

Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«спортивная школа» «Барс»
(МБУ ДО «СШ» «Барс»)
663620, Красноярский край, Канский район, п.Красный Маяк, ул. Советская, д. 26 а,
тел.: 8(39161)7-05-33
e-mail:barssport1@mail.ru ОГРН1022401360519,ИНН/КПП2450014494/245001001
наименование, адрес, телефон, адрес электронной почты, ОГРН, ИНН/КПП

СОГЛАСОВАНО
Педагогическим советом
МБУ ДО «СШ» «Барс»
(протокол № 5_от «01_»_05_2024 г.

УТВЕРЖДЕНО
Приказом директора
МБУ ДО «СШ» «Барс»
_____ С.В. Гайдай
от «_06_»_05_2024г. №_38/1-ОД

СОГЛАСОВАНО
Советом родителей
(законных представителей)
Обучающихся
(протокол № _3_ от « 01_» _05__2024г.

**ПОЛОЖЕНИЕ О ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ
ПО ДОПОЛНИТЕЛЬНЫМ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМ
ПРОГРАММАМ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ В ОБЛАСТИ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА, РЕАЛИЗУЕМЫХ
В МБУ ДО «СШ» «БАРС»**

п. Красный Маяк

2024г.

I. Общие положения

1.1. Положение о промежуточной аттестации обучающихся, осваивающих дополнительную образовательную программу спортивной подготовки по виду спорта «волейбол» (далее – Положение) разработано в соответствии с:

- Федеральным законом Российской Федерации от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;

- Федеральным Законом Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании»;

- Федеральным законом Российской Федерации от 30.04.2021 г. № 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральным законом Российской Федерации от 27.07.2006 г. № 152-ФЗ «О персональных данных»;

- Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утверждённые Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 (пункт 3.6);

- Приказом Минспорта России от 03.08.2022 N 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки»;

- Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта рукопашный бой, утвержденным Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 24 декабря 2021 г. № 1035;

- Уставом «СШ» «Барс», утвержденным Распоряжением Администрации Канского района от 30.12.2015 г. № 783;

- дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта, реализуемой Муниципальным бюджетным учреждением дополнительного образования «Спортивная школа» «Барс » (далее – «СШ» «Барс»);

- Правилами внутреннего распорядка обучающихся «СШ» «Барс», утвержденными приказом «СШ» «Барс» от 28 августа 2023г. № 2.

1.2. Настоящее Положение является локальным нормативным актом МБУ ДО «СШ» «Барс», регулирующим форму, периодичность и порядок проведения промежуточной аттестации обучающихся, осваивающих дополнительную образовательную программу спортивной подготовки по виду спорта «волейбол», а также порядок ликвидации академической задолженности, порядок хранения в архивах информации об этих результатах на бумажных и (или) электронных носителях.

II. Цель и задачи промежуточной аттестации обучающихся

2.1. Освоение обучающимися дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «рукопашный бой» сопровождается промежуточной аттестацией.

2.2. Промежуточная аттестация обучающихся проводится с целью повышения эффективности учебно-тренировочного процесса для достижения высокого уровня

освоения обучающимися дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта.

2.3. Задачи промежуточной аттестации обучающихся:

- определение уровня подготовленности обучающихся по видам спортивной подготовки (общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, технико-тактическая (интегральная) подготовка и др.);
- определение уровня спортивной квалификации обучающегося;
- выявление степени достижения прогнозируемых результатов образовательной деятельности;
- определение соответствия уровня подготовленности и уровня спортивной квалификации обучающегося соответствующим требованиям для перевода на следующий этап (период, год) спортивной подготовки;
- определение необходимости внесения коррективов в методы и (или) приемы обучения.

2.4. Промежуточная аттестация является одним из основных элементов системы контроля качества освоения обучающимися дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «рукопашный бой».

2.5. Промежуточная аттестация обучающихся осуществляется на основе принципов объективности, беспристрастности.

III. Формы, порядок и периодичность проведения промежуточной аттестации обучающихся

3.1. Промежуточная аттестация обучающихся включает в себя проверку теоретических знаний и практических умений и навыков по спортивной специализации (выполнение контрольно-переводных нормативов), плановых заданий и достижение планируемых спортивных результатов.

