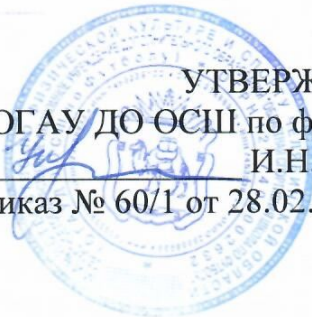




УТВЕРЖДАЮ.
ИО директора ОГАУ ДО ОСИШ по футболу
И.Н. Усова
Приказ № 60/1 от 28.02.2023 г.

**ТЕСТЫ для оценки уровня индивидуальной
подготовленности футболисток, обучающихся по
дополнительной образовательной программе
спортивной подготовки по виду спорта «футбол»**

Интегральные тесты для оценки уровня индивидуальной специальной подготовленности футболистов.

1. Ведение мяча.

Оценка действий в тесте:

- + 1 балл – нападающий обыгрывает защитника и пересекает с мячом лицевую линию
- - 1 балл – защитник отбирает мяч и пересекает с мячом лицевую линию нападающего

Определение итоговой оценки в тесте:

- суммируется количество баллов, набранное игроком за 10 атак

Итоговая оценка теста:

Сумма баллов	Оценка
9-10	«отлично»
7-8	«хорошо»
5-6	«удовлетворительно»
4 и менее	«неудовлетворительно»

2. Удар.

Оценка действий в атаке:

- 1 балл – нападающий забивает мяч в ворота
- - 1 балл – защитник отбирает мяч и забивает гол в малые ворота нападающего

Определение итоговой оценки:

- суммируется количество баллов, набранное игроком в двух сериях за 10 атак

Итоговая оценка:

Сумма баллов	Оценка
9-10	«отлично»
7-8	«хорошо»
5-6	«удовлетворительно»
4 и менее	«неудовлетворительно»

3. Финты.

Оценка действий в атаке:

- 1 балл – нападающий обыгрывает защитника и пересекает с мячом лицевую линию
- - 1 балл – защитник отбирает мяч и забивает гол в малые ворота нападающего

Определение итоговой оценки:

- суммируется количество баллов, набранное игроком в двух сериях за 10 атак

Итоговая оценка:

Сумма баллов	Оценка
9-10	«отлично»
7-8	«хорошо»

5-6	«удовлетворительно»
4 и менее	«неудовлетворительно»

4. Отбор мяча.

Оценка действий в обороне:

- **1 балл** – защитник не даёт себя обыграть
- **+ 1 балл** – защитник забивает гол в малые ворота после отбора
- **- 1 балл** – нападающий обыгрывает защитника и пересекает лицевую линию

Определение итоговой оценки:

- суммируется количество баллов, набранное игроком за 10 единоборств в обороне

Итоговая оценка:

Сумма баллов	Оценка
9-10	«отлично»
7-8	«хорошо»
5-6	«удовлетворительно»
4 и менее	«неудовлетворительно»

5. Передача мяча.

Оценка действий в атаке:

- **1 балл** – точная передача партнёру
- **- 1 балл** – защитник перехватывает мяч и забивает гол в малые ворота нападающего, допустившего потерю

Определение итоговой оценки:

Сумма баллов	Оценка
9-10	«отлично»
7-8	«хорошо»
5-6	«удовлетворительно»
4 и менее	«неудовлетворительно»

6. Прием мяча.

Оценка действий в атаке:

- **1 балл** – приём мяча с последующей передачей партнёру
- **- 1 балл** – защитник перехватывает мяч и забивает гол в малые ворота нападающего, допустившего потерю

Определение итоговой оценки:

- в зачет идет сумма результатов 2-х серий

Итоговая оценка:

Сумма баллов	Оценка
9-10	«отлично»
7-8	«хорошо»

5-6	«удовлетворительно»
4 и менее	«неудовлетворительно»

7. Выбор позиции, открывание.

