**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** **№ 34.15**

Псковский р-н, дер. Борисовичи

О внесении изменений
в дополнительную образовательную программу
спортивной подготовки
по виду спорта «спорт лиц с поражением ОДА»
(дисциплина: «настольный теннис»)

В соответствии с приказом Министерства спорта Российской Федерации от 15.12.2025 № 1164 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «спорт лиц с поражением ОДА»

**ПРИКАЗЫВАЮ:**

1. Внести изменения в дополнительную образовательную программу спортивной подготовки по виду спорта «спорт лиц с поражением ОДА» (дисциплина: «настольный теннис»), 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 № 34.15

Изменения, вносимые в дополнительную образовательную программу спортивной подготовки по виду спорта «спорт лиц с поражением ОДА» (дисциплина: «настольный теннис»), утвержденную приказом от 30.12.2022 № 696

1. Таблицу № 2 «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» Программы, изложить в редакции согласно приложению № 1 к настоящим изменениям.

2. Таблицу № 4 «Учебно-тренировочные мероприятия» Программы, изложить в редакции согласно приложению № 2 к настоящим изменениям.

3. Таблицу № 5 «Объем соревновательной деятельности» Программы, изложить в редакции согласно приложению № 3 к настоящим изменениям.

4. Таблицу № 11 «Нормативы общей физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «спорт лиц с поражением ОДА» (дисциплина: «настольный теннис») Программы, изложить в редакции согласно приложению № 4 к настоящим изменениям.

5. Таблицу № 12 «Нормативы общей физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) по виду спорта «спорт лиц с поражением ОДА» (дисциплина: «настольный теннис») Программы, изложить в редакции согласно приложению № 5 к настоящим изменениям.

6. Таблицу № 13 «Нормативы общей физической подготовки и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «спорт лиц с поражением ОДА» (дисциплина: «настольный теннис») Программы изложить в редакции согласно приложению № 6 к настоящим изменениям.

7. Таблицу № 14 «Нормативы общей физической подготовки и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные звания) для зачисления и перевода на этап высшего спортивного мастерства по виду спорта «спорт лиц с поражением ОДА» (дисциплина: «настольный теннис») Программы изложить в редакции согласно приложению № 7 к настоящим изменениям.

8. Таблицу № 24 «Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимым для прохождения спортивной подготовки Программы изложить в редакции согласно приложению № 8 к настоящим изменениям.

9. Таблицу № 26 «Обеспечение спортивной экипировкой» Программы изложить в редакции согласно приложению № 9 к настоящим изменениям.

Приложение № 1
к изменениям, вносимым в дополнительную
образовательную программу
спортивной подготовки по виду спорта
«спорт лиц с поражением ОДА»
(дисциплина: «настольный теннис»)

Таблица № 2

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) | Функциональная группа | Наполняемость (человек) |
|---|---|---|---|---|
| Этап начальной подготовки | не ограничивается | 7 | III | 6 |
| | | | II | 4 |
| | | | I | 3 |
| Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) | не ограничивается | 10 | III | 4 |
| | | | II | 3 |
| | | | I | 2 |
| Этап совершенствования спортивного мастерства | не ограничивается | 13 | III | 2 |
| | | | II | 2 |
| | | | I | 1 |
| Этап высшего спортивного мастерства | не ограничивается | 14 | III | 1 |
| | | | II | |
| | | | I | |

Приложение № 2
к изменениям, вносимым в дополнительную
образовательную программу
спортивной подготовки по виду спорта
«спорт лиц с поражением ОДА»
(дисциплина: «настольный теннис»)

Таблица № 4

Учебно-тренировочные мероприятия

| № п/п | Вид 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 | Тренировочный этап (этап спортивной специализации) | Этап совершенствования спортивного мастерства | Этап высшего спортивного мастерства |
| 1. Учебно-тренировочные мероприятия 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, 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 |
| 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. | Медицинские осмотры и обследования | до 2 суток и не менее 1 раза в год с учетом прохождения диспансеризации | До 3 суток 1 раз в полгода с учетом углубленного медицинского обследования | | |
| 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 № 3
к изменениям, вносимым в дополнительную
образовательную программу
спортивной подготовки по виду спорта
«спорт лиц с поражением ОДА»
(дисциплина: «настольный теннис»)

Таблица № 5

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 | | 3 | 3 |
| Отборочные | - | | 1 | | 2 | 2 |
| Основные | - | | 2 | | 2 | 3 |

Приложение № 4
к изменениям, вносимым в дополнительную
образовательную программу
спортивной подготовки по виду спорта
«спорт лиц с поражением ОДА»
(дисциплина: «настольный теннис»)

