

**ДЕПАРТАМЕНТ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ЛИПЕЦКА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 2»**

Принято на заседании
педагогического совета
МБОУДО «СШ № 2»

Протокол заседания № 2 от 03.06.2024 г.



Утверждаю:

Директор МБОУДО «СШ № 2»

Прокопьева О.И.

**ПОЛОЖЕНИЕ
о формах, периодичности и порядке текущего контроля
успеваемости и промежуточной (итоговой) аттестации
обучающихся по дополнительным образовательным
программам спортивной подготовки**

Липецк 2024

Общие положения.

Настоящее Положение регламентирует формы, периодичность и порядок текущего контроля успеваемости, а также проведение промежуточной и итоговой аттестации занимающихся в Учреждении, и разработано на основании:

- Федерального закона от 04 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «баскетбол», утвержденного приказом Минспорта России от 16 ноября 2022 г. № 1006 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «баскетбол»»;
- Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «волейбол», утвержденного приказом Минспорта России от 15 ноября 2022 г. № 987 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «волейбол»»;
- Приказа Министерства спорта РФ от 03 августа 2022 г. №634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки»;
- Приказа Минздрава России от 23.10.2020 № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях» (с изменениями и дополнениями);
- Устава МБОУДО «СШ № 2» (далее – Учреждение) и других нормативно-правовых документов, регулирующих деятельность Учреждения:
- Дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «баскетбол» МБОУДО «СШ № 2»;
- Дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «волейбол» МБОУДО «СШ № 2».

Настоящее Положение принято педагогическим советом школы, имеющим право вносить в него изменения и дополнения и утверждается приказом директора.

1. Текущий контроль успеваемости, промежуточная и итоговая аттестации обучающихся.

1.1. Текущий контроль успеваемости проводится тренером-преподавателем для анализа текущих изменений функционального состояния организма обучающегося. Важнейшей его задачей является оценка степени утомляемости

и восстановления обучающегося после нагрузки.

1.2 Сроки проведения текущего контроля тренер-преподаватель выбирает самостоятельно.

1.3. К проведению промежуточной и итоговой аттестации (контрольно-переводные нормативы, тесты) допускаются все обучающиеся спортивной школы, не имеющие медицинских противопоказаний (Приложение № 1).

1.4. Промежуточная и итоговая аттестации проводятся в конце учебного года (июль-август).

1.5. Сроки и форма проведения аттестации устанавливаются педагогическим советом и утверждаются приказом директора.

1.6. Тренеры-преподаватели не позднее, чем за 2 месяца до начала проведения сдачи контрольно-переводных нормативов доводят до сведения обучающихся конкретный перечень контрольно-переводных упражнений.

1.7. Обучающиеся, не прошедшие аттестацию в соответствии с графиком, аттестуются в другие сроки, которые устанавливаются дополнительно.

1.8. Для проведения промежуточной и итоговой аттестации обучающихся создается комиссия,

в состав которой входят: заместитель директора, инструкторы-методисты, старший тренер-преподаватель отделения. Состав комиссии утверждается приказом директора Учреждения.

2. Академическая задолженность и порядок перевода обучающихся.

2.1. Неудовлетворительные результаты или не прохождения контрольных нормативов программы при отсутствии уважительной причины признаются академической задолженностью.

2.2. Обучающиеся обязаны ликвидировать академическую задолженность в срок до 29 августа. При неудовлетворительных результатах повторного тестирования, обучающиеся, решением педагогического совета, остаются на повторное прохождение этапа подготовки (один раз).

2.3. Обучающиеся, успешно освоившие содержание спортивных программ на этапе подготовки и сдавшие контрольно-переводные нормативы, переводятся на следующий этап (период) подготовки.

2.4. Обучающиеся, оставшиеся на повторный этап подготовки, и не сдавшие контрольно-переводные нормативы, решением педагогического совета отчисляются из Учреждения, как не освоившие программный материал.

3. Порядок оформления результатов аттестации.

3.1. Результаты промежуточной и итоговой аттестации фиксируются в протоколах сдачи контрольно-переводных нормативов и являются отчетными документами, которые хранятся в учебной части Учреждения.

3.2. Результаты аттестаций являются основанием для перевода обучающегося на следующий этап (период) подготовки или решения вопроса о повторении этапа подготовки.

3.3. Результаты промежуточной и итоговой аттестации хранятся в личных делах обучающихся.

5. Заключительные положения.

5.1. Действие настоящего Положения распространяется на всех обучающихся и родителей (законных представителей) Учреждения.

