

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА №1 ИМЕНИ Э.А.ПАПЕРТЕВА»**

Положение

**О формах, периодичности, порядке текущего контроля
успеваемости и промежуточной аттестация обучающихся**

Принято
Педагогическим советом
МБУ ДО «СШ№1
имени Э.А.Папертева»
Протокол № 2
от 20 февраля 2023г.

УТВЕРЖДЕНО:
приказом директора
МБУ ДО «СШ№1
имени Э.А.Папертева»
от 27 февраля 2023г. № 29



г.Дзержинск
2023 год

1. Общие положения

1.1. Положение о формах, периодичности, порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам в МБУ ДО «СШ № 1 имени Э.А.Папертева (далее – Положение) регламентирует:

- формы, периодичность, порядок проведения текущего контроля успеваемости обучающихся МБУ ДО «СШ № 1 имени Э.А.Папертева (далее – Учреждение);
- формы, периодичность, порядок проведения промежуточной аттестации обучающихся Учреждения;
- порядок организации работы с обучающимися по ликвидации академической задолженности;

1.2. Настоящее Положение разработано в соответствии со следующими нормативными правовыми актами: Федеральным законом от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации», «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта баскетбол, дополнительными образовательными программами по избранному виду спорта (далее - баскетбол), Уставом.

2. Формы, периодичность, порядок проведения текущего контроля успеваемости учащихся Учреждения

Для эффективного управления процессом подготовки обучающихся чрезвычайно важен регулярный контроль за состоянием обучающихся, их работоспособностью, ходом восстановления переносимости нагрузки, адаптационных возможностей, приведением к высшей спортивной форме.

Для этого тренеры-преподаватели проводят три вида контроля:

- Оперативный или текущий (еженедельно 3-5 раз в неделю), состоящих из простых тестов, упражнений, измерений, позволяющих увидеть требуемую динамику;

- Этапный (раз в 1-3 месяца) в конце этапа или периода подготовки.

Оценивается подготовленность обучающихся, чтобы узнать изменения под влиянием проведенных тренировок и определить сильные и слабые стороны.

Информация обеспечивает сведения о выполнении планов подготовки и их разработки на следующий этап(месяц)

- Итоговый – проводится в конце большого цикла подготовки. Состоит из комплексного обследования с добавлением медицинских методов оценки.

Педагогический контроль осуществляется в следующих направлениях:

а) фиксация фактического выполнения программы по объему, интенсивности и других частей учебно-тренировочного процесса (посещение занятий, выполнение заданий на тренировке, дома);

б) измерение уровня компонентов подготовленности (силы, быстроты, выносливости, гибкости) путем контрольных упражнений;

в) ежедневное определение состояние обучающегося (его работоспособность, переносимость нагрузки и восстановление, желание тренироваться) Учитывается самоконтроль, опрос, наблюдение.

Из всего методического арсенала средств тренер-преподаватель выбирает для обучающихся то, что считает нужным применительно к их индивидуальным особенностям. Показатели выражаются в различных цифрах, баллах.

Основы измерения

1. Комплекс контрольных упражнений по ОФП и СФП (проводится 4 раза в год).
2. Узкий круг контрольных упражнений за динамикой физических качеств в отстающих сторонах функциональных и двигательных возможностях (проводится 1 раз в месяц).
3. Выявление отстающих компонентов, звеньев в подготовке при работе до сильного утомления (проводится по мере необходимости).
4. Наблюдение за уровнем выполнения технических приемов (визуально).

3. Формы, периодичность, порядок проведения промежуточной и итоговой аттестации успеваемости обучающихся Учреждения

3.1. Целью проведения промежуточной аттестации обучающихся является оценка уровня освоения обучающимися дополнительных общеобразовательных программ по виду спорта баскетбол и соответствие этого уровня требованиями подготовки обучающихся.

3.2. Задачи:

- анализ полноты реализации общеобразовательных программ;
- выявление уровня подготовки обучающихся по теоретической, физической (общefизической, специальной физической) и технической подготовке;
- внесение необходимых изменений в содержание и методику образовательной деятельности.

