Государственное автономное учреждение
дополнительного образования Псковской области
«Спортивная школа «Олимп»
(ГАУ ДО ПО «СШ «Олимп»)

П Р И К А З

27 февраля 2026 года **№ 34.14**

Псковский р-н, дер. Борисовичи

О внесении изменений
в дополнительную образовательную программу
спортивной подготовки
по виду спорта «стрельба из лука»

В соответствии с приказом Министерства спорта Российской Федерации от 08.12.2025 № 1099 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «стрельба из лука»

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Внести изменения в дополнительную образовательную программу спортивной подготовки по виду спорта «велосипедный спорт», утвержденную приказом от 30.12.2022 № 696, согласно приложению к приказу.
2. Контроль за исполнением настоящего приказа оставляю за собой.

Директор А.А.Акавов

Приложение
к приказу от 27.02.2026 № 34.14

Изменения, вносимые в дополнительную образовательную программу спортивной подготовки по виду спорта «стрельба из лука», утвержденную приказом от 30.12.2022 № 696

1. Таблицу № 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», дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «стрельба из лука» (далее — Программа), изложить в редакции согласно приложению № 1 к настоящим изменениям.

2.Таблицу № 2 «Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки» Программы, изложить в редакции согласно приложению № 2 к настоящим изменениям.

3. Таблицу № 3 «Учебно-тренировочные мероприятия и мероприятия по профилактическим медицинским осмотрам» Программы, изложить в редакции согласно приложению № 3 к настоящим изменениям.

4. Таблицу № 4 «Объем соревновательной деятельности» Программы, изложить в редакции согласно приложению № 4 к настоящим изменениям.

5. Таблицу № 6 «Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «стрельба из лука» Программы, изложить в редакции согласно приложению № 5 к настоящим изменениям.

6. Таблицу № 7 «Нормативы общей физической и специальной физической подготовки уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) по виду спорта «стрельба из лука» Программы, изложить в редакции согласно приложению № 6 к настоящим изменениям.

7. Таблицу № 8 «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 «стрельба из лука» Программы, изложить в редакции согласно приложению № 7 к настоящим изменениям.

8. Таблицу № 9 «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 «стрельба из лука» Программы, изложить в редакции согласно приложению № 8 к настоящим изменениям.

9. Таблицу № 10 «Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимым для прохождения спортивной подготовки» Программы, изложить в редакции согласно приложению № 9 к настоящим

10. Таблицу № 11 «Спортивный инвентарь, передаваемый в индивидуальное пользование» изложить в редакции согласно приложению № 10 к настоящим изменениям.

Приложение № 1
к изменениям, вносимым
в дополнительную
образовательную программу
спортивной подготовки
по виду спорта «стрельба из
лука»

Таблица № 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

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	Наполняемость (человек)
Для спортивных дисциплин «кл,бл»			
Этап начальной подготовки	3	10	10
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	5	12	8
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	2
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	14	1

Приложение № 2
к изменениям, вносимым
в дополнительную
образовательную программу
спортивной подготовки
по виду спорта «стрельба из
лука»

Таблица № 2

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		
Для спортивных дисциплин «кл,бл»						
Количество часов в неделю	4,5	6-8	8-12	12-16	18-24	24-32
Количество часов в год	208-312	312-416	416-624	624-832	936-1248	1248-1664

Приложение № 3
к изменениям, вносимым
в дополнительную
образовательную программу
спортивной подготовки
по виду спорта «стрельба из
лука»

Таблица № 3

Учебно-тренировочные мероприятия и мероприятия по профилактическим медицинским осмотрам

№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					

	мероприятия по общей и (или) специальной физической подготовке				
2.2	Восстановительные мероприятия	-	-	До 10 суток	
2.3	Учебно-тренировочные мероприятия в каникулярный период	До 21 суток подряд и не более двух учебно-тренировочных мероприятий в год		-	-
2.4	Просмотровые учебно-тренировочные мероприятия	-	До 60 суток		
3. Мероприятия по профилактическим медицинским осмотрам					
3.1	Медицинские осмотры и обследования	До 2 суток и не менее 1 раз в год с учетом прохождения диспансеризации	До 3 суток 1 раз в полгода с учетом углубленного медицинского обследования		