Таблица № 11

Нормативы общей физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «спорт лиц с поражением ОДА» (дисциплина: «настольный теннис»)

| № п/п | Упражнения | Единица измерения | Норматив | |
|---|---|---|---|---|
| | | | мужчины | женщины |
| 1. Для спортивной дисциплины «настольный теннис» (I функциональная группа) | | | | |
| 1 | Прокат «змейкой» на коляске между 5 конусами | без учета времени | | |
| 2 | Бег на коляске 30 м | с | не более | |
| | | | 25,0 | |
| 3 | И.П. – сидя. Метание теннисного мяча правой и левой рукой (на максимальное расстояние) | количество раз | не менее | |
| | | | 1 | |
| 4 | Бег на коляске 100-150 м (в зависимости от степени поражения ОДА) | без учета времени | | |

Приложение № 5
к изменениям, вносимым в дополнительную
образовательную программу
спортивной подготовки по виду спорта
«спорт лиц с поражением ОДА»
(дисциплина: «настольный теннис»)

Таблица № 12

Нормативы общей физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) по виду спорта «спорт лиц с поражением ОДА» (дисциплина: «настольный теннис»)

| № п/п | Упражнения | Единица измерения | Норматив | |
|---|---|---|---|---|
| | | | мужчины | женщины |
| 1. Для спортивной дисциплины «настольный теннис» (I функциональная группа) | | | | |
| 1 | Бег на коляске 300 м | без учета времени | | |
| 2 | Бег на коляске 30 м | с | не более | |
| | | | 20,0 | |
| 3 | Прокат «змейкой» на коляске между 7 конусами (30 м) | с | не более | |
| | | | 45,0 | |
| 4 | И.П. – сидя. Метание мяча для настольного тенниса по очереди каждой рукой | м | не менее | |
| | | | 2 | |
| Уровень спортивной квалификации | | | | |
| 1 | Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет) | Не устанавливается | | |
| 2 | Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет) | Спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд», «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд» | | |
| | | Не устанавливается при зачислении лиц, имеющих на момент получения инвалидности спортивный разряд и (или) спортивное звание | | |

Приложение № 6
к изменениям, вносимым в дополнительную
образовательную программу
спортивной подготовки по виду спорта
«спорт лиц с поражением ОДА»
(дисциплина: «настольный теннис»)

Таблица № 13

Нормативы общей физической подготовки и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «спорт лиц с поражением ОДА»
(дисциплина: «настольный теннис»)

| № п/п | Упражнения | Единица измерения | Норматив | |
|---|---|---|---|---|
| | | | мужчины | женщины |
| 1. Для спортивной дисциплины «настольный теннис» (I функциональная группа) | | | | |
| 1 | Бег на коляске 300 м | мин | не более | |
| | | | 4,0 | |
| 2 | Бег на коляске 60 м | с | не более | |
| | | | 23,0 | |
| 3 | Прокат «змейкой» на колясках между 10 конусами (30 м) | с | не более | |
| | | | 60,0 | |
| 4 | И.П. – сидя. Подъем в упор на руках (самостоятельно) | количество раз | не менее | |
| | | | 12 | |
| 5 | И.П. – сидя. Попеременная тяга руками резинового амортизатора (самостоятельно) | с | не менее | |
| | | | 45,0 | |
| 6 | И.П. – сидя. Удар теннисной ракеткой по мячу на дальность | м | не менее | |
| | | | 4 | |
| 7 | И.П. – сидя. Толкание медицинбола весом 1 кг вперед каждой рукой (за 1 мин) | количество раз | не менее | |
| | | | 8 | |
| Уровень спортивной квалификации | | | | |
| 1 | Для спортивной дисциплины настольный теннис | Спортивный разряд – «кандидат в мастера спорта» | | |
| | | Не устанавливается при зачислении лиц, имеющих на момент получения инвалидности спортивный разряд и (или) спортивное звание | | |

Приложение № 7
к изменениям, вносимым в дополнительную
образовательную программу
спортивной подготовки по виду спорта
«спорт лиц с поражением ОДА»
(дисциплина: «настольный теннис»)

Таблица № 14

Нормативы общей физической подготовки и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные звания) для зачисления и перевода на этап высшего спортивного мастерства по виду спорта «спорт лиц с поражением ОДА» (дисциплина: «настольный теннис»)

| № п/п | Упражнения | Единица измерения | Норматив | |
|---|---|---|---|---|
| | | | мужчины | женщины |
| 1. Для спортивной дисциплины «настольный теннис» (I функциональная группа) | | | | |
| 1 | Бег на коляске 600 м | без учета времени | | |
| 2 | Кистевая динамометрия | кг | не менее 23 | |
| 3 | И.П.-лежа. Подтягивание из положения лежа, сгибание рук в локтях и касание грудью перекладины | количество раз | не менее | |
| | | | 7 | 5 |
| 4 | И.П. – сидя. Бросок медицинбола весом 1 кг вперед двумя руками из-за головы | м | не менее 9 | |
| Уровень спортивной квалификации | | | | |
| 1 | Для спортивной дисциплины настольный теннис | Спортивное звание – «мастер спорта России» | | |
| | | Не устанавливается при зачислении лиц, имеющих на момент получения инвалидности спортивный разряд и (или) спортивное звание | | |