3.3. Промежуточная аттестация проводится 1 раз в год - в мае текущего года. Промежуточная аттестация обучающихся Учреждения проходит после каждого года обучения на этапах обучения: спортивно-оздоровительном (СО), начальной подготовки (НП), учебно-тренировочном (УТГ), совершенствования спортивного мастерства (ССМ).

3.4. Сроки проведения промежуточной аттестации устанавливаются Педагогическим советом учреждения и утверждаются приказом директора Учреждения.

3.5. Формой проведения промежуточной аттестации обучающихся является сдача контрольных нормативов и тестов, содержание которых определено в дополнительной общеобразовательной программе по баскетболу.

3.6. Форма проведения аттестации должна быть понятна обучающимся, отражать реальный уровень их подготовленности, не формировать у обучающихся позицию неудачника, неспособного достичь высоких спортивных результатов.

3.7. Перечень контрольных нормативов, в соответствии с федеральным стандартом спортивной подготовки по баскетболу, разрабатывается инструктором методистом, тренерами-преподавателями и утверждается приказом директора Учреждения.

В перечень контрольных нормативов и тестов на учебный год включены:

- вопросы по теоретической подготовке (приложение № 1);
- контрольные нормативы по физической подготовке (общефизической -ОФП и специальной -СФП) (приложение № 2);
- контрольные нормативы по технической подготовке (приложение № 3);

3.8. Вопросы по теоретической подготовке, контрольные нормативы по ОФП и СФП, технической подготовке вывешиваются на информационных стендах школы за 2 недели до проведения промежуточной аттестации обучающихся. Учреждение организует необходимую консультативную помощь обучающимся при их подготовке к промежуточной аттестации.

3.9. Результаты по теоретическому разделу оформляются ведомостью. Результаты сдачи контрольных нормативов оформляются протоколом. Ведомость и протоколы подписываются всеми членами бригады и сдаются в учебную часть в течение 3 дней.

3.10. При проведении промежуточной аттестации учитывается динамика развития каждого обучающегося за весь период обучения по данной общеобразовательной программе.

3.11. Тренеры-преподаватели в начале учебного года знакомятся с методическими указаниями по организации и проведению промежуточной аттестации обучающихся, Программой проведения промежуточной аттестации.

3.12. Тренеры-преподаватели за месяц до проведения аттестации должны быть ознакомлены с графиком проведения промежуточной аттестации. Перечень контрольных нормативов и тестов доведен до сведения обучающихся не менее, чем за 2 недели.

3.13. Для проведения промежуточной аттестации обучающихся создается комиссия, в которую входят заместитель директора школы по спортивно-массовой работе на правах председателя комиссии, инструктор-методист, тренеры-преподаватели.

Состав комиссии утверждается приказом директора Учреждения в начале календарного года.

Расписание проведения промежуточной аттестации, формы протоколов и ведомости составляются заместителем директора по спортивно-массовой работе, утверждаются приказом директора и доводятся до сведения учащихся и родителей (законных представителей).

3.14. Решением педагогического совета от промежуточной аттестации могут быть освобождены члены сборной команды Нижегородской области, члены сборной команды России, если в период аттестации они находятся на соревнованиях уровня чемпионата и первенства России, на официальных всероссийских соревнованиях.

3.15. От промежуточной аттестации могут освобождаться обучающиеся по состоянию здоровья на основании справки из медицинского учреждения.

3.16. Промежуточная аттестация проводится на спортивных базах Учреждения, указанных в лицензии на право ведения образовательной деятельности.

3.17. При оценке уровня подготовки учащихся должно учитываться следующее:

- соответствие уровня развития практических умений и навыков программным требованиям;
- качество выполнения практических заданий;
- динамика прироста индивидуальных показателей физической подготовленности учащихся.

3.18. Аттестационная комиссия при вынесении решения об успешной сдаче промежуточной аттестации должна принимать во внимание выполнение, подтверждение спортивных разрядов в соответствии с требованиями единой всероссийской спортивной классификации (ЕВСК) и учитывать результаты выступлений обучающихся в соревнованиях в течение учебного года.

