

**Программа вступительных испытаний
на специальность 44.02.03 Педагогика дополнительного образования
в области физкультурно-оздоровительной деятельности**

Тестирование двигательной подготовленности

Тестирование двигательной подготовленности проводится по одному виду спорта школьной программы лёгкой атлетики.

Программа тестирования по лёгкой атлетике включает следующие упражнения:

- Бег 100м (девушки и юноши)
- Бег 500 м (девушки)
- Бег 1000 м (юноши)
- Прыжок в длину с разбега (девушки и юноши)

Результат двигательной подготовленности каждого упражнения по лёгкой атлетике оценивается по 5-ти балльной системе на основании индивидуальных результатов абитуриента.

Девушки			
Оценка	Бег 100 м (сек)	Бег 500 м (мин)	Прыжок в длину с разбега(м)
«5» отлично	15,4-15,9	1.50	3.80
«4» хорошо	16,2-16,4	1.51-1,55	3.60
«3» удовлетворительно	17,3	2.00-2.05	3.40
Юноши			
Оценка	Бег 100 м (сек)	Бег 1000 м (мин)	Прыжок в длину с разбега (м)
«5» отлично	13,3-13,5	3.40-3.45	4.50
«4» хорошо	13,6-13,9	3.50-3.55	4.30-4.40
«3» удовлетворительно	14,1-14,5	4.00-4.10	3.90-4.20