Приложение № 8
к изменениям, вносимым в дополнительную
образовательную программу
спортивной подготовки по виду спорта
«спорт лиц с поражением ОДА»
(дисциплина: «настольный теннис»)

Таблица № 24

Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимым для прохождения спортивной подготовки

| п/п | Наименование оборудования и спортивного инвентаря | Единица измерения | Расчетная единица | Количество изделий |
|---|---|---|---|---|
| 1 | Активная инвалидная коляска для занятий настольным теннисом | штук | на организацию | 2 |
| 2 | Бортик разделительный | штук | на организацию | 12 |
| 3 | Гантели переменной массы (от 0,5 до 5 кг) | комплект | на организацию | 3 |
| 4 | Гантели переменной массы (от 1,5 до 10 кг) | комплект | на организацию | 3 |
| 5 | Динамометр кистевой (до 30 кг) | штук | на организацию | 2 |
| 6 | Колесо имитационное | штук | на организацию | 2 |
| 7 | Координационная лесенка для бега | штук | на организацию | 2 |
| 8 | Ловушка для мячей | штук | на организацию | 4 |
| 9 | Массажный ролик | штук | на организацию | 2 |
| 10 | Мяч для настольного тенниса | штук | на организацию | 600 |
| 11 | Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 5 кг) | комплект | на тренировочный спортивный зал | 4 |
| 12 | Перекладина гимнастическая | штук | на организацию | 1 |
| 13 | Подставка под мячи | штук | на организацию | 4 |
| 14 | Ракетка для имитации | штук | на организацию | 2 |
| 15 | Ракетка для настольного тенниса | штук | на организацию | 6 |
| | | | | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 16 | Робот-пушка для занятий настольным теннисом | штук | на организацию | 1 |
| 17 | Сачок для сбора мячей | штук | на организацию | 4 |
| 18 | Секундомер | штук | на тренера-преподавателя | 1 |
| 19 | Скакалка | штук | на тренировочный спортивный зал | 6 |
| 20 | Скамейка гимнастическая | штук | на тренировочный спортивный зал | 3 |
| 21 | Стенка гимнастическая | штук | на тренировочный спортивный зал | 3 |
| 22 | Табло перекидное для занятий настольным теннисом | штук | на тренировочный спортивный зал | 4 |
| 23 | Теннисный мяч | штук | на организацию | 10 |
| 24 | Теннисный стол с сеткой (доступный для колясочников) | комплект | на тренировочный спортивный зал | 4 |
| 25 | Утяжелители переменной массы (от 0,5 до 1 кг) | комплект | на тренировочный спортивный | 4 |
| 26 | Фишки (конусы) | комплект | на тренировочный спортивный | 1 |
| 27 | Эластичная лента | штук | на тренера-преподавателя | 4 |

Приложение № 9
к изменениям, вносимым
в дополнительную образовательную программу
спортивной подготовки
по виду спорта «спорт лиц с поражением ОДА»
(дисциплина: «настольный теннис»)

Таблица № 26

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) |
| Для спортивных дисциплин «настольный теннис» | | | | | | | | | | | |
| 1 | Кепка | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 2 | Костюм спортивный парадный | штук | на обучающегося | - | - | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 3 | Костюм спортивный тренировочный | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 4 | Кроссовки легкоатлетические | пар | на обучающегося | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 |

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 5 | Обувь специализированная для спортивных залов | пар | на обучающегося | - | - | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 6 | Соревновательная форма | комплект | на обучающегося | - | - | - | - | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 7 | Спортивные брюки | штук | на обучающегося | - | - | - | - | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 8 | Сумка спортивная | штук | на обучающегося | - | - | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 9 | Сумка-чехол для транспортировки колес | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 |
| 10 | Сумка-чехол для транспортировки коляски | пар | на обучающегося | - | - | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 |
| 11 | Фиксатор для голеностопа | штук | на обучающегося | - | - | - | - | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 12 | Фиксатор коленного сустава | штук | на обучающегося | - | - | - | - | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 13 | Фиксатор локтевого сустава | штук | на обучающегося | - | - | - | - | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 14 | Футболка | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 15 | Чехол для ракетки | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 16 | Шорты | штук | на обучающегося | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 |