УТВЕРЖДАЮ
Председатель ОО «Белорусская федерация гандбола»

_____В.Н. Коноплев
«_19_» _____июня_____ 2026 г.

ПРИЛОЖЕНИЯ
К РЕГЛАМЕНТУ ПРОВЕДЕНИЯ
XXXV ЧЕМПИОНАТА, КУБКА И СУПЕРКУБКА РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ ПО ГАНДБОЛУ СРЕДИ МУЖСКИХ И ЖЕНСКИХ КОМАНД ВЫСШЕЙ ЛИГИ
СЕЗОНА 2026-2027 гг.

г. Минск, 2026 г.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1.
СИСТЕМЫ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

Чемпионат Республики Беларусь

Предлагаются следующие основные системы проведения чемпионата Республики Беларусь. Системы проведения могут быть скорректированы в случае изменения количества команд и условий проведения Соревнований:

Женские команды

13 команд Высшей лиги распределяются на два дивизиона:

Во всех матчах Соревнований команды дивизионов «1» и «2» обязаны первые 15 мин. **первой половины** встречи играть по системе активной защиты 3х3 или 4х2 (при использовании нападающей командой системы с двумя линейными игроками соответственно).

За невыполнение данного требования «официальный представитель» команды наказывается прогрессивно.

Если одна из команд играет в меньшинстве, то она может не использовать систему активной защиты. Команда же противника в этом случае должна продолжать играть в обороне систему активной защиты.

Дивизион «1»:

Планируемые сроки проведения стартовых матчей чемпионата – **29.08.2026 г.**

Первый Этап:

8 команд: **«БНТУ-БелАЗ», «Гомель», «Городничанка», «СКА-Минск», «Виктория-Берестье», «БНТУ-БелАЗ-2», «Березина», «Витебчанка»** проводят между собой **2-круговой турнир**.

Второй этап:

По итогам первого этапа команды распределяются на две группы:

Группу «А» образуют 4 команды, занявшие места с 1 по 4.

Группу «Б» образуют 4 команды, занявшие места с 5 по 8.

Команды в группах проводят между собой **2-круговые турниры** с учетом результатов всех игр на первом этапе.

Третий этап: **Матчи плей-офф (1/4).**

По итогам второго этапа образуются четыре пары команд матчей плей-офф (1/4).

Пары команд составляются следующим образом:

А1 – Б4 А2 – Б3 А3 – Б2 А4 – Б1

По итогам матчей плей-офф (1/4) образуются две пары команд матчей плей-офф (5-8) и две полуфинальные пары команд матчей плей-офф (1/2).

Матчи плей-офф (за 5-8 места).

Пары команд составляются следующим образом:

Матчи «1» (5-8) Проигравший **(А1 – Б4)** – Проигравший **(А4 – Б1)**

Матчи «2» (5-8) Проигравший **(А2 – Б3)** – Проигравший **(А3 – Б2)**

Матчи плей-офф (1/2).

Пары команд составляются следующим образом:

Полуфинал «1» Победитель **(А1 – Б4)** – Победитель **(А4 – Б1)**

Полуфинал «2» Победитель **(А2 – Б3)** – Победитель **(А3 – Б2)**

Серии матчей плей-офф третьего этапа проводятся до **двух побед**. Порядок игр в сериях матчей определяется согласно рейтингу команд в соответствии с занятым местом по итогам второго этапа. Команды пар, имеющие худший рейтинг, играют вторую игру на домашней площадке. Первую и третью (при необходимости) игру дома играет команда с лучшим рейтингом. **Если основное время любой игры заканчивается вничью,** то назначается дополнительное время – **два тайма по 5 мин.** с перерывом 1 мин. между таймами**.** Если и после дополнительного времени счет будет ничейным, то команды определят победителя игры по результатам **серии 7-метровых** штрафных бросков в соответствии с действующими Правилами игры.

<u>Четвертый этап</u>:

Финальные серии матчей:

По итогам третьего этапа образуются финальные пары команд для определения итоговых мест в чемпионате.

