Принято: Утверждаю:

на заседании педсовета Директор МБОУ ДО «СШ ЦР»

МБОУ ДО «СШ ЦР»

 протокол № 5 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Е. А. Бородин

 от 16.07.2024 г. «15» августа 2024 г.

 **Приемные тесты**

 **для поступления на обучение**

**по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки**

**на отделение бокса**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №/п | Тестовое задание | Результат | Балл |
| мальчики | девочки |
| 1 | Бег 30 м. | 5,5 | 5,8 | 5 |
| 5,8 | 6,0 | 4 |
| 6,0 | 6,2 | 3 |
| 2 | Прыжок в длину с места | 175 | 160 | 5 |
| 160 | 140 | 4 |
| 140 | 110 | 3 |
| 3 | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа | 20 | 15 | 5 |
| 15 | 10 | 4 |
| 10 | 5 | 3 |
| 4 | Поднос ног к перекладине | 4 | 3 | 5 |
| 3 | 2 | 4 |
| 2 | 1 | 3 |