Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования

Детско-юношеская спортивная школа

(МБУДО ДЮСШ)

152170, Ярославская область, Борисоглебский район, п. Борисоглебский, ул. Первомайская, д. 4 «А»

ИНН 7614003398 ОГРН 1027601071134

Приложение №3

к Правилам приема по дополнительным предпрофессиональным программам

# **ТРЕБОВАНИЯ,**

**предъявляемые к физическим (двигательным) способностям  
и к психологическим особенностям поступающих  
в МБУДО ДЮСШ**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Контрольные упражнения | П о к а з а т е л и | | | | | |
| Упражнения на развитие силы | | | | | |
| мальчики | | | девочки | | |
| «5» | «4» | «3» | «5» | «4» | «3» |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 1. Сгибание и разгибание рук в yпope лежа от скамейки | 6 | 4 | 3 | 6 | 4 | 3 |
| 2. Прыжки на скакалке | 10 | 8 | 5 | 10 | 8 | 5 |
| 3.Упражнение на равновесие  (стойка на одной ноге не менее 7 сек.) | Сдано\не сдано | | | Сдано\не сдано | | |
|  |  |  |  |  |  |  |

1. **Требования к физическим способностям поступающих**
2. **Требования к психологические особенностям поступающих**

# Психологическое тестирование в форме собеседования с приемной комиссией.