Оценка действий в атаке:

- **1 балл** – нападающие забивают гол – заводят мяч за лицевую линию защитника (засчитывается каждому игроку)
- **- 1 балл** – защитник перехватывает мяч и забивает гол в малые ворота (минус засчитывается каждому игроку)

Определение итоговой оценки:

- суммируется общее количество баллов, набранное игроком за 10 атак

Итоговая оценка:

Сумма баллов	Оценка
9-10	«отлично»
7-8	«хорошо»
5-6	«удовлетворительно»
4 и менее	«неудовлетворительно»

8. Сокращение пространства.

Оценка действий в обороне:

- **1 балл** – пара защитников перехватывает, отбирает мяч или вынуждает нападающего потерять мяч (сделать неточный пас за пределы поля, потерять мяч при приеме и т.п.), балл присуждается каждому игроку
- **+ 1 балл** – защитник забивает гол в малые ворота после отбора (каждому защитнику)

Определение итоговой оценки:

- суммируется общее количество баллов

Итоговая оценка:

Сумма баллов	Оценка
9 и более	«отлично»
7-8	«хорошо»
5-6	«удовлетворительно»
4 и менее	«неудовлетворительно»

9. Прессинг.

Оценка действий в обороне:

- **1 балл** – пара защитников не пропускает гол (не дает соперникам завести мяч за лицевую линию)
- **+ 1 балл** – защитник забивает гол в малые ворота после отбора, балл присуждается каждому игроку
- **- 1 балл** – нападающие обыгрывают защитников и пересекают лицевую линию (минус засчитывается каждому игроку)

Определение итоговой оценки:

- суммируется общее количество баллов

Итоговая оценка:

Сумма баллов	Оценка
9 и более	«отлично»
7-8	«хорошо»
5-6	«удовлетворительно»
4 и менее	«неудовлетворительно»

Тесты для оценки уровня физической подготовленности футболисток.

1. Бег 10 метров.

оценка возраст	«отлично»		«хорошо»		«удовлетворительно»		«неудовлетворительно»			
	10 баллов	9 баллов	8 баллов	7 баллов	6 баллов	5 баллов	4 балла	3 балла	2 балла	1 балл
12 лет	2,15 и <	2,16- 2,20	2,21- 2,25	2,26- 2,30	2,31-2,35	2,36-2,40	2,41- 2,45	2,46- 2,50	2,51- 2,55	2,56- 2,60
13 лет	2,10 и <	2,11- 2,15	2,16- 2,20	2,21- 2,25	2,26-2,30	2,31-2,35	2,36- 2,40	2,41- 2,45	2,46- 2,50	2,51- 2,55
14 лет	2,05 и <	2,06- 2,10	2,11- 2,15	2,16- 2,20	2,21-2,25	2,26-2,30	2,31- 2,35	2,36- 2,40	2,41- 2,45	2,46- 2,50
15 лет	2,00 и <	2,01- 2,05	2,06- 2,10	2,11- 2,15	2,16-2,20	2,21-2,25	2,26- 2,30	2,31- 2,35	2,36- 2,40	2,41- 2,45
16 лет	1,95 и <	1,96- 2,00	2,01- 2,05	2,06- 2,10	2,11-2,15	2,16-2,20	2,21- 2,25	2,26- 2,30	2,31- 2,35	2,36- 2,40
17 лет	1,90 и <	1,91- 1,95	1,96- 2,00	2,01- 2,05	2,06-2,10	2,11-2,15	2,16- 2,20	2,21- 2,25	2,26- 2,30	2,31- 2,35
18-19 лет	1,85 и <	1,86- 1,90	1,91- 1,95	1,96- 2,00	2,01-2,05	2,06-2,10	2,11- 2,15	2,16- 2,20	2,21- 2,25	2,26- 2,30

2. Прыжок в длину с места.