3.19. Система и критерии оценок при проведении аттестации должны быть едиными для всех обучающихся. Результаты промежуточной аттестации обучающихся оцениваются следующими оценками: положительное – «сдал»; отрицательное - «не сдал» по ОФП, СФП, технической и теоретической подготовки.

Итоговый результат прохождения промежуточной аттестации определяется в сводном протоколе «сдал» - «не сдал».

Для успешного прохождения аттестации обучающемуся на начальной подготовке необходимо получить общий «сдал» по всем контрольно-переводным нормативам.

Для успешного прохождения аттестации обучающемуся на учебно-тренировочном этапе необходимо получить общий «сдал» по всем контрольно-переводным нормативам. Уровень спортивной квалификации (выполнение разрядов «третий юношеский, второй, первый» «третий спортивный разряд, второй, первый») устанавливается на этапе свыше трех лет.

Для успешного прохождения аттестации обучающемуся на этапе спортивного совершенствования необходимо получить общий «сдал» по всем контрольно-переводным нормативам. Уровень спортивной квалификации (первый спортивный разряд)

4. Порядок ликвидации академической задолженности по промежуточной аттестации

4.1. Неудовлетворительные результаты промежуточной аттестации или нехождение промежуточной аттестации при отсутствии уважительных причин считаются академической задолженностью.

4.2. Обучающиеся обязаны ликвидировать академическую задолженность.

4.3. Обучающиеся, имеющие академическую задолженность, вправе пройти повторно промежуточную аттестацию в сроки, определяемые Педагогическим советом, но не позднее начала следующего учебного года.

4.4. Обучающиеся, не прошедшие повторную промежуточную аттестацию, решением Педагогического совета могут быть переведены на следующий год обучения условно до сентября текущего года.

- 4.5. Результаты контрольных нормативов и ответов заносятся в протокол сдачи нормативов и ведомость. Ведомость и протоколы подписываются всеми членами бригады и сдаются в учебную часть в течение 3 дней.
- 4.6. Протоколы и ведомости промежуточной аттестации обучающихся хранятся в делах Учреждения в течение одного года.
- 4.7. Результаты промежуточной аттестации обучающихся утверждаются Педагогическим советом учреждения и являются основанием для перевода обучающегося на следующий год обучения.
- 4.8. По итогам решения Педагогического совета учреждения директор издает приказ.
- 4.9. Обучающиеся, не ликвидировавшие академическую задолженность в установленные Учреждением сроки дважды с момента ее образования, по усмотрению их родителей (законных представителей): 1) оставляются на повторный год обучения на повторное обучение (один раз); 2) переводятся на обучение по дополнительной общеразвивающей программе, в группы СОГ.
- 6. Заключительные положения**
- 6.1. Обучающиеся, успешно прошедшие промежуточную аттестацию переводятся на следующий год обучения.
- 6.2. Обучающиеся, успешно прошедшие промежуточную аттестацию и завершившие обучение по дополнительной образовательной программе, считаются выпускниками.
- 6.3. Обучающимся выдается Свидетельство об окончании обучения по дополнительной образовательной программе.
- 6.4. Форма Свидетельства об окончании обучения утверждается директором Учреждения.
- 6.5. Учащиеся, завершившие обучение по дополнительной общеразвивающей программе, могут продолжить обучение по дополнительной программе спортивной подготовки.

Приложение №1
к Положению
О формах, периодичности,
порядке текущего контроля успеваемости
и промежуточной аттестации обучающихся

Раздел «Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка» -
устный опрос, беседа, просмотр видео материалов

Вопросы для групп начальной подготовки (1 год обучения):

1. Что такое физкультура (отличие от понятия спорт)?
2. Какое значение имеет физкультура для укрепления здоровья?
3. Какие правила предусматривают основные организационно-профилактические меры обеспечения безопасности и снижения травматизма при осуществлении учебно-тренировочного процесса?
4. При каких условиях разрешается проводить учебно-тренировочные занятия?