Пары команд составляются следующим образом:

Матчи за 7-8 места: Проигравший **1 (5-8)** – Проигравший **2 (5-8);**

Матчи за 5-6 места: Победитель **1 (5-8)** – Победитель **2 (5-8);**

Матчи за 3-4 места: Проигравший **п/ф 1** – Проигравший **п/ф 2;**

Матчи за 1-2 места: Победитель **п/ф 1** – Победитель **п/ф 2.**

Финальные серии матчей проводятся до **трех побед**. Порядок игр в финальных сериях матчей определяется согласно рейтингу команд в соответствии с занятым местом по итогам второго этапа. Команды финальных пар, имеющие худший рейтинг, играют вторую и четвертую (при необходимости) игру на домашней площадке. Первую, третью и пятую (при необходимости) игру дома играет команда с лучшим рейтингом. **Если основное время любой игры заканчивается вничью,** то назначается дополнительное время – **два тайма по 5 мин.** с перерывом 1 мин. между таймами**.** Если и после дополнительного времени счет будет ничейным, то команды определят победителя игры по результатам **серии 7-метровых** штрафных бросков в соответствии с действующими Правилами игры

Дивизион «2»:

Планируемые сроки проведения стартовых матчей чемпионата – **09.-12.09.2026 г.**

5 команд: **«РГУОР-Сборная 2010», «РЦОР-СКА-Минск»,«Гомель-2», «СДЮШОР-Виктория-Берестье», «Городничанка-СДЮШОР».**

Команды проводят между собой **6-круговой турнир**.

По итогам турнира определяются итоговые **с 9 по 13 места** чемпионата.

Мужские команды:

16 команд Высшей лиги распределяются на два дивизиона:

Дивизион «1»:

Планируемые сроки проведения стартовых матчей чемпионата в Дивизионе «1»: **02.09.2026 г.**

Первый Этап:

8 команд: **«БГК «Мешков Брест», «СКА-Минск», «Машека», «Кронон», МОГК, «БГУФК-СКА-РГУОР», «Гомель», «МАЗ-Орша».**

Команды проводят между собой **2-круговой турнир**.

Второй этап:

По итогам первого этапа команды распределяются на две группы:

Группу «А» образуют 4 команды, занявшие места с 1 по 4.

Группу «Б» образуют 4 команды, занявшие места с 5 по 8.

Команды в группах проводят между собой **2-круговые турниры** с учетом результатов всех игр на первом этапе.

Третий этап: **Матчи плей-офф (1/4).**

По итогам второго этапа образуются четыре пары команд матчей плей-офф (1/4).

Пары команд составляются следующим образом:

А1 – Б4 А2 – Б3 А3 – Б2 А4 – Б1

По итогам матчей плей-офф (1/4) образуются две пары команд матчей плей-офф (5-8) и две полуфинальные пары команд матчей плей-офф (1/2).

Матчи плей-офф (за 5-8 места).

Пары команд составляются следующим образом:

Матчи «1» (5-8) Проигравший **(А1 – Б4)** – Проигравший **(А4 – Б1)**

Матчи «2» (5-8) Проигравший **(А2 – Б3)** – Проигравший **(А3 – Б2)**

Матчи плей-офф (1/2).

Пары команд составляются следующим образом:

Полуфинал «1» Победитель **(А1 – Б4)** – Победитель **(А4 – Б1)**

Полуфинал «2» Победитель **(А2 – Б3)** – Победитель **(А3 – Б2)**

Серии матчей плей-офф третьего этапа проводятся до **двух побед**. Порядок игр в сериях матчей определяется согласно рейтингу команд в соответствии с занятым местом по итогам второго этапа. Команды пар, имеющие худший рейтинг, играют вторую игру на домашней площадке. Первую и третью (при необходимости) игру дома играет команда с лучшим рейтингом. **Если основное время любой игры заканчивается вничью,** то назначается дополнительное время – **два тайма по 5 мин.** с перерывом 1 мин. между таймами**.** Если и после дополнительного времени счет будет ничейным, то команды определят победителя игры по результатам **серии 7-метровых** штрафных бросков в соответствии с действующими Правилами игры.