оценка возраст	«отлично»		«хорошо»		«удовлетворительно»		«неудовлетворительно»			
	10 баллов	9 баллов	8 баллов	7 баллов	6 баллов	5 баллов	4 балла	3 балла	2 балла	1 балл
12 лет	1,91 и <	1,90-1,87	1,86-1,83	1,82-1,79	1,78-1,75	1,74-1,71	1,70- 1,67	1,66- 1,63	1,62- 1,59	1,58 - 1,55

13 лет	2,01 и <	2,00-1,96	1,95-1,91	1,90-1,86	1,85-1,81	1,80-1,76	1,75-1,71	1,70-1,66	1,65-1,61	1,60-1,56
14 лет	2,11 и <	2,10-2,05	2,04-1,99	1,98-1,93	1,92-1,87	1,86-1,81	1,80-1,75	1,74-1,69	1,68-1,63	1,62-1,57
15 лет	2,21 и <	2,20-2,14	2,13-2,07	2,06-2,00	1,99-1,93	1,92-1,86	1,85-1,79	1,78-1,72	1,71-1,65	1,64-1,58
16 лет	2,31 и <	2,30-2,23	2,22-2,15	2,14-2,07	2,06-1,99	1,98-1,91	1,90-1,83	1,82-1,75	1,74-1,67	1,66-1,59
17 лет	2,41 и <	2,40-2,32	2,31-2,23	2,22-2,14	2,13-2,05	2,04-1,96	1,95-1,87	1,86-1,78	1,77-1,69	1,68-1,60
18-19 лет	2,51 и <	2,50-2,41	2,40-2,31	2,30-2,21	2,20-2,11	2,10-2,01	2,00-1,91	1,90-1,81	1,80-1,71	1,70-1,61

3. Бег 30 метров.

оценка возраст	«отлично»		«хорошо»		«удовлетворительно»		«неудовлетворительно»			
	10 баллов	9 баллов	8 баллов	7 баллов	6 баллов	5 баллов	4 балла	3 балла	2 балла	1 балл
12 лет	5,40 и <	5,41-5,46	5,47-5,52	5,53-5,58	5,59-5,64	5,65-5,70	5,71-5,76	5,77-5,82	5,83-5,88	5,89-5,94
13 лет	5,30 и <	5,31-5,36	5,37-5,42	5,43-5,48	5,49-5,54	5,55-5,60	5,61-5,66	5,67-5,72	5,73-5,78	5,79-5,84
14 лет	5,20 и <	5,21-5,26	5,27-5,32	5,33-5,38	5,39-5,44	5,45-5,50	5,51-5,56	5,57-5,62	5,63-5,68	5,69-5,74
15 лет	4,2 и <	4,35-4,49	4,5-4,64	4,65-4,79	4,8	4,95	5,1	5,25	5,4	5,6
16 лет	4,15 и <	4,16-4,31	4,32-4,47	4,48-4,58	4,6	4,8	5,0	5,2	5,4	5,6
17 лет	4,09 и <	4,1-4,24	4,25-4,42	4,43-4,59	4,6	4,8	4,95	5,1	5,3	5,5
18-19 лет	4,09 и <	4,1-4,24	4,25-4,34	4,35-4,49	4,5	4,65	4,76	4,9	5,02	5,2

4. Челночный бег 3X10 метров.

оценка возраст	«отлично»		«хорошо»		«удовлетворительно»		«неудовлетворительно»			
	10 баллов	9 баллов	8 баллов	7 баллов	6 баллов	5 баллов	4 балла	3 балла	2 балла	1 балл
12 лет	8,20 и <	8,21-8,31	8,32-8,42	8,43-8,53	8,54-8,64	8,65-8,75	8,76-8,86	8,87-8,97	8,98-9,08	9,19-9,29
13 лет	8,00 и <	8,01-8,11	8,12-8,22	8,23-8,33	8,34-8,44	8,45-8,55	8,56-8,66	8,67-8,77	8,78-8,88	8,89-8,99