5.2. Данное положение вывешивается в школе на информационной доске и (или) на сайте для всеобщего ознакомления.

5.3. Срок действия Положения не ограничен.

5.4. При изменении законодательства в Положение вносятся изменения в установленном законном порядке.

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

№ п/п	упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальчики	Девочки	мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки						
1.1	Челночный бег 3x10 м	с	не более 10,3	не более 10,6	не более 9,6	не более 9,9
1.2	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее 110	Не менее 105	Не менее 130	Не менее 120
2. Нормативы специальной физической подготовки						
2.1	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	Не менее 20	Не менее 16	Не менее 22	Не менее 18
2.3	Бег на 14 м	с	Не более 3,5	Не более 4,0	Не более 3,4	Не более 3,9
3	Зачет по теоретической подготовке					

Результаты освоения теоретической части на этапах начальной подготовки оцениваются в ходе тестирования, по системе: «зачет» - «не зачет». На этапе начальной подготовки обучающиеся должны правильно ответить на 10 вопросов из 15:

1. В каком году был изобретён баскетбол:

- а) 1891 + б) 1900 в) 1918

2. Кто изобрёл баскетбол:

- а) Чемберлен б) Нейсмит + в) Коннолли

3. Когда была создана Международная федерация баскетбола:

- а) 21 июня 1940 года
б) 5 декабря 1955 года
в) 18 июня 1932 года +

4. Когда был включён баскетбол в программу Олимпийских игр:

- а) 1908 год, IV О.И., Лондон
б) 1936 год, XI- О.И. в Берлине +
в) 1952 год, XV О.И., Хельсинки

5. Техника владения мячом включает в себя один из следующих приемов:

- а) остановки б) пасы в) ловлю +

6. Техника владения мячом включает в себя один из следующих приемов:

- а) пасы б) передачи + в) повороты

7. Техника владения мячом включает в себя один из следующих приемов:

- а) остановки
б) броски в корзину +
в) развороты

8. Сколько человек играют на площадке в составе одной команды:

- а) 6
б) 10
в) 5 +

9. Размеры баскетбольной площадки:

- а) 12м. X 24м.
б) 9м. X 18м.
в) 14м. X 26м. +

10. На какой высоте находится баскетбольная корзина:

- а) 300 см.
б) 305 см. +
в) 260 см.

11. Сколько времени может владеть команда мячом, до того как произвести бросок по кольцу:

- а) 24 сек. +
б) 30 сек.
в) 20 сек.

12. Сколько шагов можно делать после ведения мяча:

- а) 3
- б) 2 +
- в) 4

13. Сколько времени команда может владеть мячом на своей стороне площадки:

- а) 10 сек.
- б) 18 сек.
- в) 8 сек. +

14. Продолжительность игры в баскетбол:

- а) 4 тайма по 15 минут
- б) 4 тайма по 10 минут +
- в) 2 тайма по 20 минут

15. Сколько очков даётся за забитый мяч со штрафной линии:

- а) 3 очка
- б) 2 очка
- в) 1 очко+

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этапе спортивной специализации) по виду спорта «баскетбол»

№ п/п	упражнения	Единица измерения	норматив	
			юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Количество раз	Не менее 13	Не менее 7
1.2	Челночный бег 3x10 м	с	не более 9,0	не более 9,4
1.3	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее 150	Не менее 135
1.4	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	Количество раз	Не менее 32	Не менее 28
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1	Скоростное ведение мяча 20 м	с	Не более 10,0	Не более 10,7
2.2	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	Не менее 35	Не менее 30
2.3	Челночный бег 10 площадок по 28 м	с	Не более 65	Не более 70
2.4	Бег на 14 м	с	Не более 3,0	Не более 3,4
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	Не устанавливается		
3.2	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»		
4	Зачет по теоретической подготовке			
<p>Результаты освоения теоретической части на учебно-тренировочных этапах оцениваются в ходе тестирования, по системе: «зачет» - «не зачет». Обучающиеся должны правильно ответить на 13 вопросов из 19:</p> <p>1. В каком году был изобретён баскетбол: а) 1891 + б) 1900 в) 1918</p> <p>2. Кто изобрёл баскетбол: а) Чемберлен б) Нейсмит + в) Коннолли</p> <p>3. Когда была создана Международная федерация баскетбола: а) 21 июня 1940 года б) 5 декабря 1955 года в) 18 июня 1932 года +</p> <p>4. Когда был включён баскетбол в программу Олимпийских игр: а) 1908 год, IV О.И., Лондон б) 1936 год, XI- О.И. в Берлине + в) 1952 год, XV О.И., Хельсинки</p> <p>5. Техника владения мячом включает в себя один из следующих приемов: а) остановки б) пасы в) ловлю +</p> <p>6. Техника владения мячом включает в себя один из следующих приемов: а) пасы б) передачи + в) повороты</p> <p>7. Техника владения мячом включает в себя один из следующих приемов: а) остановки б) броски в корзину + в) развороты</p> <p>8. Сколько человек играют на площадке в составе одной команды:</p>				

