

УМОВИ ТВОРЧОГО КОНКУРСУ З ВИДУ СПОРТУ «Волейбол»
Повна загальна середня освіта

Нормативні вимоги з ОВС «Волейбол»

1. Передачі м'яча двома руками знизу.

Передачі м'яча виконуються над собою на висоту 1,5 – 2 м у колі діаметром 3,6 метри.

Надається дві спроби, результат зараховується по кращій з них.

Примітка: передачі м'яча за колом виконувати дозволяється, але вони НЕ ВРАХОВУЮТЬСЯ до загальної кількості передач.

Оцінка в балах	200	190,5	181	171,5	162	152,5	143	133,5	124	116	108	100
Результат												
Юнаки (передач)	32	31	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21
Дівчата (передач)	27	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16

2. Передачі м'яча двома руками зверху.

Передачі м'яча виконуються в стіну на висоту не нижче 4 метрів. Відстань від стіни 3 метри. Дозволяється виконувати передачі м'яча двома руками знизу, але вони НЕ ВРАХОВУЮТЬСЯ до загальної кількості передач.

Надається дві спроби, результат зараховується по кращій з них.

Примітки: два дотики та захват м'яча зараховуються як помилка; при цьому спроба використана.

Оцінка в балах	200	190,5	181	171,5	162	152,5	143	133,5	124	116	108	100
Результат												
Юнаки (передач)	32	31	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21
Дівчата (передач)	27	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16

3. Подачі м'яча.

Вступник виконує **12** подач м'яча будь-яким способом (6 подач у праву половину майданчика, 6 подач у ліву половину майданчика).

Примітки: зараховуються лише попадання м'яча в зазначену половину майданчика.

Оцінка в балах	200	190,5	181	171,5	162	152,5	143	133,5	124	116	108	100
Результат												
Юнаки (кількість)	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Дівчата (кількість)	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

4. Човниковий біг 4 x 9 м.

За командою “На старт!” учасник займає положення високого старту за стартовою лінією. За командою “Руш!” він пробігає 9 метрів до другої лінії, бере один з двох дерев’яних брусків, що лежать у півколі за лінією, повертається бігом назад і кладе його в стартове півколо. Потім біжить за другим бруском і, взявши його, повертається назад і кладе в стартове коло.

Результатом тестування є час від старту до моменту, коли учасник тестування поклав другий кубик у стартове коло.

Примітки. Надається дві спроби, результат зараховується по кращій з них. Брусок слід класти в півколо, а не кидати. Якщо брусок кидається, спроба НЕ ЗАРАХОВУЄТЬСЯ, але використана.

Оцінка в балах Результат	200	190,5	181	171,5	162	152,5	143	133,5	124	119	109	100
<i>Юнаки</i> (с)	9,0	9,3	9,5	9,7	9,8	9,9	10,0	10,2	10,4	10,6	10,8	11,0
<i>Дівчата</i> (с)	10,3	10,4	10,5	10,6	10,8	10,9	11,0	11,2	11,4	11,6	11,8	12,0

Кожне з чотирьох випробувань оцінюється по 200-бальній системі. Загальна оцінка з обраного виду спорту (волейбол) виводиться шляхом ділення суми балів на кількість нормативів (4).

Розглянуто і ухвалено на засіданні
предметної комісії спортивних ігор
Протокол № 7 від 20 січня 2016 р.
Голова предметної комісії

 Дерун В.І.