14 лет	7,80 и <	7,81-7,91	7,92-8,02	8,03-8,13	8,14-8,24	8,25-8,35	8,36-8,46	8,47-8,57	8,58-8,68	8,69-8,79
15 лет	7,60 и <	7,61-7,71	7,72-7,82	7,83-7,93	7,94-8,04	8,05-8,15	8,16-8,26	8,27-8,37	8,38-8,48	8,49-8,59
16 лет	7,40 и <	7,41-7,51	7,52-7,62	7,63-7,73	7,74-7,84	7,85-7,95	7,96-8,06	8,07-8,17	8,18-8,28	8,29-8,39
17 лет	7,20 и <	7,21-7,31	7,32-7,42	7,43-7,53	7,54-7,64	7,65-7,75	7,76-7,86	7,87-7,97	7,98-8,08	8,09-8,19
18-19 лет	7,00 и <	7,01-7,11	7,12-7,22	7,23-7,33	7,34-7,44	7,45-7,55	7,56-7,66	7,67-7,77	7,78-7,88	7,89-7,99

5. Прыжок в высоту с места.

оценка возраст	«отлично»		«хорошо»		«удовлетворительно»		«неудовлетворительно»			
	10 баллов	9 баллов	8 баллов	7 баллов	6 баллов	5 баллов	4 балла	3 балла	2 балла	1 балл
14 лет	28 см и выше	27,0-27,9	26,0-26,9	25,0-25,9	24,0-24,9	23,0-23,9	22,0-22,9	21,0-21,9	20,0-20,9	19,0-19,9
15 лет	30 см и выше	29,0-29,9	28,0-28,9	27,0-27,9	26,0-26,9	25,0-25,9	24,0-24,9	23,0-23,9	22,0-22,9	21,0-21,9
16 лет	32 см и выше	31,0-31,9	30,0-30,9	29,0-29,9	28,0-28,9	27,0-27,9	26,0-26,9	25,0-25,9	24,0-24,9	23,0-23,9
17 лет	34 см и выше	33,0-33,9	32,0-32,9	31,0-31,9	30,0-30,9	29,0-29,9	28,0-28,9	27,0-27,9	26,0-26,9	25,0-25,9
18-19 лет	36 см и выше	35,0-35,9	34,0-34,9	33,0-33,9	32,0-32,9	31,0-31,9	30,0-30,9	29,0-29,9	28,0-28,9	27,0-27,9

6. Антропометрия.

Мышечный компонент

оценка возраст	«отлично»	«хорошо»	«удовлетворительно»	«неудовлетворительно»
17 лет	50,0 % и выше	50,0-49,0 %	47,2±2,4 %	48,0 % и ниже
18-19 лет	50,5 % и выше	50,5-49,5 %	47,8±2,2 %	48,5 % и ниже

Жировой компонент

оценка возраст	«отлично»	«хорошо»	«удовлетворительно»	«неудовлетворительно»
17 лет	11,5 % и ниже	11,5-13,0%	16,5±3,3 %	14,5 % и выше

18-19 лет	11,0 % и ниже	11,0-12,5 %	16,3±3,3 %	14,0 % и выше
-----------	---------------	-------------	------------	---------------

Тесты для оценки уровня технической подготовленности футболисток.

1. Ведение мяча 10 метров.