3.2. Промежуточная аттестация обучающихся проводится по окончании учебного года в формах, определенных настоящим Положением и указанных в учебном плане, в сроки, установленные годовым учебным графиком, утвержденным директором «СШ» «Барс».

Даты проведения промежуточной аттестации устанавливаются для каждой группы обучающихся, для обучающихся по индивидуальным учебным планам, согласно графику проведения промежуточной аттестации, утвержденному приказом директора «СШ» «Барс».

3.3. Для организованного проведения промежуточной аттестации создается аттестационная комиссия, в количестве не менее 3-х человек, включая инструктора-методиста и работников, участвующих в организации и осуществлении образовательной деятельности «СШ» «Барс». Состав комиссий утверждается приказом директора «СШ» «Барс».

Комиссия действует в соответствии с законодательством Российской Федерации, Уставом «СШ» «Барс», утвержденным Распоряжением Администрации Канского района от 30.12.2015 г. № 783, и настоящим Положением.

3.4. Содержание промежуточной аттестации (требования, нормативы, критерии оценок и формула расчета итогового балла) определяется на основании федеральных стандартов и требований спортивной подготовки к результатам прохождения этапа (периода, года),

предусмотренных дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта, с учетом пола обучающегося и других параметров.

3.5. В МБУ ДО «СШ» «Барс» устанавливаются следующие основные формы промежуточной аттестации обучающихся:

- тестирование (выполнение упражнений и контрольно-переводных нормативов по видам спортивной подготовки (общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, технико-тактическая (интегральная) подготовка);

- собеседование и (или) тестирование для определения уровня теоретической подготовки;

- мониторинг уровня спортивной квалификации (выполнения норм, требований и условий Единой всероссийской спортивной классификации для присвоения и (или) подтверждения спортивных разрядов (на основании результатов участия в соревнованиях), и объема соревновательной деятельности, предусмотренной учебным планом;

- диагностика антропометрических данных (измерение длины тела обучающегося в сантиметрах).

3.6. Результаты тестирования обучающихся (результаты входных и контрольно-переводных нормативов по видам спортивной подготовки (общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, технико- тактическая (интегральная) подготовка), выраженные в количественных и временных показателях, фиксируются в протоколах приема входных и контрольно-переводных нормативах **(формы протоколов представлены в приложении № 1 к настоящему Положению)**.

3.7. По окончании входных или контрольно- переводных нормативов, заполняется форма итогового протокола. **(форма итогового протокола представлены в приложении № 2 к настоящему Положению)**.

В итоговом протоколе промежуточной аттестации также фиксируются:

- результаты собеседования и (или) тестирования для определения уровня теоретической подготовки, выраженные в оценке «зачет» или «незачет»;

- уровень спортивной квалификации: выполнение обучающимся норм, требований и условий Единой всероссийской спортивной классификации для присвоения и (или) подтверждения спортивных разрядов (на основании результатов участия в соревнованиях), и объема соревновательной деятельности (минимального количества спортивных соревнований), предусмотренного учебным планом;

- уровень спортивной подготовки (кол-во соревнований, результат соревнований);

- результаты медицинского осмотра обучающегося, выраженные в отметке «допущен» или «не допущен» к посещению учебно-тренировочных занятий и (или) спортивных соревнований;

- результат промежуточной аттестации, выраженный в отметке «удовлетворительный» или «неудовлетворительный».

Итоговый протокол промежуточной аттестации подписывается всеми членами аттестационной комиссии.

3.8. Неудовлетворительным результатом промежуточной аттестации считается результат, зафиксированный в итоговом протоколе промежуточной аттестации обучающихся, который включает в себя один из нижеперечисленных показателей:

- наличие оценки «незачет»;
 - отсутствие спортивного разряда (для групп тренировочного этапа (этапа спортивной специализации) (свыше 3-х лет);
 - не соответствие количества спортивных соревнований, в которых принял участие обучающийся в течении учебного года, количеству, установленному дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта «рукопашный бой», для определенного этапа (периода, года) спортивной подготовки;
- наличие отметки «не допущен».

Неудовлетворительные результаты промежуточной аттестации или не прохождения промежуточной аттестации при отсутствии уважительных причин признаются академической задолженностью.

