Принято:

на заседании педсовета

МБОУ ДО «СШ ЦР»

протокол № 5

от 16.07.2024 г.

Утверждаю:

Директор МБОУ ДО «СШ ЦР»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Е. А. Бородин

«15» августа 2024 г.

**Приемные тесты**

 **для поступления на обучение**

**по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки**

**на отделение волейбола**

**(мальчики)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №/п | Тестовое задание | Результат | Балл |
| 1 | Бег 30 м | 5,8 | 5 |
| 6,0 | 4 |
| 6,2 | 3 |
| 2 |  Бросок набивного мяча (1 кг) из-за головы с двух рук (м) стоя | 5 м | 5 |
| 4 м | 4 |
| 3,5 м | 3 |
| 3 | Прыжок с места в длину  | 165 | 5 |
| 155 | 4 |
| 145 | 3 |
| 4 | Челночный бег 6 м.\* 5 раз | 10,5 | 5 |
| 11,0 | 4 |
| 11,5 | 3 |
| 5 | Прыжок вверх с места толчком двух ног  | 45 см | 5 |
| 40 см | 4 |
| 35 см | 3 |