5. В чем можно входить в спортивный зал?
6. Что нельзя делать в раздевалках и спортивном зале?
7. Что относится к личной гигиене?
8. Какие требования предъявляются к спортивной одежде?
9. Что такое техническая подготовка? (какие виды)
10. С чего начинается тренировка?
11. Как проводится разминка во время тренировки?
12. Соблюдения правил при занятиях спортом.
13. Что такое режим дня?
14. Начальные правила по мини-баскетболу?
15. Основные физические качества?

№	Кол-во правильных ответов на теоретические вопросы	Результат
1	7-15 ответов из 15	Сдал
2	1-6 ответов из 15	Не сдал

Вопросы для групп начальной подготовки (2 год обучения):

1. Что такое физкультура (отличие от понятия спорт)?
2. Какое значение имеет физкультура для укрепления здоровья?
3. Какие правила предусматривают основные организационно-профилактические меры обеспечения безопасности и снижения травматизма при осуществлении учебно-тренировочного процесса?
4. При каких условиях разрешается проводить учебно-тренировочные занятия?
5. В чем можно входить в спортивный зал?
6. Что нельзя делать в раздевалках и спортивном зале?
7. Когда в России начали играть в баскетбол?
8. Что относится к личной гигиене?
9. Какие требования предъявляются к спортивной одежде?
10. Что такое техническая подготовка? (какие виды)
11. С чего начинается тренировка?
12. Как проводится разминка во время тренировки и на соревнованиях?
13. Какое требование к одежде на тренировках и на соревнованиях?
14. Соблюдения правил при занятиях спортом.
15. Что такое тактическая подготовка?
16. Что такое нравственность (мораль), что лежит в основе, какое значение это имеет в спорте?

№	Кол-во правильных ответов на теоретические вопросы	Результат
1	8-15 ответов из 15	Сдал
2	1-7 ответов из 15	Не сдал

Вопросы для учебно-тренировочных групп (1-3 обучения):

1. Физическая культура и спорт как социальные феномены?
2. Роль физической культуры в формировании личностных качеств человека?
3. Классификация техники в баскетболе?
4. Правила построения тренировки?
5. Виды защиты?

6. Виды нападения?
7. Какие основные физические качества развиваются при занятиях баскетболом?
8. Когда зародилось олимпийское движение?
9. Кто основатель современных олимпийских игр?
10. Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности?
11. Характеристика психологической подготовки?
12. Базовые волевые качества спортсмена?
13. Нормативы по видам подготовки?
14. Режим дня и основы спортивного питания?
15. Основные правила закаливания?

№	Кол-во правильных ответов на теоретические вопросы	Результат
1	9-15 ответов из 15	Сдал
2	1-8 ответов из 15	Не сдал

Вопросы для учебно-тренировочных групп (4-5 обучения) :

1. Физическая культура и спорт как социальные феномены?
2. Роль физической культуры в формировании личностных качеств человека?
3. Классификация тактики нападения?
4. Правила построения тренировки?
5. Виды защиты?
6. Виды нападения?
7. Какие основные физические качества развиваются при занятиях баскетболом?
8. Когда зародилось олимпийское движение?
9. История баскетбола в России?
10. Физиологические механизмы развития двигательных навыков?
11. Характеристика психологической подготовки?
10. Дневник самоконтроля, его формы, содержание?
11. Нормативы по видам подготовки?
12. Режим дня и основы спортивного питания?
13. Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта?

№	Кол-во правильных ответов на теоретические вопросы	Результат
1	10-15 ответов из 15	Сдал
2	1-9 ответов из 15	Не сдал

Вопросы для групп спортивного совершенствования :

1. Влияние физической культуры и спорта на человека в современном мире?
2. Роль физической культуры в формировании личностных качеств человека?
3. Воспитание нравственных и волевых качеств?
4. Классификация тактики защиты?
5. Правила построения тренировки?
6. Виды защиты?
7. Виды нападения?
8. Какие основные физические качества развиваются при занятиях баскетболом?
9. Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта?

