


 Приложение № 6
 УТВЕРЖДЕНИЕ
 приказом МБУДО ДЮСШ
 от 01.08.2023 № 45/3

ТЕСТЫ
 для зачисления на отделение футбола
 по программе «Футбол»

Юноши

Контрольное упражнение	Возраст	
	8-10 лет	баллы
Бег на 30 м со старта (с)	6,8	0
	6,6	1
	6,5	2
Бег на 60 м со старта (с)	12,0	0
	11,8	1
	11,6	2
Челночный бег 3 x 10 м (с)	9,5	0
	9,3	1
	9,1	2
Прыжок в длину с места (см)	130	0
	135	1
	145	2
Тройной прыжок (см)	350	0
	360	1
	370	2
Прыжок вверх с места со взмахом руками (см)	10	0
	12	1
	14	2
Бег на 1000 м	Без учета времени	Зачет

Максимальная сумма – 12 баллов, проходная сумма для зачисления - 6 баллов.