Приложение № 3 (фрагмент)

Показатели

специальной физической подготовленности учащихся по разделу программы волейбол

юноши (10-11 кл.)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Фамилия, имя | прием и передача мяча 2-мя руками сверху | прием и передача мяча 2-мя руками снизу | прием и передача мяча одной рукой снизу | подача мяча снизу | подача мяча сбоку | подача мяча сверху | подача мяча по заданию в зоны | Итоговая оценка |
| индивидуальные действия (кол-во повторений) | | | | | | |
| 10-8-6 | 10-8-6 | 5-4-3 | 5-4-3 | 5-4-3 | 5-4-3 | из 5-и попыток 3 подачи (5) |
| групповые действия (кол-во повторений в парах) | | | | | |
| (20-16-12) | (20-16-12) | (10-8-6) |  | | |
| Иванов 10 кл | 10 (5) | 10 (5) | 4 (4) | 5 (5) | 5 (5) | 3 (3) | 4 (5) | **4** |
| 18 (4) | 16 (4) | 7 (4) | \* | \* | \* | \* |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Примечание:

при приеме и передаче мяча двумя руками

10 (из 10) – оценка 5

8 (из 10) – оценка 4

6 (из 10) – оценка 3

Оценка в остальных упражнения соответствуют количеству повторений, но не более 5.

Средний балл соответствует **итоговой оценке**.

Показатели

специальной физической подготовленности учащихся по разделу программы баскетбол

(5-6 кл.)

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Фамилия, имя | броски мяча 2-мя руками в кольцо | броски мяча одной рукой в кольцо | бросок мяча одной рукой в цель с разных дистанций | ведение мяча на время по прямой 2\*10м (сек) | ведение мяча на время 2\*10м змейкой (сек) | правила игры и техника безопасности (уровень знаний определяется письменными работами) уч-ся | Итоговая оценка |
| со штрафной линии  (из 5 повторений) | | 3-2-1  (из 5 повторений) | 7,2-8,2-10,2 |  |
| 4-3-2 | 4-3-2 |
| средние дистанции  (из 5 повторений) | |
| 2-1 | 2-1 |
| Иванов |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

Примечание: броски мяча в кольцо

оценка 5 соответствуют - 4 попаданиям

оценка 4 соответствует - 3 попаданиям

оценка 3 соответствует - 2 попаданиям

Временные показатели обратно пропорциональны.

Средний балл соответствует **итоговой оценке**.