Четвертый этап:

Финальные серии матчей:

По итогам третьего этапа образуются финальные пары команд для определения итоговых мест в чемпионате.

Пары команд составляются следующим образом:

Матчи за 7-8 места: Проигравший **1 (5-8)** – Проигравший **2 (5-8);**
Матчи за 5-6 места: Победитель **1 (5-8)** – Победитель **2 (5-8);**
Матчи за 3-4 места: Проигравший **п/ф 1** – Проигравший **п/ф 2;**
Матчи за 1-2 места: Победитель **п/ф 1** – Победитель **п/ф 2.**

Финальные серии матчей проводятся до **трех побед**. Порядок игр в финальных сериях матчей определяется согласно рейтингу команд в соответствии с занятым местом по итогам второго этапа. Команды финальных пар, имеющие худший рейтинг, играют вторую и четвертую (при необходимости) игру на домашней площадке. Первую, третью и пятую (при необходимости) игру дома играет команда с лучшим рейтингом. **Если основное время любой игры заканчивается вничью,** то назначается дополнительное время – **два тайма по 5 мин.** с перерывом 1 мин. между таймами**.** Если и после дополнительного времени счет будет ничейным, то команды определят победителя игры по результатам **серии 7-метровых** штрафных бросков в соответствии с действующими Правилами игры.

Дивизион «2»:

Планируемые сроки проведения стартовых матчей чемпионата в Дивизионе «2»: **09-12.09.2026 г.**

Первый этап:

8 к-д: **«СКА-Юни», «Аматары», «Машека-2», «ЦОР», «СДЮШОР-Виктория», «Кронон-СДЮШОР», «Гомель-2», «РГУОР-Сборная 2010».**

Команды проводят между собой **2-круговой турнир**.

Второй этап:

По итогам первого этапа команды распределяются на две группы:

Группу «А» образуют 4 команды, занявшие места с 1 по 4.

Группу «Б» образуют 4 команды, занявшие места с 5 по 8.

Команды в группах проводят между собой **2-круговые турниры** с учетом результатов всех игр на первом этапе.

Третий этап:

Матчи плей-офф (1/4).

По итогам второго этапа образуются четыре пары команд матчей плей-офф (1/4).

Пары команд составляются следующим образом:

А1 – Б4 А2 – Б3 А3 – Б2 А4 – Б1

По итогам матчей плей-офф (1/4) образуются две пары команд матчей плей-офф (за **13-16** места) и две пары команд матчей плей-офф (за **9-12** места).

Матчи плей-офф (за 13-16 места).

Пары команд составляются следующим образом:

Матч «1» (13-16) Проигравший (**А1 – Б4**) – Проигравший (**А4 – Б1**)

Матч «2» (13-16) Проигравший **(А2 – Б3)** – Проигравший **(А3 – Б2)**

Матчи плей-офф (за 9-12места).

Пары команд составляются следующим образом:

Матч «1» (9-12) Победитель (**А1 – Б4**) – Победитель (**А4 – Б1**)

Матч «2» (9-12) Победитель **(А2 – Б3)** – Победитель **(А3 – Б2)**

Четвертый этап:

Финальные серии матчей:

По итогам третьего этапа образуются финальные пары команд для определения итоговых мест в чемпионате.

Пары команд составляются следующим образом:

Матчи за 15-16 места: Проигравший **«1» (13-16)** – Проигравший **«2» (13-16);**

Матчи за 13-14 места: Победитель **«1» (13-16)** – Победитель **«2» (13-16);**

Матчи за 11-12 места: Проигравший **«1» (9-12)** – Проигравший **«2» (9-12);**

Матчи за 9-10 места: Победитель **«1» (9-12)** – Победитель **«2» (9-12).**

Серии матчей плей-офф третьего этапа и финальных серий матчей четвертого этапа проводятся до **двух побед**. Порядок игр в сериях матчей определяется согласно рейтингу команд в соответствии с занятым местом по итогам второго этапа. Команды пар, имеющие худший рейтинг, играют вторую игру на домашней площадке. Первую и третью (при необходимости) игру дома играет команда с лучшим рейтингом. **Если основное время любой игры заканчивается вничью,** то назначается дополнительное время – **два тайма по 5 мин.** с перерывом 1 мин. между таймами**.** Если и после дополнительного времени счет будет ничейным, то команды определят победителя игры по результатам **серии 7-метровых** штрафных бросков в соответствии с действующими Правилами игры.