10. Правоотношение в данной сфере?
11. Физиологическая механизмы развития двигательных навыков?
12. Характеристика психологической подготовки?
13. Дневник самоконтроля, его формы, содержание?
14. Нормативы по видам подготовки?
15. Режим дня и рациональное сбалансированное питание?

№	Кол-во правильных ответов на теоретические вопросы	Результат
1	11-15 ответов из 15	Сдал
2	1-10 ответов из 15	Не сдал

Раздел «Инструкторская и судейская практика» устный опрос, беседа, просмотр видео материалов участие в судействе

Вопросы для учебно-тренировочных групп (3-5 обучения) :

1. Основные команды на месте и в движении при построении группы?
2. Что такое разминка? Упражнения для разминки.
3. Классификация спортивных соревнований.
4. Спортивные соревнования как важнейшее средство роста спортивного мастерства?
5. Как составить положение о соревнованиях? Разделы положения о соревнованиях?
6. Площадка и Оборудование.
7. Правило третье - команды.
8. Правило четвертое - Игровые положения.
9. Правило пятое – нарушения.
10. Правило шестое – фолы.
11. Правила седьмое – Общие положения
12. Правило восьмое судьи, судьи секретари, комиссар: обязанности и права
13. Жесты судей
14. Протокол игры
15. Классификация команд

№	Кол-во правильных ответов на теоретические вопросы	Результат
1	11-15 ответов из 15	Сдал
2	1-10 ответов из 15	Не сдал

Вопросы для групп спортивного совершенствования :

1. Основные команды на месте и в движении при построении группы?
2. Составить конспект занятия.
3. Классификация спортивных соревнований.
4. Спортивные соревнования их планирование, организация и проведение.
5. Составить положение о соревнованиях.
6. Площадка и Оборудование.
7. Правило третье - команды.
8. Правило четвертое - Игровые положения.
9. Правило пятое – нарушения.
10. Правило шестое – фолы.
11. Правила седьмое – Общие положения
12. Правило восьмое судьи, судьи секретари, комиссар: обязанности и права

13. Жесты судей
14. Протокол игры
15. Классификация команд

№	Кол-во правильных ответов на теоретические вопросы	Результат
1	12-15 ответов из 15	Сдал
2	1-11 ответов из 15	Не сдал

Раздел «Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль»_устный опрос, беседа, просмотр видео материалов

Вопросы для групп начальной подготовки :

1. Профилактика травматизма.
2. Утомление, его признаки и меры предупреждения.
3. Уход за телом, полостью рта, зубами.
4. Физические средства восстановления.
5. Основные правила закаливания.
6. Медицинский контроль.

№	Кол-во правильных ответов на теоретические вопросы	Результат
1	4-6 ответов из 6	Сдал
2	1-3 ответов из 6	Не сдал

Вопросы для учебно-тренировочных групп :

1. Что такое медицинский контроль?
2. Дневник самоконтроля его формы и содержание.
3. Медико-биологическая группа восстановительных средств.
4. Профилактика травматизма.
5. Простудные заболевания и их предупреждение.
6. Физические средства восстановления.

№	Кол-во правильных ответов на теоретические вопросы	Результат
1	5-6 ответов из 6	Сдал
2	1-4 ответов из 6	Не сдал

Вопросы для групп спортивного совершенствования:

1. Виды контроля?
2. Самоконтроль в учебно-тренировочном процессе?
3. Медико-биологическая группа восстановительных средств?
4. Педагогические средства восстановления?
5. Психологические средства восстановления?
6. Профилактика травматизма.

№	Кол-во правильных ответов на теоретические вопросы	Результат
1	5-6 ответов из 6	Сдал
2	1-4 ответов из 6	Не сдал

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

(Приложение № 6 к настоящему ФССП)

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

**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 «баскетбол»**

(Приложение № 7 к настоящему ФССП)

№ 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	
			13	7
1.2.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			9,0	9,4
1.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			150	135
1.4.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			32	28
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Скоростное ведение мяча 20 м	с	не более	
			10,0	10,7
2.2.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее	
			35	30
2.3.	Челночный бег 10 площадок по 28 м	с	не менее	
			65	70

2.4.	Бег на 14м	с	3,0	3,4
2.5.	Техническое мастерство	Обязательная техническая программа		
3. Уровень спортивной квалификации (спортивные разряды)				
Период обучения на этапе спортивной подготовки		Уровень спортивной квалификации		
Период обучения на этапе спортивной подготовки (до 3-х лет)		требования к уровню спортивной квалификации не предъявляются		
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 «баскетбол»
(Приложение № 8 к настоящему ФССП)

№ 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	15
1.2.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			7,2	8,0
1.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			215	180
1.4.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			35	31
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Скоростное ведение мяча 20 м	с	не более	
			8,6	9,4
2.2.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее	
			39	34
2.3.	Челночный бег 10 площадок по 28м	м	не менее	
			60	65
2.4.	Техническое мастерство	Обязательная техническая программа		
3. Уровень спортивной квалификации (спортивные разряды)				
Спортивный разряд «первый спортивный разряд»				

Приложение №3
к Положению
О формах, периодичности,
порядке текущего контроля успеваемости
и промежуточной аттестация обучающихся

НОРМАТИВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

**по общей физической, специальной физической и технической подготовке
для зачисления в группы начальной подготовки и переводе с этапа на этап спортивной подготовки по виду спорта «баскетбол»**

Контрольные упражнения (тесты)	группы	ГНП-1 (8-9 лет)	ГНП-2 (9-10 лет)	ГНП-3 (10-11 лет)	УТГ-1 (11-12 лет)	УТГ-2 (12-13 лет)	УТГ-3 (13-14 лет)	УТГ-4 (14-15 лет)	УТГ-5 (15-16 лет)	ГССМ (14 и старше)
Челночный бег 3x10 м	юн.	10,3	9,6	9,3	9,0	8,7	8,1	8,0	7,9	7,2
	дев.	10,6	9,9	9,7	9,4	9,1	9,0	8,8	8,2	8,0
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами(см)	юн.	110	130	140	150	165	175	185	200	215
	дев.	105	120	130	135	150	165	175	180	185
Прыжок вверх с места со взмахом руками (см)	юн.	20	22	30	35	37	39	41	43	46
	дев.	16	18	25	3	32	34	36	38	40
Бег на 14м (с)	юн.	3,5	3,4	3,3	3,0	2,9	2,8	2,7	2,6	2,5
	дев.	4,0	3,9	3,8	3,4	3,3	3,2	3,1	3,0	2,9
Скоростное ведение мяча 20 м (с)	юн.	-	-	-	10,0	9,7	9,4	,2	8,9	8,6
	дев.	-	-	-	10,7	10,4	10,0	9,8	9,6	9,4
Челночный бег 10площадок по 28 м (с)	юн.	-	-	-	65	62	60	59	57	55
	дев.	-	-	-	70	68	66	63	60	57
Сгибание-разгибание рук в упоре лежа на полу	юн.	-	-	-	13	18	20	24	31	36
	дев.	-	-	-	7	8	9	10	12	1
Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	юн.	-	-	-	32	34	3	36	40	35
	дев.	-	-	-	28	30	31	34	36	31
Техническая подготовка										
Передвижение в защитной стойке (сек)	юн.	-	-	-	10,2	9,6	9,3	9,0	8,9	8,7
	дев.	-	-	-	10,6	10,0	9,8	9,6	9,4	9,2

Скоростное ведение (сек)	юн.	-	-	-	56,5	55,0	54,0	53,0	52,0	51,0
	дев.		-	-	60,0	59,5	59,0	58,0	57,0	56,0
Передачи мяча (сек)	юн.	-	-	-	40,5	38,7	37,9	37,6	36,9	29,9
	дев.	-	-	-	41,0	40,4	39,9	39,4	38,9	30,9
Дистанционные броски (%)	юн.	-	-	-	40	40	40	50	50	60
	дев.	-	-	-	40	40	40	50	50	60
Штрафные броски (%)	юн.	-	-	-	40	50	60	70	80	80
	дев.	-	-	-	40	50	60	70	80	80