



Поволжский  
государственный университет  
физической культуры,  
спорта и туризма

# КОНСУЛЬТАЦИЯ

## ОФП

(общая физическая подготовка)



Поволжский  
государственный университет  
физической культуры,  
спорта и туризма





Поволжский  
государственный университет  
физической культуры,  
спорта и туризма





Поволжский  
государственный университет  
физической культуры,  
спорта и туризма

# Центр бадминтона



# ОФП

## (ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА)

---



Поволжский  
государственный университет  
физической культуры,  
спорта и туризма



ДОКУМЕНТ, УДОСТОВЕРЯЮЩИЙ  
ЛИЧНОСТЬ, ГРАЖДАНСТВО  
(ПАСПОРТ)



РАСПИСКА С ЭКЗАМЕН. НОМЕРОМ  
(ВЫДАЁТСЯ ПРИЁМНОЙ КОМИССИЕЙ)



МЕДИЦИНСКАЯ  
МАСКА



ИНДИВИДУАЛЬНАЯ  
БУТЫЛКА ДЛЯ ВОДЫ



СПОРТИВНАЯ ОБУВЬ  
(КРОССОВКИ, КЕДЫ)



СПОРТИВНЫЕ ШОРТЫ ДО КОЛЕН  
(КОЛЕНИ ДОЛЖНЫ БЫТЬ ВИДНЫ)



БЕЛАЯ ФУТБОЛКА С НАНЕСЕНИЕМ  
ЭКЗАМЕНАЦИОННОГО НОМЕРА,  
ПРИСВОЕННОГО ПРИЕМНОЙ КОМИССИЕЙ  
НА СПИНЕ И НА ГРУДИ  
(УКАЗАНА В РАСПИСКЕ ИЛИ В ПИСЬМЕ,  
ОТПРАВЛЕННОЙ НА ЭЛЕКТРОННУЮ ПОЧТУ  
АБИТУРИЕНТА)

ПЕЧАТЬ ИЛИ НАНЕСЕНИЕ  
ПЕРМАНЕНТНЫМ МАРКЕРОМ!!!



Поволжский  
государственный университет  
физической культуры,  
спорта и туризма

# СПОРТИВНАЯ ФОРМА

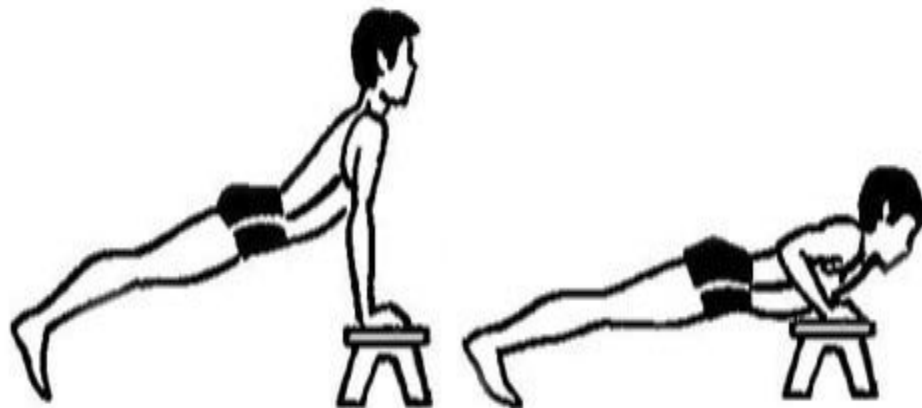




Поволжский  
государственный университет  
физической культуры,  
спорта и туризма

# I ЭТАП – ДЕВУШКИ

сгибание/разгибание рук из упора лежа от  
гимнастической скамейки (отжимание)





Поволжский  
государственный университет  
физической культуры,  
спорта и туризма

# I ЭТАП – ