**ПРИЕМНЫЕ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Контрольные упражнения** | **Результаты** |
| **Мальчики** | **Девочки** |
| **1.** | Бег 20м с высокого старта (с) | 4,3 | 4,4 |
| **2.** | Прыжок в длину с места (см) | 105 | 100 |
| **3.** | Бег 500 м (с) | Без у/времени | Безу/времени |
| **4.** | Метание мяча в цель с З м из 3 попыток (кол-во попаданий) | 3 | 2 |
| **5.** | Поднимание туловища из положения лежа за 30 сек (раз) | 15-20 | 12-18 |
| **6.** | Сжимание - разжимание рук в упоре лежа от гимнастической скамейки (раз) | 10 | 8 |
| **7.** | Челночные бег З по 10 м (с) | **11,5** | **12,0** |

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ НА СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЕ ОТДЕЛЕНИЕ**