Во всех играх дивизиона «2» команды обязаны первые 15 мин. второй половины встречи играть по системе активной защиты 3х3 или 4х2 (при использовании нападающей командой системы с двумя линейными игроками соответственно).

За невыполнение данного требования «официальный представитель» команды наказывается прогрессивно.

Если одна из команд играет в меньшинстве, то она может не использовать систему активной защиты. Команда же противника в этом случае должна продолжать играть в обороне систему активной защиты.

Требование активной защиты не распространяется на команду «Аматары».

Команда «РГУОР-Сборная 2010» может задействовать на свои матчи чемпионата игроков 2010-11г.г. рождения других команд Дивизиона «2», также игроки не попавшие в заявочный лист команды «РГУОР-Сборная 2010» на отдельные матчи чемпионата могут быть задействованы за команду «ЦОР». Данное положение производится по согласованию тренеров команд, принимающих участие в отдельно взятых матчах чемпионата Дивизиона «2».

Кубок Республики Беларусь

Женские команды

8 Команд Дивизиона 1 примут участие в розыгрыше с I этапа.

При жеребьевке данные команды будут определены в две корзины.

Корзина 1: (**«БНТУ-БелАЗ»; «Гомель»; «Городничанка»; «Берестье»).**

Корзина 2: (**«Березина»; «Витебчанка»; «БНТУ-БелАЗ-2»; «СКА-Минск»).**

Победители пар I этапа проходят в полуфинал этапа турнира «Финал 4-х».

Жеребьевка первого I этапа розыгрыша – **21.09.2026 г.** Жеребьевка полуфинального этапа турнира Финал-4х – **15.03.2027 г.** При жеребьевке полуфинального этапа победители пар первого этапа с участием команд **«БНТУ-БелАЗ» и «Гомель»** будут определены в одну корзину.

Мужские команды

8 Команд Дивизиона 1 примут участие в розыгрыше с I этапа.

Данные команды будут определены в две корзины.

Корзина 1: **«БГК «Мешков Брест»; «СКА-Минск»; «Машека»; «Кронон».**

Корзина 2: **«Гомель»; «БГУФК-СКА»; «МОГК»; «МАЗ-Орша».**

Победители пар I этапа проходят в полуфинал турнира Финал-4х.

Жеребьевка I этапа розыгрыша – **21.09.2026 г.**

Жеребьевка полуфинального этапа турнира «Финал 4-х» – **15.03.2027 г.** При жеребьевке полуфинального этапа победители пар первого этапа с участием команд **«БГК «Мешков Брест» и «СКА-Минск»** будут определены в одну корзину.

Суперкубок Республики Беларусь

Женские команды

Матч за Суперкубок Республики Беларусь проведут команды **«БНТУ-БелАЗ»** и **«Гомель».** Матч запланирован на **02.09.2026 г**

Мужские команды

Матч за Суперкубок Республики Беларусь проведут команды **«БГК «Мешков Брест»** и **«СКА-Минск».** Матч запланирован на **05.09.2026 г**

ПРИЛОЖЕНИЕ 2.
РАЗМЕР РЕГИСТРАЦИОННО-ЗАЯВОЧНОГО ВЗНОСА

Размер регистрационно-заявочного взноса составляет:

Мужчины Дивизион «1»: 36000 бел. руб.
Женщины Дивизион «1»: 33000 бел. руб.
Мужчины Дивизион «2»: 21000 бел. руб.
Женщины Дивизион «2»: 15000 бел. руб.