- а) 6
 б) 10
 в) 5 +
- 9. Размеры баскетбольной площадки:**
 а) 12м. X 24м.
 б) 9м. X 18м.
 в) 14м. X 26м. +
- 10. На какой высоте находится баскетбольная корзина:**
 а) 300 см.
 б) 305 см. +
 в) 260 см.
- 11. Сколько времени может владеть команда мячом, до того как произвести бросок по кольцу:**
 а) 24 сек. +
 б) 30 сек.
 в) 20 сек.
- 12. Сколько шагов можно делать после ведения мяча:**
 а) 3
 б) 2 +
 в) 4
- 13. Сколько времени команда может владеть мячом на своей стороне площадки:**
 а) 10 сек.
 б) 18 сек.
 в) 8 сек. +
- 14. Продолжительность игры в баскетбол:**
 а) 4 тайма по 15 минут
 б) 4 тайма по 10 минут +
 в) 2 тайма по 20 минут
- 15. Сколько очков даётся за забитый мяч со штрафной линии:**
 а) 3 очка
 б) 2 очка
 в) 1 очко+
- 16. Сколько времени даётся игроку на выбрасывание мяча:**
 а) 5 сек. +
 б) 3 сек.
 в) 7 сек.
- 17. Обучение передачам в движении необходимо начинать после овладения обучающимися техникой разновидностей ловли и передач мяча на месте и остановки двумя шагами с:**
 а) броском в корзину
 б) передачей мяча
 в) ловлей мяча +
- 18. Групповой отбор мяча используется чаще всего:**
 а) при активной защите и прессинге +
 б) на половине площадки соперника
 в) при явном проигрыше команды
- 19. Выбор способа и траектории передач зависит также от:**
 а) состояния покрытия спортивной площадки
 б) характера противодействия соперника +
 в) игровой сыгранности партнеров

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 «баскетбол»

№ п\п	упражнения	Единица измерения	норматив	
			Юноши\мужчины	Девушки\женщины
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Количество раз	Не менее 36	Не менее 15
1.2	Челночный бег 3x10 м	с	не более 7,2	не более 8,0

1.3	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее 215	Не менее 180
1.4	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	Количество раз	Не менее 35	Не менее 31
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1	Скоростное ведение мяча 20 м	с	Не более 8,6	Не более 9,4
2.2	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	Не менее 39	Не менее 34
2.3	Челночный бег 10 площадок по 28 м	с	Не более 60	Не более 65
2.4	Бег на 14 м	с	Не более 2,6	Не более 2,9
3	Уровень спортивной квалификации	Спортивный разряд «первый спортивный разряд»		
4	Зачет по теоретической подготовке			

Результаты освоения теоретической части на этапе совершенствования спортивного мастерства оцениваются в ходе тестирования, по системе: «зачет» - «не зачет». Обучающиеся должны правильно ответить на 17 вопросов из 19:

1. В каком году был изобретён баскетбол:

- а) 1891 + б) 1900 в) 1918

2. Кто изобрёл баскетбол:

- а) Чемберлен б) Нейсмит + в) Коннолли

3. Когда была создана Международная федерация баскетбола:

- а) 21 июня 1940 года
б) 5 декабря 1955 года
в) 18 июня 1932 года +

4. Когда был включён баскетбол в программу Олимпийских игр:

- а) 1908 год, IV О.И., Лондон
б) 1936 год, XI- О.И. в Берлине +
в) 1952 год, XV О.И., Хельсинки

5. Техника владения мячом включает в себя один из следующих приемов:

- а) остановки б) пасы в) ловлю +

6. Техника владения мячом включает в себя один из следующих приемов:

- а) пасы б) передачи + в) повороты

7. Техника владения мячом включает в себя один из следующих приемов:

- а) остановки
б) броски в корзину +
в) развороты

8. Сколько человек играют на площадке в составе одной команды:

- а) 6
б) 10
в) 5 +

9. Размеры баскетбольной площадки:

- а) 12м. X 24м.
б) 9м. X 18м.
в) 14м. X 26м. +

10. На какой высоте находится баскетбольная корзина:

- а) 300 см.
б) 305 см. +
в) 260 см.

