке в положение "угол"	количество раз	не менее	
			15	8
2.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях	количество раз	не менее	
			20	
2.3.	Прыжок в высоту с места	см	не менее	
			47	
2.4.	Бросок набивного мяча (3 кг) вперед из-за головы	м	не менее	
			7,0	
2.5.	Бросок набивного мяча (3 кг) назад	м	не менее	
			6,3	
<b>5. Уровень спортивной квалификации</b>				
5.1.	Спортивный разряд "кандидат в мастера спорта"			

8. Таблицу 10 «Нормативы общей и специальной физической подготовки для зачисления обучающихся в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства по виду спорта (спортивная борьба)» изложить в следующем виде:

N п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши/	девушки/

			юниоры/ мужчины	юниорки/ женщины
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>				
1.1.	Бег на 2 000 м	мин, с	не более	
			-	9,3
1.2.	Бег на 3 000 м	мин, с	не более	
			12.20	-
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			43	17
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+13	+16
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			235	188
1.6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			51	45
1.7.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			15	-
1.8.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			-	20
<b>2. Нормативы специальной физической подготовки</b>				
2.1.	Подъем выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке в положение "угол"	количество раз	не менее	
			15	8
2.2.	Прыжок в высоту с места	см	не менее	
			52	
2.3.	Бросок набивного мяча (3 кг) вперед из-за головы	м	не менее	
			8,0	
2.4.	Бросок набивного мяча (3 кг) назад	м	не менее	
			9,0	
<b>5. Уровень спортивной квалификации</b>				
5.1.	Спортивный разряд "мастера спорта России"			

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

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Количество
1.	Ковер борцовский (12 x 12 м)	комплект	на тренировочный спортивный зал	1
2.	Весы до 200 кг	штук	на тренировочный спортивный зал	1
3.	Гантели массивные (от 0,5 до 5 кг)	комплект	на тренажерный зал	3
4.	Гири спортивные (16, 24 и 32 кг)	комплект	на тренажерный зал	1
5.	Манекены тренировочные для борьбы	комплект	на тренировочный спортивный зал	1
6.	Мат гимнастический	штук	на тренировочный спортивный зал	18
7.	Мяч набивной (медицинбол) (от 3 до 12 кг)	комплект	на тренировочный спортивный зал	2
8.	Помост тяжелоатлетический	штук	на тренажерный зал	1
9.	Скакалка гимнастическая	штук	на тренировочный спортивный зал	10
10.	Скамья гимнастическая	штук	на тренировочный спортивный зал	2
11.	Стеллаж для хранения гантелей	штук	на тренажерный зал	1
12.	Стенка гимнастическая	штук	на тренировочный спортивный зал	5
13.	Турник навесной на гимнастическую стенку (шведскую стенку)	штук	на тренировочный спортивный зал	3
14.	Урна-плевательница	штук	на тренировочный спортивный зал	1
15.	Штанга тяжелоатлетическая тренировочная	комплект	на тренажерный зал	1
16.	Эспандер плечевой резиновый	штук	на тренажерный зал	10

ОБЕСПЕЧЕНИЕ СПОРТИВНОЙ ЭКИПИРОВКОЙ

N п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки							
				Этап начальной подготовки		Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации )		Этап совершенствов ания спортивного мастерства		Этап высшего спортивного мастерства	
				количе ство	срок эксплу атации (лет)	количе ство	срок эксплу атации (лет)	количе ство	срок эксплу атации (лет)	количе ство	срок эксплу атации (лет)
1.	Борцовки (обувь)	пар	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	2	1
2.	Костюм спортивный	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	1	1
3.	Наколенники (фиксаторы коленных суставов)	комплект	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
4.	Налокотники (фиксаторы локтевых суставов)	комплект	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
5.	Трико борцовское (красное, синее)	штук	на обучающегося	-	-	2	1	2	1	2	1

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 68310291949308261174446458885988728622825444147

Владелец Пургин Игорь Владимирович

Действителен с 19.02.2026 по 19.02.2027