Оплата регистрационно-заявочных взносов команд-участниц Соревнований производится на расчетный счет ОО «Белорусская федерация гандбола»: Адрес: БЕЛАРУСЬ, Г. МИНСК, УЛ. СУРГАНОВА, ДОМ 2, КОМ. 46, 220012
E-mail: **office@handball.by** Сайт БФГ: **www.handball.by**
УНП: 101278249
Текущий (расчетный): BY29ALFA30152013220170270000 в BYN
в ЗАО 'Альфа-Банк', БИК: ALFABY2X

ПРИЛОЖЕНИЕ 3.
СОСТАВЫ КОМИССИЙ СОРЕВНОВАНИЙ

Главная Соревновательная Комиссия:

1. Председатель ГСК
   Кот Сергей Владимирович (моб. +37529 666-63-57)
2. Зам. Председателя по организационным вопросам
   Терещенков Юрий Викторович (моб. +375 29 182-69-80)
3. Зам. Председателя по судейству и статистике
   Гуско Андрей Леонидович (моб. +375 29 610-16-64)
4. Главный секретарь
   Кулик Сергей Витальевич (моб. +375 29 182-44-85)
5. Бухгалтер
   Аношка Марина Викторовна (моб. +375 29 670-72-07)

3. Секретарь
   Заборонок Татьяна Николаевна (моб. + 375 29 121-85-20)

Апелляционная Комиссия:

1. Председатель БФГ
   Коноплев Владимир Николаевич
2. Зам. Председателя БФГ
   Терещенков Юрий Викторович
3. Председатель тренерского Совета мужских команд
   Шевцов Юрий Анатольевич
4. Председатель тренерского Совета женских команд
   Папруга Игорь Николаевич
5. Председатель главной Соревновательной комиссии
   Кот Сергей Владимирович
6. Председатель спортивно-технической комиссии
   Маевский Михаил Михайлович
7. Председатель судейской комиссии
   Гуско Андрей Леонидович

Спортивно-Техническая Комиссия:

1. Председатель СТК
   Маевский Михаил Михайлович
2. Член СТК
   Лобановский Александр Александрович
3. Член СТК
   Грицевич Владимир Николаевич

Судейская Комиссия:

1. Председатель СК
   Гуско Андрей Леонидович
2. Член СК
   Набоков Дмитрий Анатольевич
3. Член СК
   Лобановский Александр Александрович
4. Член СК
   Соловьянчик Николай Александрович
5. Член СК
   Левчук Василий Михайлович

ПРИЛОЖЕНИЕ 4.
СИСТЕМА КОНТРОЛЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ

Общие положения

Цель и задачи системы контроля специальной физической подготовленности (далее – СФП)

Цель:

Системное повышение СФП игроков для достижения максимальной реализации их потенциала в соревновательной деятельности, снижения риска травм и перенапряжений.

Задачи:

– внедрение единых стандартов СФП;

– объективная оценка текущего уровня и мониторинг динамики показателей СФП;

– выявление слабых и сильных сторон в СФП для индивидуальной коррекции тренировочного процесса;

– стимулирование систематического развития ключевых физических качеств гандболистов;

– повышение объективности и качества отбора игроков в сборные команды Республики Беларусь.

Порядок осуществления контроля СФП

1. Все игроки клубов/команд, участвующих в играх чемпионата, обязаны сдавать нормативы по специальной физической подготовке (СФП). Только те игроки, которые заявлены за данную команду и находятся в лицензионном листе БФГ, имеют право сдавать нормативы по СФП. Нормативы принимает рабочая группа научно-образовательного кластера «Интеллектуальные технологии в спорте» на базе БГУФК.

2. Результаты тестов носят информативный характер для тренеров сборных команд и специалистов БФГ, не являются причиной недопуска игрока к матчам Соревнований. Однако прохождение нормативов обязательное условие для участия в Соревнованиях.

3. Все результаты заносятся в базу данных, которая каждый раз пополняется. К базе имеют доступ тренеры сборных команд, специалисты БФГ, главные тренеры исследуемых команд.

4. БГУФК оказывает помощь в создании базы данных и обработки информации;

Контрольные тесты СФП для мужских команд

- подтягивание на перекладине;
- прыжок в длину с места, см;
- прыжок вверх с места, см;
- становая тяга;
- Т-тест, с;
- бег 5–10–30 м, с;
- наклон вперед сидя, см;
- бросок игрового мяча, км/ч;
- Йо-йо тест (YR-1), м.