11. Сколько времени может владеть команда мячом, до того как произвести бросок по кольцу:

- а) 24 сек. +
б) 30 сек.
в) 20 сек.

12. Сколько шагов можно делать после ведения мяча:

- а) 3
б) 2 +
в) 4

13. Сколько времени команда может владеть мячом на своей стороне площадки:

- а) 10 сек.

б) 18 сек.

в) 8 сек. +

14. Продолжительность игры в баскетбол:

а) 4 тайма по 15 минут

б) 4 тайма по 10 минут +

в) 2 тайма по 20 минут

15. Сколько очков даётся за забитый мяч со штрафной линии:

а) 3 очка

б) 2 очка

в) 1 очко+

16. Сколько времени даётся игроку на выбрасывание мяча:

а) 5 сек. +

б) 3 сек.

в) 7 сек.

17. Обучение передачам в движении необходимо начинать после овладения обучающимися техникой разновидностей ловли и передач мяча на месте и остановки двумя шагами с:

а) броском в корзину

б) передачей мяча

в) ловлей мяча +

18. Групповой отбор мяча используется чаще всего:

а) при активной защите и прессинге +

б) на половине площадки соперника

в) при явном проигрыше команды

19. Выбор способа и траектории передач зависит также от:

а) состояния покрытия спортивной площадки

б) характера противодействия соперника +

в) игровой сыгранности партнеров

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода в группы 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						
1.1	Бег на 30 м с высокого старта	с	не более 6,9	не более 7,1	не более 6,2	не более 6,4
1.2	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее 110	Не менее 105	Не менее 130	Не менее 120
1.3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Количество раз	Не менее 7	Не менее 4	Не менее 10	Не менее 5
1.4	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	Не менее +1	Не менее +3	Не менее +2	Не менее +3
2. Нормативы специальной физической подготовки						
2.1	Челночный бег 5х6 м	с	Не более 12,0	Не более 12,5	Не более 11,5	Не более 12,0
2.2	Бросок мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками, стоя	м	Не менее 8	Не менее 6	Не менее 10	Не менее 8
2.3	Прыжок в высоту одновременным отталкиванием двумя ногами	см	Не менее 36	Не менее 30	Не менее 40	Не менее 35
3	Зачет по теоретической подготовке					

Результаты освоения теоретической части на этапах начальной подготовки оцениваются в ходе тестирования, по системе: «зачет» - «не зачет».

На этапе начальной подготовки обучающиеся должны правильно ответить на 10 вопросов из 15:

1. Кто является создателем игры волейбол:

- а) Морган +
- б) Акост
- в) Эйнгорн

2. Что означает слово «волейбол»:

- а) скользящий мяч
- б) удар с лету +
- в) прыгающий мяч

3. Размеры игрового поля в волейбол:

- а) 15x30
- б) 12x24
- в) 9x18 +

4. Высота сетки у мужчин:

- а) 2.43 +
- б) 2.50
- в) 2.20

5. Высота сетки у женщин:

- а) 2.34
- б) 2.14
- в) 2.24 +

6. Сколько игроков может находиться на площадке во время игры в одной команде:

- а) 5
- б) 6 +
- в) 8

7. Во время игры команда получает очко:

- а) мяч попал в сетку
- б) мяч вылетел в аут
- в) при успешном приземлении мяча на площадку соперника +

8. Во время игры команда получает очко:

- а) команда соперника совершает ошибку +
- б) мяч попал в сетку
- в) мяч вылетел в аут

9. Партия считается выигранной, если:

- а) команда первая набирает 15 очков с преимуществом минимум 2 очка
- б) команда первая набирает 30 очков
- в) команда первая набирает 25 очков с преимуществом минимум 2 очка +

10. Сколько раз можно коснуться мяча на площадке:

- а) 2
- б) 3 +
- в) 1

11. Какой подачи нет в волейболе:

- а) закручивающая подача +
- б) верхняя прямая
- в) подача в прыжке

12. Игра в волейболе начинается с:

- а) переброса
- б) подачи +
- в) передачи

13. Может игрок в 3 зоне принять мяч после подачи:

