

Приложение № 6  
к федеральному стандарту  
спортивной подготовки по виду спорта  
«шахматы», утвержденному  
приказом Минспорта России  
от «24» Октября 2025 г. № 876

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

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки
1.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			9,6	10,1	8,6	9,1
2.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		не менее	
			+1	+3	+3	+5
3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее	
			85	77	95	87
4.	Челночный бег 3x10 м	с	не более		не более	
			11,2	11,7	10,8	11,3