Контрольные тесты СФП для женских команд

- вис на перекладине на полусогнутых руках угол –90°, с
- прыжок в длину с места, см;
- прыжок вверх с места, см;
- становая тяга;
- Т-тест, с;
- бег 5–10–30 м, с;
- наклон вперед сидя, см;
- бросок игрового мяча, км/ч;
- Йо-йо тест (YR-1), м.

Правила выполнения и оценивания тестов СФП

Подтягивание на перекладине

Упражнение выполняется из исходного положения вис хватом сверху, руки полностью выпрямлены, ноги не касаются пола. Подтягивание выполняется до пересечения подбородком линии перекладины. Опускание в исходное положение – до полного разгибания рук. В процессе выполнения запрещены рывки, раскачивания, сгибание ног в коленях более чем на 90°.

Результат фиксируется по числу правильно исполненных повторений.

Вис на перекладине на полусогнутых руках угол – 90°(сек)

Упражнение выполняется из положения виса на перекладине произвольным хватом (сверху или снизу), угол между плечом и предплечьем около 90°.

Отсчет времени начинается после принятия спортсменом исходного положения виса на полусогнутых руках, тест завершается, когда испытуемый разгибает руки более чем на 90°. Запрещено использовать дополнительные движения (рывки, махи ногами), опираться подбородком на перекладину, менять хват.

Результат фиксируется по времени удержания виса.

Прыжок в длину с места (см)

Упражнение выполняется из исходного положения стойка ноги на ширине плеч, носки у линии старта. Прыжок выполняется одновременным разгибанием обеих ног.

Запрещено выполнение шагов перед прыжком, падение назад после прыжка.

Результат фиксируется как расстояние от стартовой линии до ближайшей точки касания пятками.

Испытуемый имеет право выполнить до 3 попыток.

Прыжок вверх с места (см)

Прыжок выполняется на противодвижении с махом рук. Запрещены разбег, предварительные шаги, сгибание ног в фазе полета.

Измерение проводится с использованием электронной контактной платформы.

Испытуемый имеет право выполнить до 3 попыток.

Становая тяга (кг)

Упражнение выполняется из исходного положения ноги на ширине плеч, стопы параллельно, спина прямая, естественный прогиб в пояснице. Измерение проводится с использованием динамометра, расположенного между ног испытуемого, рукоятка (гриф) – на уровне колен.

Усилие осуществляется за счет напряжения разгибателей ног и спины.

Результат фиксируется как максимальное зафиксированное усилие в кг.

Т-тест (сек)

При выполнении теста используется специальная разметка при помощи 3 конусов и стартовой линии (Рисунок 1).

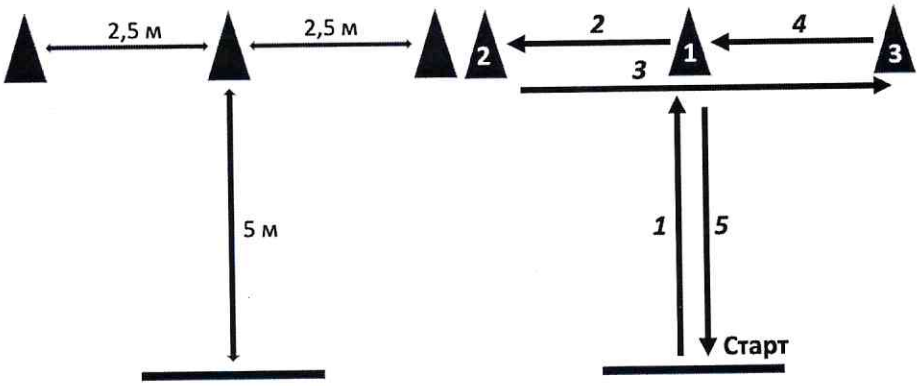


Рисунок 1 – Разметка и порядок выполнения Т-теста

Испытуемый произвольно начинает бег с линии старта, движется вперед, касается конуса 1, затем приставными шагами перемещается к конусу 2 с касанием, затем приставными шагами к конусу 3 с касанием, после чего возвращается за линию старта спиной вперед.