- а) да, может +
- б) любой игрок может принять мяч
- в) мяч могут принять только игроки в 5,6 и 1 зоне

14. Переход игроков осуществляется:

- а) куда покажет тренер
- б) против часовой стрелке
- в) по часовой стрелке +

15. Как называется действие игрока, позволяющее оставить мяч в игре после подачи:

- а) прием мяча +
- б) все ответы верны
- в) отбивание мяча

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этапе 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	не более 10,9
1.2	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее 160	Не менее 145
1.3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Количество раз	Не менее 18	Не менее 9
1.4	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	Не менее +5	Не менее +6
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1	Челночный бег 5х6 м	с	Не более 11,5	Не более 12,0
2.2	Бросок мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками, стоя	м	Не менее 10	Не менее 8
2.3	Прыжок в высоту одновременным отталкиванием двумя ногами	см	Не менее 40	Не менее 35
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	Не устанавливается		
3.2	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»		
4	Зачет по теоретической подготовке			
<p>Результаты освоения теоретической части на учебно-тренировочных этапах оцениваются в ходе тестирования, по системе: «зачет» - «не зачет».</p> <p>На учебно-тренировочном этапе обучающиеся должны правильно ответить на 15 вопросов из 20:</p> <p>1. Кто является создателем игры волейбол:</p> <p>а) Морган + б) Акост в) Эйнгорн</p> <p>2. Что означает слово «волейбол»:</p> <p>а) скользящий мяч б) удар с лету + в) прыгающий мяч</p> <p>3. Размеры игрового поля в волейбол:</p> <p>а) 15х30 б) 12х24 в) 9х18 +</p> <p>4. Высота сетки у мужчин:</p> <p>а) 2.43 + б) 2.50 в) 2.20</p> <p>5. Высота сетки у женщин:</p> <p>а) 2.34 б) 2.14 в) 2.24 +</p> <p>6. Сколько игроков может находиться на площадке во время игры в одной команде:</p>				

- а) 5
 - б) 6 +
 - в) 8
- 7. Во время игры команда получает очко:**
- а) мяч попал в сетку
 - б) мяч вылетел в аут
 - в) при успешном приземлении мяча на площадку соперника +
- 8. Во время игры команда получает очко:**
- а) команда соперника совершает ошибку +
 - б) мяч попал в сетку
 - в) мяч вылетел в аут
- 9. Партия считается выигранной, если:**
- а) команда первая набирает 15 очков с преимуществом минимум 2 очка
 - б) команда первая набирает 30 очков
 - в) команда первая набирает 25 очков с преимуществом минимум 2 очка +
- 10. Сколько раз можно коснуться мяча на площадке:**
- а) 2
 - б) 3 +
 - в) 1
- 11. Какой подачи нет в волейболе:**
- а) закручивающая подача +
 - б) верхняя прямая
 - в) подача в прыжке
- 12. Игра в волейболе начинается с:**
- а) переброса
 - б) подачи +
 - в) передачи
- 13. Может игрок в 3 зоне принять мяч после подачи:**
- а) да, может +
 - б) любой игрок может принять мяч
 - в) мяч могут принять только игроки в 5,6 и 1 зоне
- 14. Переход игроков осуществляется:**
- а) куда покажет тренер
 - б) против часовой стрелке
 - в) по часовой стрелке +
- 15. Как называется действие игрока, позволяющее оставить мяч в игре после подачи:**
- а) прием мяча +
 - б) все ответы верны
 - в) отбивание мяча
- 16. Цель игры в три касания:**
- а) запутать соперника
 - б) подготовка к нападающему удару +
 - в) для разыгрывания мяча
- 17. Как называется свободный защитник:**
- а) Лимеро
 - б) Лидеро
 - в) Либеро +
- 18. Групповые и командные тактические действия вначале изучаются:**
- а) практически
 - б) индивидуально
 - в) теоретически +
- 19. Стартовая позиция блокирующего игрока – в середине сетки, в ... от нее:**
- а) одном метре +
 - б) двух метрах
 - в) полметре
- 20. Игра в защите состоит из:**
- а) индивидуальных действий
 - б) индивидуальных, групповых и командных действий +
 - в) приема, передачи и нападающего удара