Приложение № 4
к изменениям, вносимым
в дополнительную
образовательную программу
спортивной подготовки
по виду спорта «стрельба из
лука»

Таблица № 4

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		
Для спортивных дисциплин «кл,бл»						
Контрольные	2	2	2	3	5	6
Отборочные	-	-	1	1	3	3
Основные	-	1	1	1	2	2

Приложение № 5
к изменениям, вносимым
в дополнительную
образовательную программу
спортивной подготовки
по виду спорта «стрельба из
лука»

Таблица № 6

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «стрельба из лука»

№ 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 «кл,бл»						
1.1.	Бег на 1000 м	мин, с	не более		не более	
			6.20	6.40	5.41	6.12
1.2.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (1 мин)	количество раз	не менее		не менее	
			26	23	33	28
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		не менее	
			+2	+3	+4	+5
1.4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			10	5	13	7
1.5.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине	количество раз	не менее		не менее	
			8	7	13	7
2. Нормативы специальной физической подготовки						
2.1.	Бросок теннисного мяча в мишень диаметром 60 см с расстояния 4 м (пять попыток). Попадание в мишень	количество раз	не менее			
			3			
2.2.	Классическая планка. Исходное положение-лежа лицом вниз. Руки на 90 градусов согнуты в локтях. Упор на предплечья и кончики пальцев ног. Прямая линия от макушки до пяток	с	не менее			
			50,0		40,0	

Приложение № 6
к изменениям, вносимым
в дополнительную
образовательную программу
спортивной подготовки
по виду спорта
«стрельба из лука»

Таблица № 7

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 «стрельба из лука»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки для спортивных дисциплин «кл,бл»				
1.1.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (1 мин)	количество раз	не менее	
			37	31
1.2.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+5	+6
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			18	9
1.4.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине	количество раз	не менее	
			16	12
2. Нормативы специальной физической подготовки для спортивных дисциплин «кл,бл»				
2.1.	Бросок теннисного мяча в мишень диаметром 60 см с расстояния 4 м (пять попыток). Попадание в мишень	количество раз	не менее	
			4	
2.2.	Растягивание лука до касания подбородка	количество раз	не менее	
			10	
2.3.	Удержание лука в растянутом положении до касания подбородка. Фиксация положения.	с	не менее	
			25,0	20,0
3. Уровень спортивной квалификации				
Для спортивных дисциплин «кл,бл»				
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	Спортивные разряды - «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд»,		
3.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)	Спортивные разряды – «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»		

Приложение № 7
к изменениям, вносимым
в дополнительную
образовательную программу
спортивной подготовки
по виду спорта
«стрельба из лука»

Таблица № 8

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 «стрельба из лука»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши/ юниоры	девушки/ юниорки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (1 мин)	количество раз	не менее	
			47	41
1.2.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+9	+13
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			29	15
1.4.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине	количество раз	не менее	
			24	18
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Растягивание лука до касания подбородка за 1 мин	количество раз	не менее	
			18	17
2.2.	Удержание лука в растянутом положении до касания подбородка.	с	не менее	
			30,0	25,0
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»			

Приложение № 8
к изменениям, вносимым
в дополнительную
образовательную программу
спортивной подготовки
по виду спорта «стрельба из
лука»

Таблица № 9

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 «стрельба из лука»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			мужчины	женщины
1. Нормативы общей физической подготовки для спортивных дисциплин «одиночное				
1.1.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (1 мин)	количество раз	не менее	
			50	44
1.2.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	см	не менее	
			+11	+15
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			37	16
1.4.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине	количество раз	не менее	
			25	19
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.2.	Растягивание лука до касания подбородка за 1 мин	количество раз	не менее	
			20	
2.3.	Удержание лука в растянутом положении до касания	с	не менее	
			35,0	30,0
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Спортивное звание «мастер спорта России»			

Приложение № 9
к изменениям, вносимым
в дополнительную
образовательную программу
спортивной подготовки
по виду спорта «стрельба из
лука»