оценка этап / возраст	«отлично»		«хорошо»		«удовлетворительно»		«неудовлетворительно»			
	10 баллов	9 баллов	8 баллов	7 баллов	6 баллов	5 баллов	4 балла	3 балла	2 балла	1 балл
Мяч	2,85 и <	2,86- 2,91	2,92- 2,97	2,98- 3,03	3,04- 3,09	3,10- 3,15	3,16- 3,21	3,22- 3,27	3,28- 3,33	3,34- 3,39
Мяч - Ворота	2,75 и <	2,76- 2,81	2,82- 2,87	2,88- 2,93	2,94- 2,99	3,00- 3,05	3,06- 3,11	3,12- 3,17	3,18- 3,23	3,24- 3,29
Мяч - Ворота - Соперник	2,65 и <	2,66- 2,71	2,72- 2,77	2,78- 2,83	2,84- 2,89	2,90- 2,95	2,96- 3,01	3,02- 3,07	3,08- 3,13	3,14- 3,19
Мяч - Ворота - Соперник - Партнер	2,55 и <	2,56- 2,61	2,62- 2,67	2,68- 2,73	2,74- 2,79	2,80- 2,85	2,86- 2,91	2,92- 2,97	2,98- 3,03	3,04- 3,09
12 лет	2,45 и <	2,46- 2,51	2,52- 2,57	2,58- 2,63	2,64- 2,69	2,70- 2,75	2,76- 2,81	2,82- 2,87	2,88- 2,93	2,94- 2,99
13 лет	2,35 и <	2,36- 2,41	2,42- 2,47	2,48- 2,53	2,54- 2,59	2,60- 2,65	2,66- 2,71	2,72- 2,77	2,78- 2,83	2,84- 2,89
14 лет	2,25 и <	2,26- 2,31	2,32- 2,37	2,38- 2,43	2,44- 2,49	2,50- 2,55	2,56- 2,61	2,62- 2,67	2,68- 2,73	2,74- 2,79
15 лет	2,15 и <	2,16- 2,20	2,21- 2,25	2,26- 2,30	2,31- 2,35	2,36- 2,40	2,41- 2,45	2,46- 2,50	2,51- 2,55	2,56- 2,60
16 лет	2,10 и <	2,11- 2,15	2,16- 2,20	2,21- 2,25	2,26- 2,30	2,31- 2,35	2,36- 2,40	2,41- 2,45	2,46- 2,50	2,51- 2,55
17 лет	2,05 и <	2,06- 2,10	2,11- 2,15	2,16- 2,20	2,21- 2,25	2,26- 2,30	2,31- 2,35	2,36- 2,40	2,41- 2,45	2,46- 2,50
18-19 лет	2,00 и <	2,01- 2,05	2,06- 2,10	2,11- 2,15	2,16- 2,20	2,21- 2,25	2,26- 2,30	2,31- 2,35	2,36- 2,40	2,41- 2,45

2. Ведение мяча с изменением направления 10 метров.

оценка этап / возраст	«отлично»		«хорошо»		«удовлетворительно»		«неудовлетворительно»			
	10 баллов	9 баллов	8 баллов	7 баллов	6 баллов	5 баллов	4 балла	3 балла	2 балла	1 балл
Мяч - Ворота	8,37 и <	8,38-8,50	8,51- 8,62	8,63- 8,75	8,76- 8,87	8,88-8,90	8,91- 8,92	8,93- 8,95	8,96- 9,07	9,08- 9,10
Мяч - Ворота - Соперник	8,12 и <	8,13-8,25	8,26- 8,37	8,38- 8,50	8,51- 8,62	8,63-8,75	8,76- 8,87	8,88- 8,90	8,91- 8,92	8,93- 8,95
Мяч - Ворота - Соперник - Партнер	7,87 и <	7,88-8,00	8,01- 8,12	8,13- 8,25	8,26- 8,37	8,38-8,50	8,51- 8,62	8,63- 8,75	8,76- 8,97	8,98- 9,10
12 лет	7,62 и <	7,63-7,75	7,76- 7,87	7,88- 8,00	8,01- 8,12	8,13-8,25	8,26- 8,37	8,38- 8,50	8,51- 8,62	8,63- 8,75
13 лет	7,37 и <	7,38-7,50	7,51- 7,62	7,63- 7,75	7,76- 7,87	7,88-8,00	8,01- 8,12	8,13- 8,25	8,26- 8,37	8,38- 8,50

14 лет	7,12 и <	7,13-7,25	7,26-7,37	7,38-7,50	7,51-7,62	7,63-7,75	7,76-7,87	7,88-8,00	8,01-8,12	8,13-8,25
15 лет	6,87 и <	6,88-7,00	7,01-7,12	7,13-7,25	7,26-7,37	7,38-7,50	7,51-7,62	7,63-7,75	7,76-7,87	7,88-8,00
16 лет	6,62 и <	6,63-6,75	6,76-6,87	6,88-7,00	7,01-7,12	7,13-7,25	7,26-7,37	7,38-7,50	7,51-7,62	7,63-7,75
17 лет	6,37 и <	6,38-6,50	6,51-6,62	6,63-6,75	6,76-6,87	6,88-7,00	7,01-7,12	7,13-7,25	7,26-7,37	7,38-7,50
18-19 лет	6,12 и <	6,13-6,25	6,26-6,37	6,38-6,50	6,51-6,62	6,63-6,75	6,76-6,87	6,88-7,00	7,01-7,12	7,13-7,25

3. Ведение мяча 3X10 метров.

