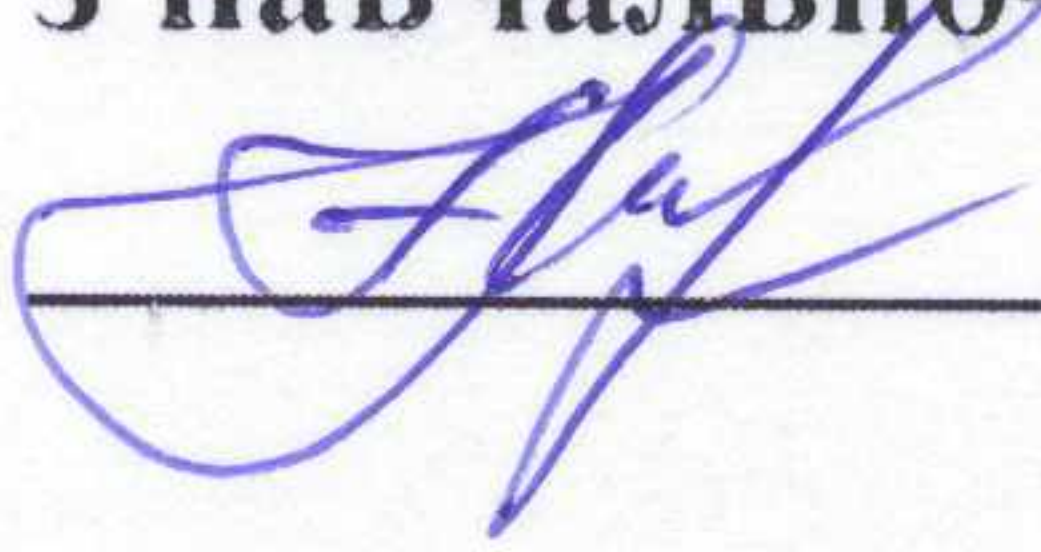


ЗАТВЕРДЖЕНО

Заступник директора

з навчально-методичної роботи

 **Алла ЛИКОВА**

ПРОГРАМА

вступних випробувань

з БОРОТЬБИ ГРЕКО-РИМСЬКОЇ

на 2024-2025 навчальний рік

комунального закладу

«Дніпропетровський фаховий коледж спорту»

Дніпропетровської обласної ради»

БОРОТЬБА ГРЕКО-РИМСЬКА

1. Вступні випробування в 7-11 класи проводяться:
 - 21 червня 2024 року о 11:00 годині;
 - за адресую: вул. Набережна Перемоги, 10 (ПДАФКіС).
2. Відповідальні вчителі зі спорту за вступні випробування **Петрушкін Дмитро Вячеславович, Ставрінов Микола Георгійович.**
3. Виконання нормативів з ЗФП та СФП, згідно робочої програми.

Нормативи з загальної та спеціальної фізичної підготовки додаються.

ВСТУПНІ ВИПРОБУВАННЯ

з загальної та спеціальної фізичної підготовки (юнаки)

Контрольна вправа	Оцінка, бал								
	4	5	6	7	8	9	10	11	12
7 клас									
Біг 30 м(сек.)	5,30	5,25	5,20	5,17	5,15	5,12	5,10	5,05	5,00
Стрибок у довжину з місця (м.)	180	185	190	195	200	205	210	215	220
Підтягування на перекладині (к-сть разів)	10	11	12	13	14	15	16	17	18
8 клас									
Стрибок у довжину з місця (м.)	220	225	230	233	235	237	240	245	250
Кидки партнера (манекена) 20 с, к-сть разів	5			6			7		8
Підтягування на перекладині (к-сть разів)	14	15	16	17	18	19	20	22	24
9-10 клас									
Стрибок у довжину з місця (м.)	230	235	240	243	245	247	250	255	260
Кидки партнера (манекена) 20 с, к-сть разів	6			7			8		9
Підтягування на перекладині (к-сть разів)	14	15	16	17	18	19	20	22	24
11 клас									
Біг 100 м(сек.)	13,40	13,20	13,10	13,00	12,80	12,60	12,40	12,30	12,20
Підтягування на перекладині (к-сть разів)	22	23	24	25	26	28	30	35	40
Взяття штанги на груді за ваговою категорією:									
До 70 кг.	80	81	82	84	86	88	89	90	95
До 90 кг.	80	82	84	85	90	95	100	105	110
Більше 90 кг.	110	112	114	115	116	118	119	120	125