Таблица № 10

Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки

№ п/п	Наименование оборудования и спортивного инвентаря	Единица измерения	Расчетная единица	Спортивные дисциплины	
				«КЛ»	«БЛ»
1	Бинокль (кратность не меньше 12)	штук	на организацию	2	2
2	Клей для оперения	штук	на организацию	10	10
3	Кликер для классического лука	комплект	на организацию	12	-
4	Колчан для стрел	штук	на организацию	10	10
5	Приспособление для проверки лука (специализированная линейка, линейка, циркуль, скоростемер, лазерный нивелир, вставки на плечи для центровки лука	копмлект	на организацию	1	-
6	Лук спортивный блочный, в сборе (лук блочный, система стабилизации, прицеп, скоп, пип-сайт, полочка)	штук	на организацию	-	10
7	Лук спортивный классический, в сборе (рукоятка, плечи, плунжер, система стабилизации, прицел)	штук	на организацию	10	-
8	Медицинбол переменной массы (от 1 до 5 кг)	комплект	на организацию	2	-
9	Мишень разных диаметров	штук	на организацию	240	
10	Мяч теннисный	штук	на организацию	10	
11	Наконечник для алюминиевых стрел	штук	на организацию	120	120
12	Наконечник для карбоновых стрел	штук	на организацию	120	120
13	Нить для обмотки тетивы (катушка)	штук	на организацию	4	-

	тетивы				
16	Оперение для стрел	штук	на организацию	450	450
17	Пин для стрел	штук	на организацию	240	240
18	Подставка под блочный лук	штук	на организацию	-	10
19	Подставка под классический лук	штук	на организацию	10	-
20	Полочка для блочного лука	штук	на организацию	-	20
21	Полочка для классического лука	штук	на организацию	20	-
22	Релиз (размыкатель)	штук	на организацию	-	10
23	Рулетка металлическая 100 м	штук	на организацию	1	
24	Сетка заградительная (для улавливания стрел)	штук	на организацию	50	50
25	Скакалка гимнастическая	штук	на организацию	6	
26	Станок для намотки тетивы	комплект	на организацию	1	
27	Стойка для ограждения канатом площадки для стрельбы и лука	штук	на организацию	30	
28	Стойки для удержания щита	комплект	на организацию	10	10
29	Стрелоулавливающий материал (прессованный пористый эластичный материал) из 5 блоков	комплект	на организацию	20	20
30	Стрела в сборке (трубка, наконечник, хвостовик, перья)	штук	на организацию	120	120
31	Табло с обратным отсчетом времени с четырьмя режимами и пультом управления, для стрельбы из лука	штук	на организацию	1	-
32	Тележка для перевозки щитов мишеней для стрельбы из лука	штук	на организацию	1	
33	Трубка алюминиевая для стрел	штук	на организацию	120	120
34	Трубка карбоновая для стрел	штук	на организацию	120	120
35	Флажок для указания направления при стрельбе из лука	штук	на организацию	6	
36	Хвостовик для алюминиевых стрел	штук	на организацию	240	240
37	Хвостовик для карбоновых стрел	штук	на организацию	240	240
38	Щит для стрельбы из лука	штук	на организацию	6	6

40	Экспандер ленточный резиновый	штук		10
41	Экспандер плечевой	штук		10

Приложение № 10
к изменениям, вносимым
в дополнительную
образовательную программу
спортивной подготовки
по виду спорта «стрельба из
лука»

Таблица № 11

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	Лук спортивный блочный	штук	на обущающегося	-	-	1	2	2	1	2	1
2	Лук спортивный классический	штук	на обущающегося	-	-	1	2	1	1	1	1
Спортивная экипировка, передаваемая в индивидуальное пользование											
3	Жилет утепленный	штук	на обущающегося	-	-	-	-	-	-	-	-
4	Крага (защита)	штук	на обущающегося	-	-	1	2	1	1	1	1
5	Кроссовки спортивные	пар	на обущающегося	-	-	1	2	1	1	1	1
6	Нагрудник	штук	на обущающегося	-	-	1	2	1	2	1	2
7	Напальчник для стрельбы для массического лука	штук	на обущающегося	-	-	1	1	2	1	3	1
8	Релиз (размыкател	штук	на обущающего	-	-	1	1	2	1	3	1

	лука										
9	Футболка с длинным рукавом (белая)	штук	на обущающегося	-	-	2	1	2	1	2	1
10	Юбка для выступлений (белая) (для женщин)	штук	на обущающегося	-	-	1	1	1	1	1	1