оценка этап / возраст	«отлично»		«хорошо»		«удовлетворительно»		«неудовлетворительно»			
	10 баллов	9 баллов	8 баллов	7 баллов	6 баллов	5 баллов	4 балла	3 балла	2 балла	1 балл
Мяч - Ворота	11,87 и <	11,88-12,00	12,01-12,12	12,13-12,25	12,26-12,37	12,38-12,50	12,51-12,62	12,63-12,75	12,76-12,97	12,98-13,10
Мяч - Ворота - Соперник	11,37 и <	11,38-11,50	11,51-11,62	11,63-11,75	11,76-11,87	11,88-12,00	12,01-12,12	12,13-12,25	12,26-12,37	12,38-12,50
Мяч - Ворота - Соперник - Партнер	10,87 и <	10,88-11,00	11,01-11,12	11,13-11,25	11,26-11,37	11,38-11,50	11,51-11,62	11,63-11,75	11,76-11,97	11,98-12,10
12 лет	10,37 и <	10,38-10,50	10,51-10,62	10,63-10,75	10,76-10,87	10,88-11,00	11,01-11,12	11,13-11,25	11,26-11,37	11,38-11,50
13 лет	9,87 и <	9,88-10,00	10,01-10,12	10,13-10,25	10,26-10,37	10,38-10,50	10,51-10,62	10,63-10,75	10,76-10,87	10,88-11,00
14 лет	9,37 и <	9,38-9,50	9,51-9,62	9,63-9,75	9,76-9,87	9,88-10,00	10,01-10,12	10,13-10,25	10,26-10,37	10,38-10,50
15 лет	8,87 и <	8,88-9,00	9,01-9,12	9,13-9,25	9,26-9,37	9,38-9,50	9,51-9,62	9,63-9,75	9,76-9,87	9,88-10,00
16 лет	8,37 и <	8,38-8,50	8,51-8,62	8,63-8,75	8,76-8,87	8,88-9,00	9,01-9,12	9,13-9,25	9,26-9,37	9,38-9,50
17 лет	8,12 и <	8,13-8,25	8,26-8,37	8,38-8,50	8,51-8,62	8,63-8,75	8,76-8,87	8,88-9,00	9,01-9,12	9,13-9,25
18-19 лет	7,87 и <	7,88-8,00	8,01-8,12	8,13-8,25	8,26-8,37	8,38-8,50	8,51-8,62	8,63-8,75	8,76-8,87	8,88-9,00

4. Удар на точность 10-11 лет.

Определение итоговой оценки:

- оценивается количество попаданий в ворота за 10 ударов

Итоговая оценка:

«отлично»		«хорошо»		«удовлетворительно»		«неудовлетворительно»			
10 баллов	9 баллов	8 баллов	7 баллов	6 баллов	5 баллов	4 балла	3 балла	2 балла	1 балл
10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

5. Удар на точность 12-14 лет.

Определение итоговой оценки:

- оценивается количество попаданий в ворота за 10 ударов
- **Итоговая оценка:**

«отлично»		«хорошо»		«удовлетворительно»		«неудовлетворительно»			
10 баллов	9 баллов	8 баллов	7 баллов	6 баллов	5 баллов	4 балла	3 балла	2 балла	1 балл
10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

6. Удар на точность 15-19 лет.

Определение итоговой оценки:

- оценивается количество попаданий в ворота за 10 ударов
- **Итоговая оценка:**

«отлично»		«хорошо»		«удовлетворительно»		«неудовлетворительно»			
10 баллов	9 баллов	8 баллов	7 баллов	6 баллов	5 баллов	4 балла	3 балла	2 балла	1 балл
10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

7. Передача.

