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 волейбола (девочки)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №/п | Тестовое задание | Результат | Балл |
| 1 | Бег 30 м (сек) | 6,0 | 5 |
| 6,3 | 4 |
| 6,6 | 3 |
| 2 | Бросок набивного мяча (1 кг) из-за головы  с двух рук (м) стоя | 4 м | 5 |
| 3,5 м | 4 |
| 3 м | 3 |
| 3 | Прыжок в длину  с места | 160 | 5 |
| 150 | 4 |
| 140 | 3 |
| 4 | Челночный бег  6 м.\*5 раз | 10,9 | 5 |
| 11,2 | 4 |
| 11,8 | 3 |
| 5 | Прыжок вверх с места точком двух ног | 45 см | 5 |
| 40 см | 4 |
| 35 см | 3 |