Результат фиксируется как время прохождения всей дистанции с использованием электронных фотосистем.

Бег 5–10–30 м (сек)

Испытуемый произвольно стартует и выполняет прямолинейный бег на дистанции 30 метров с максимальной скоростью.

При организации теста важно обеспечить достаточную дистанцию для безопасного торможения после пробегания всего 30-ти метрового отрезка.

Результат фиксируется как время прохождения отрезков 5, 10 и 30 метров с использованием электронных фотосистем.

Наклон вперед сидя (см);

Упражнение выполняется из исходного положения сидя на полу, ноги на ширине плеч, вытянуты, стопы упираются в измерительные упоры (планку).

Испытуемый выполняет наклон вперед с вытянутыми руками (ладонями вниз) и фиксируется в данном положении на 2 секунды. Запрещено сгибать колени, выполнять рывковые движения.

Результат фиксируется как расстояние от кончиков пальцев до уровня стоп (измерительной планки +/- см).

Бросок игрового мяча (км/ч)

Упражнение выполняется из опорного положения с расстояния 9 метров до ворот, при этом испытуемый до броска может выполнить несколько подводящих шагов (2-3 шага).

Бросок засчитывается при попадании мяча в створ ворот.

Испытуемый имеет право выполнить до 3 попыток.

Результат фиксируется при помощи электронных устройств (радаров) или посредством ускоренной съемки (не менее 240 кадров в секунду).

Йо-йо тест (YR-1)

При выполнении теста используется разметка – 2 параллельные линии на расстоянии 20 м, а также дополнительная линия, обозначающая зону отдыха шириной 5 метров за стартовой линией.

Тест выполняется по сигналам аудиосистемы – сигнал начала движения, сигнал времени пересечения линии старта-финиша.

Критерии прекращения упражнения: испытуемый дважды не успевает к линии старта-финиша к моменту сигнала, добровольно отказывается от выполнения упражнения, вторично (после замечания) нарушает правила выполнения (не пересечение линии, ранний старт).

Результат фиксируется как общее пройденное расстояние.

Система оценивания

При оценке тестов используется интегрированная оценочная 10-ти бальная шкала, сформированная на основе выявленных в процессе предварительного исследования средних значений, стандартных отклонений от среднего значения и процентилей (Таблица 1).

Таблица 1 – Интегрированная оценочная 10-ти бальная шкала

Уровень	Оценка в баллах	Сигмальный диапазон σ от среднего значения μ	% от выборки	Процентиль %	Процентиль с округлением %
Исключительный	10	$> 2\,\sigma$	2,5	97,9	98
Отличный	9	$> 1{,}5\,\sigma < 2\,\sigma$	4,4	93,5	93
Высокий	8	$> 1\sigma < 1{,}5\sigma$	9,2	84,3	85
Повышенный	7	$> 0{,}5\sigma < 1\sigma$	15,0	69,3	70
Выше среднего	6	$> \mu < 0{,}5\sigma$	19,1	50,2	50
Средний	5	$> -0{,}5 < \mu$	19,1	31,1	30
Ниже среднего	4	$> -1\sigma < -0{,}5$	15,0	16,1	16
Сниженный	3	$> -1{,}5\sigma < -1\sigma$	9,2	6,9	7
Низкий	2	$> -2\sigma < -1{,}5\,\sigma$	4,4	2,5	3
Очень низкий	1	$< -2\sigma$	2,5	0	0