3.8. В случае невозможности проведения промежуточной аттестации для обучающегося по причине его болезни (временной нетрудоспособности), травмы допускается перенос сроков ее проведения.

IV. Ликвидация академической задолженности

4.1. Обучающиеся, имеющие академическую задолженность, обязаны ликвидировать ее в сроки, установленные приказом директором МБУ ДО «СШ» «Барс».

4.2. Для организации ликвидации академической задолженности обучающихся МБУ ДО «СШ» «Барс» обязано:

- создать обучающимся условия для ликвидации академической задолженности;
- обеспечить контроль за своевременностью ликвидации академической задолженности;
- для проведения промежуточной аттестации во второй раз создать комиссию по приему академической задолженности. Состав комиссии определяется приказом директора МБУ ДО «СШ» «Барс». В комиссию входят инструктор-методист по учебно-методической работе и работники, участвующие в организации и осуществлении образовательной деятельности МБУ ДО «СШ» «Барс», в количестве не менее 3-х человек. Решения комиссии оформляется протоколом;

4.3. Обучающиеся, имеющие академическую задолженность, имеют право:

- право пройти промежуточную аттестацию не более двух раз в сроки, определяемые приказом директора МБУ ДО «СШ» «Барс», в пределах одного года с момента образования академической задолженности. В указанный период не включаются время болезни обучающегося;
- получать информацию о работе комиссии по приему академической задолженности;

- получать консультативную помощь тренеров-преподавателей и иных специалистов МБУ ДО «СШ» «Барс».

4.4. Родители (законные представители) несовершеннолетних обучающихся обязаны:

- создать условия обучающемуся для ликвидации академической задолженности;

- обеспечить контроль за своевременностью ликвидации академической задолженности;

- нести ответственность за ликвидацию обучающимся академической задолженности в сроки, установленные приказом директора МБУ ДО «СШ» «Барс».

4.5. Не допускается взимание платы с обучающихся за прохождение промежуточной аттестации.

V. Порядок хранения в архивах информации об этих результатах на бумажных и (или) электронных носителях

5.1. Порядок хранения в архивах информации о результатах успеваемости, промежуточной аттестации на бумажных и (или) электронных носителях регламентируется Федеральным законом от 27.07. 2006 г. № 152-ФЗ «О персональных данных», Федеральным законом от 27.07.2006 г. № 149-ФЗ «Об информации, информационных технологиях и защите информации» и настоящим Положением.

5.2. После проведения промежуточной аттестации обучающихся протоколы, указанные в пунктах 3.6 и 3.7 настоящего Положения, хранятся у инструктор- методиста по учебно-методической работе в течение 1 года.

5.3. Протоколы заседания комиссии по приему академической задолженности с результатами ликвидации академической задолженности обучающихся хранятся у инструктора- методиста по учебно-методической работе в течение 1 года.

VI. Заключительные положения

6.1. Настоящее Положение вступает в силу с __2024__ г. и действует бессрочно.

6.2. Положение подлежит актуализации при изменении законодательства, регламентирующего предусмотренные им положения.

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

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки						
1.1.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			10	5	13	7
1.2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее	
			130	125	140	130
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		не менее	
			+2	+3	+4	+5
1.4.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			6,2	6,4	6,0	6,2
1.5.	Челночный бег 3x10 м	с	не более		не более	
			9,6	9,9	9,3	9,5
2. Нормативы специальной физической подготовки						
2.1.	Стоя ровно, на одной ноге, руки на поясе. Фиксация положения	с	не менее		не менее	
			12,0	10,0	14,0	12,0
2.2.	Непрерывный бег в свободном темпе	мин	не менее		не менее	
			10	8	11	9

**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 «рукопашный бой»**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			5,5	5,8
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			18	9
1.3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			4	-
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+5	+6
1.5.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			8,7	9,1
1.6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			160	145
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Непрерывный бег в свободном темпе	мин	не менее	
			12	10
2.2.	Руки за головой, пальцы сцеплены в «замок», лопатки касаются пола, ноги согнуты в коленях под прямым углом, стопы прижаты партнером к полу. Подъем туловища за 30 с до касания локтями бедер (коленей) и возвратом до касания лопатками пола	количество раз	не менее	
			15	13
3. Уровень спортивной квалификации				
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»	