Определение итоговой оценки:

- оценивается количество попаданий в «коридор» между стойками за 10 передач
- **Итоговая оценка:**

«отлично»		«хорошо»		«удовлетворительно»		«неудовлетворительно»			
10 баллов	9 баллов	8 баллов	7 баллов	6 баллов	5 баллов	4 балла	3 балла	2 балла	1 балл
10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

8. Вбрасывание мяча на дальность.

оценка возраст	«отлично»		«хорошо»		«удовлетворительно»		«неудовлетворительно»			
	10 баллов	9 баллов	8 баллов	7 баллов	6 баллов	5 баллов	4 балла	3 балла	2 балла	1 балл
12 лет	10,51 и >	10,00- 10,50	9,50- 9,99	9,00- 9,49	8,50- 8,99	8,00-8,49	7,50- 7,99	7,00- 7,49	6,50- 6,99	6,00- 6,49
13 лет	11,51 и >	11,00- 11,50	10,50- 10,99	10,00- 10,49	9,50- 9,99	9,00-9,49	8,50- 8,99	8,00- 8,49	7,50- 7,99	7,00- 7,49
14 лет	12,51 и >	12,00- 12,50	11,50- 11,99	11,00- 11,49	10,50- 10,99	10,00- 10,49	9,50- 9,99	9,00- 9,49	8,50- 8,99	8,00- 8,49
15 лет	13,51 и >	13,00- 13,50	12,50- 12,99	12,00- 12,49	11,50- 11,99	11,00- 11,49	10,50- 10,99	10,00- 10,49	9,50- 9,99	9,00- 9,49
16 лет	14,51 и >	14,00- 14,50	13,50- 13,99	13,00- 13,49	12,50- 12,99	12,00- 12,49	11,50- 11,99	11,00- 11,49	10,50- 10,99	10,00- 10,49
17 лет	15,51 и >	15,00- 15,50	14,50- 14,99	14,00- 14,49	13,50- 13,99	13,00- 13,49	12,50- 12,99	12,00- 12,49	11,50- 11,99	11,00- 11,49
18-19 лет	16,51 и >	16,00- 16,50	15,50- 15,99	15,00- 15,49	14,50- 14,99	14,00- 14,49	13,50- 13,99	13,00- 13,49	12,50- 12,99	12,00- 12,49

9. Удар головой на дальность.

оценка возраст	«отлично»		«хорошо»		«удовлетворительно»		«неудовлетворительно»			
	10 баллов	9 баллов	8 баллов	7 баллов	6 баллов	5 баллов	4 балла	3 балла	2 балла	1 балл
13 лет	11,51 и >	11,00- 11,50	10,50- 10,99	10,00- 10,49	9,50- 9,99	9,00- 9,49	8,50- 8,99	8,00- 8,49	7,50- 7,99	7,00- 7,49
14 лет	12,51 и >	12,00- 12,50	11,50- 11,99	11,00- 11,49	10,50- 10,99	10,00- 10,49	9,50- 9,99	9,00- 9,49	8,50- 8,99	8,00- 8,49
15 лет	13,51 и >	13,00- 13,50	12,50- 12,99	12,00- 12,49	11,50- 11,99	11,00- 11,49	10,50- 10,99	10,00- 10,49	9,50- 9,99	9,00- 9,49
16 лет	14,51 и >	14,00- 14,50	13,50- 13,99	13,00- 13,49	12,50- 12,99	12,00- 12,49	11,50- 11,99	11,00- 11,49	10,50- 10,99	10,00- 10,49
17 лет	15,51 и >	15,00- 15,50	14,50- 14,99	14,00- 14,49	13,50- 13,99	13,00- 13,49	12,50- 12,99	12,00- 12,49	11,50- 11,99	11,00- 11,49
18-19 лет	16,51 и >	16,00- 16,50	15,50- 15,99	15,00- 15,49	14,50- 14,99	14,00- 14,49	13,50- 13,99	13,00- 13,49	12,50- 12,99	12,00- 12,49