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	не более 9,6
1.2	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее 200	Не менее 180
1.3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Количество раз	Не менее 30	Не менее 15
1.4	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	Не менее +11	Не менее +15
1.5	Подтягивание из виса на высокой перекладине	Количество раз	Не менее 12	-
1.6	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	Количество раз	Не менее 45	Не менее 38
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1	Челночный бег 5х6 м	с	Не более 11,0	Не более 11,5
2.2	Бросок мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками, стоя	м	Не менее 16	Не менее 12
2.3	Прыжок в высоту одновременным отталкиванием двумя ногами	см	Не менее 45	Не менее 38
3	Уровень спортивной квалификации	Спортивный разряд «первый спортивный разряд»		
4	Зачет по теоретической подготовке			
<p>Результаты освоения теоретической части на этапе спортивного совершенствования оцениваются в ходе тестирования, по системе: «зачет» - «не зачет».</p> <p>На этапе спортивного совершенствования обучающиеся должны правильно ответить на 20 вопросов из 25:</p> <p>1. Кто является создателем игры волейбол:</p> <p>а) Морган + б) Акост в) Эйнгорн</p> <p>2. Что означает слово «волейбол»:</p> <p>а) скользящий мяч б) удар с лету + в) прыгающий мяч</p> <p>3. Размеры игрового поля в волейбол:</p> <p>а) 15х30 б) 12х24 в) 9х18 +</p> <p>4. Высота сетки у мужчин:</p> <p>а) 2.43 + б) 2.50 в) 2.20</p> <p>5. Высота сетки у женщин:</p> <p>а) 2.34 б) 2.14 в) 2.24 +</p> <p>6. Сколько игроков может находиться на площадке во время игры в одной команде:</p> <p>а) 5 б) 6 +</p>				

- в) 8
- 7. Во время игры команда получает очко:**
- а) мяч попал в сетку
 - б) мяч вылетел в аут
 - в) при успешном приземлении мяча на площадку соперника +
- 8. Во время игры команда получает очко:**
- а) команда соперника совершает ошибку +
 - б) мяч попал в сетку
 - в) мяч вылетел в аут
- 9. Партия считается выигранной, если:**
- а) команда первая набирает 15 очков с преимуществом минимум 2 очка
 - б) команда первая набирает 30 очков
 - в) команда первая набирает 25 очков с преимуществом минимум 2 очка +
- 10. Сколько раз можно коснуться мяча на площадке:**
- а) 2
 - б) 3 +
 - в) 1
- 11. Какой подачи нет в волейболе:**
- а) закручивающая подача +
 - б) верхняя прямая
 - в) подача в прыжке
- 12. Игра в волейболе начинается с:**
- а) переброса
 - б) подачи +
 - в) передачи
- 13. Может игрок в 3 зоне принять мяч после подачи:**
- а) да, может +
 - б) любой игрок может принять мяч
 - в) мяч могут принять только игроки в 5,6 и 1 зоне
- 14. Переход игроков осуществляется:**
- а) куда покажет тренер
 - б) против часовой стрелке
 - в) по часовой стрелке +
- 15. Как называется действие игрока, позволяющее оставить мяч в игре после подачи:**
- а) прием мяча +
 - б) все ответы верны
 - в) отбивание мяча
- 16. Цель игры в три касания:**
- а) запутать соперника
 - б) подготовка к нападающему удару +
 - в) для разыгрывания мяча
- 17. Как называется свободный защитник:**
- а) Лимеро
 - б) Лидеро
 - в) Либеро +
- 18. Групповые и командные тактические действия вначале изучаются:**
- а) практически
 - б) индивидуально
 - в) теоретически +
- 19. Стартовая позиция блокирующего игрока – в середине сетки, в ... от нее:**
- а) одном метре +
 - б) двух метрах
 - в) полметре
- 20. Игра в защите состоит из:**
- а) индивидуальных действий
 - б) индивидуальных, групповых и командных действий +
 - в) приема, передачи и нападающего удара
- 21. Передача мяча начинается с:**
- а) выбора направления движения мяча
 - б) разгибания ног, туловища, рук +
 - в) удара по мячу и последующего сопровождения мяча
- 22. При приеме подач игроку необходимо располагаться:**
- а) не ближе средней части площадки +

б) в задней части площадки

в) за границей площадки

23. В соревновательном периоде учебно-тренировочного процесса наиболее целесообразно применять:

а) постепенное повышение нагрузки

б) ступенчатый принцип нагрузки

в) скачкообразный принцип нагрузки +

24. Соревнования по волейболу могут быть:

а) только командными +

б) командными и личными

в) только личными

25. Впервые волейбол дебютировал как олимпийский вид спорта на олимпиаде в:

а) Мехико

б) Токио +

в) Мюнхене