**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
«рукопашный бой»**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			5,2	5,6
1.2.	Бег на 100 м	с	не более	
			14,5	15,5
1.3.	Бег на 1000 м	мин, с	не более	
			4.00	
1.4.	Бег на 800 м	мин, с	не более	
				4.00
1.5.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			12	8
1.6.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+13	+16
1.7.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			42	16
1.8.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			210	170
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Руки за головой, пальцы сцеплены в «замок», лопатки касаются пола, ноги согнуты в коленях под прямым углом, стопы прижаты партнером к полу. Подъем туловища за 30 с до касания локтями бедер (коленей) и возвратом до касания лопатками пола	количество раз	не менее	
			20	15
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»			

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для зачисления и перевода на этап начальной подготовки
по виду спорта «хоккей с мячом»**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки						
1.1.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			6,9	7,1	6,7	6,8
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			7	4	10	6
1.3.	Смешанное передвижение на 1000 м	мин, с	не более		не более	
			7.10	7.35	6.40	7.05
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		не менее	
			+1	+3	+3	+5
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее	
			110	105	120	115
2. Нормативы специальной физической подготовки						
2.1.	Челночный бег 5х6 м с высокого старта	с	не более		не более	
			13,4	13,9	13,1	13,6
2.2.	Челночный бег на коньках 4х9 м	с	не более		не более	
			19,2	20,1	18,9	19,8
2.3.	Бег на коньках 20 м	с	не более		не более	
			5,6	6,0	5,4	5,8

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 «хоккей с мячом»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки для возрастной группы 10 лет				
1.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			11,5	12,0
1.2.	Бег на 1000 м	мин, с	не более	
			5.50	6.20
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 3x10 м	с	не более	
			9,3	9,5
1.6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			140	130
2. Нормативы общей физической подготовки для возрастной группы 11-12 лет				
2.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			10,4	10,9
2.2.	Бег на 1500 м	мин, с	не более	
			8.05	8.29
2.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			18	9
2.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+5	+6
2.5.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			8,7	9,1
2.6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			160	145
3. Нормативы общей физической подготовки для возрастной группы 13-14 лет				
3.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			9,2	10,4

3.2.	Бег на 2000 м	мин, с	не более	
			9,40	11,40
3.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			24	10
3.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+6	+8
3.5.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			7,8	8,8
3.6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			190	160
3.7.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			39	34
4. Нормативы специальной физической подготовки для всех возрастных групп				
4.1.	Челночный бег на коньках 6x9 м	с	не более	
			15,35	16,30
4.2.	Бег на коньках на 30 м	с	не более	
			6,0	6,30
4.3.	Бег на 200 м с высокого старта	с	не более	
			31,30	32,15
5. Уровень спортивной квалификации				
5.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	требования к уровню спортивной квалификации не предъявляются		
5.2.	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»		

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки, уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «хоккей с мячом»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки для возрастной группы 15 лет				
1.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			8,2	9,6
1.2.	Бег на 2000 м	мин, с	не более	
			8.10	10.00
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			36	15
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+11	+15
1.5.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			7,8	8,8
1.6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			215	180
1.7.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			49	43
2. Нормативы общей физической подготовки для возрастной группы 16-17 лет				
2.1.	Бег на 100 м	с	не более	
			14.3	17.2
2.2.	Бег на 2000 м	мин, с	не более	
			-	11.20
2.3.	Бег на 3000 м	мин, с	не более	
			14.30	-
2.4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			42	16
2.5.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+13	+16
2.6.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			7,6	8,7
2.7.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			230	185

2.8.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			50	44
2.9.	Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности)	мин, с	не более	
			–	16.30
2.10.	Кросс на 5 км (бег по пересеченной местности)	мин, с	не более	
			23.30	–
3. Нормативы общей физической подготовки для возрастной группы 18 лет и старше				
3.1.	Бег на 100 м	с	не более	
			14,1	17,4
3.2.	Бег на 2000 м	мин, с	не более	
			–	12.30
3.3.	Бег на 3000 м	мин, с	не более	
			13.40	–
3.4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			44	17
3.5.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+13	+12
3.6.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			7,7	8,8
3.7.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			225	195
3.8.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			37	35
3.9.	Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности)	мин, с	не более	
			–	18.30
3.10.	Кросс на 5 км (бег по пересеченной местности)	мин, с	не более	
			25.00	–
4. Нормативы специальной физической подготовки для всех возрастных групп				
4.1.	Челночный бег на коньках 6x9 м	с	не более	
			12,00	13,10
4.2.	Бег на коньках на 50 м	с	не более	
			6,00	7,10
5. Уровень спортивной квалификации				
5.1.	Спортивный разряд «второй спортивный разряд»			