Таблица 2 – Нормативные значения тестов для мужчин

Оценка	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**
Подтягивание на перекладине	<1	1	3	5	8	10	12	14	16	18⩽
Прыжок в длину с места, см	< 210	220	230	238	246	255	264	272	280	290⩽
Прыжок вверх с места, см	< 32	37	41	45	48	52	56	60	64	67⩽
Становая тяга	< 95	107	119	131	143	155	167	179	191	203⩽
Т-тест, с	> 6,5	6,32	6,14	5,96	5,78	5,60	5,42	5,24	5,06	4,88⩾
5 м, с	> 1,42	1,36	1,30	1,24	1,19	1,13	1,07	1,01	0,96	0,9⩾
10 м, с	> 2,7	2,54	2,38	2,23	2,07	1,91	1,76	1,60	1,44	1,29⩾
30 м, с	> 5,2	5,00	4,80	4,70	4,50	4,40	4,30	4,20	4,10	4,00⩾
Наклон вперед, см	> -20	-15	-8	-3	2	8	13	19	24	30⩽
Бросок игрового мяча, км/ч	< 70	75	79	82	86	90	94	97	101	105⩽
Йо-йо тест, м	< 400	700	1000	1400	1700	2000	2300	2600	3000	3300⩽

Таблица 3 – Нормативные значения тестов для женщин

Оценка	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Вис на перекладине угол –90°(сек)	<1	2	6	12	19	26	33	39	46	53⩽
Прыжок в длину с места, см	<166	174	181	189	197	205	214	220	230	240⩽
Прыжок вверх с места, см	<22	25	28	32	35	38	41	44	47	50⩽
Становая тяга	< 40	50	60	70	80	90	100	110	120	130⩽
Т-тест, с	>7,42	7,21	7,00	6,80	6,59	6,39	6,18	5,98	5,77	5,56⩾
5 м, с	>1,35	1,31	1,27	1,22	1,18	1,14	1,10	1,06	1,02	0,98⩾
10 м, с	>2,35	2,28	2,21	2,14	2,07	2,00	1,93	1,86	1,79	1,72⩾
30 м, с	>5,63	5,48	5,34	5,20	5,05	4,91	4,77	4,62	4,48	4,33⩾
Наклон вперед, см	> -20	-15	-8	-3	2	8	13	19	24	30⩽
Бросок игрового мяча, км/ч	<56	60	64	68	72	76	80	84	88	92⩽
Йо-йо тест, м	<300	500	700	900	1100	1300	1500	1700	2000	2200⩽

Представленные оценки тестов СФП являются ориентировочными, будут уточняться и изменяться по мере накопления данных контроля.

Интегрированная оценка подготовленности игрока определяется суммой набранных балов по каждому из тестов.

Подготовленность рассматривается как удовлетворительная, если игрок набрал в сумме не менее:

вратарь и линейный игрок – 55 баллов;
полусредний нападающий – 58 баллов;
крайний нападающий – 61 балл;
разыгрывающий игрок – 63 балла.

Примечания:

К набранному игроком-мужчиной в сумме количеству баллов добавляются бонусные баллы в следующих случаях:

игроку, рост которого 205 см и выше - 12 баллов;
игроку, рост которого 200 – 204 см - 8 баллов;
игроку, рост которого 195 – 199 см - 3 балла.

К набранному игроком мужской фарм-команды (**18 лет и младше**) в сумме количеству баллов добавляются бонусные баллы в следующих случаях:

игроку, рост которого 200 см и выше - 12 баллов;
игроку, рост которого 195 – 199 см - 8 баллов;
игроку, рост которого 190 – 194 см - 3 балла.

К набранному игроком-женщиной в сумме количеству баллов добавляются бонусные баллы в следующих случаях:

игроку, рост которой 190 см и выше - 12 баллов;
игроку, рост которой 185 – 189 см - 8 баллов;
игроку, рост которой 180 – 184 см - 3 балла.

К набранному игроком женской фарм-команды (**18 лет и младше**.) в сумме количеству баллов добавляются бонусные баллы в следующих случаях:

игроку, рост которой 187 см и выше - 12 баллов;
игроку, рост которой 182 – 186 см - 8 баллов;
игроку, рост которой 177 – 181 см - 3 балла.

Качественная оценка уровня СФП гандболистов производится согласно данным таблицы:

Таблица 4 – Качественная оценка уровня СФП гандболистов

Уровень	**Сумма баллов**
Исключительный	105
Отличный	95
Высокий	85
Повышенный	75
Выше среднего	65
Средний	55
Ниже среднего	45
Сниженный	35
Низкий	25
Очень низкий	15