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

№ 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 «волейбол»						
1.1.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			6,9	7,1	6,2	6,4
1.2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не более	
			110	105	130	120
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			7	4	10	5
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		не менее	
			+1	+3	+2	+3
2. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины «пляжный волейбол»						
2.1.	Бег на 30 м	с	не более			
			6,2	6,4	6,0	6,2
2.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее			
			10	5	12	7
2.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее			
			+2	+3	+4	+5
2.4.	Челночный бег 3x10 м	с	не более			
			9,6	9,9	9,3	9,5
2.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее			
			130	120	140	130
3. Нормативы специальной физической подготовки для спортивной дисциплины «волейбол»						
3.1.	Челночный бег 5x6 м	с	не более		не более	
			12,0	12,5	11,5	12,0
3.2.	Бросок мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками, стоя	м	не менее		не менее	
			8	6	10	8

3.3.	Прыжок в высоту одновременным отталкиванием двумя ногами	см	не менее		не менее	
			36	30	40	35
4. Нормативы специальной физической подготовки для спортивной дисциплины «пляжный волейбол»						
4.1.	Челночный бег 8х5,66 м «Конверт»	с	не более		не более	
			13,0	12,5	12,5	12,0
4.2.	Бросок мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками, стоя	м	не менее		не менее	
			8	6	10	8
4.3.	Прыжок в высоту одновременным отталкиванием двумя ногами	см	не менее		не менее	
			36	30	40	35
4.4.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее		не менее	
			26	20	30	25

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 «волейбол»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			10,4	10,9
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			18	9
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+5	+6
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			160	145
2. Нормативы специальной физической подготовки для спортивной дисциплины «волейбол»				
2.1.	Челночный бег 5х6 м	с	не более	
			11,5	12,0
2.2.	Бросок мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками, стоя	м	не менее	
			10	8
2.3.	Прыжок в высоту одновременным отталкиванием двумя ногами	см	не менее	
			40	35
3. Нормативы специальной физической подготовки для спортивной дисциплины «пляжный волейбол»				
3.1.	Бег на 20 м	с	не более	
			3,6	4,6
3.2.	Челночный бег 8х5,66 м «Конверт»	с	не более	
			12,6	14,6
3.3.	Бросок мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками, сидя	м	не менее	
			7,0	4,5
3.4.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			150	140
3.5.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее	
			32	25

4. Уровень спортивной квалификации		
4.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	Не устанавливается
4.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)	Спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд»; спортивные разряды – «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд»

**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
«волейбол»**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			мальчики/ юноши/	девочки/ девушки/
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			8,2	9,6
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			30	15
1.3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			12	-
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+11	+15
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			200	180
1.6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			45	38
2. Нормативы специальной физической подготовки для спортивной дисциплины «волейбол»				
2.1.	Челночный бег 5х6 м	с	не более	
			11,0	11,5
2.2.	Бросок мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками, стоя	м	не менее	
			16	12
2.3.	Прыжок в высоту одновременным отталкиванием двумя ногами	см	не менее	
			45	38
3. Нормативы специальной физической подготовки для спортивной дисциплины «пляжный волейбол»				
3.1.	Бег на 20 м	с	не более	
			3,3	4,3
3.2.	Челночный бег 8х5,66 м «Конверт»	с	не более	
			12,2	14,2
3.3.	Бросок мяча весом 1 кг из-за головы двумя руками	м	не менее	
			9,0	7,0
3.4.	Прыжок в длину с места	см	не менее	
			180	160

3.5.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее	
			36	30
4. Уровень спортивной квалификации				
4.1.	Спортивный разряд «первый спортивный разряд»			

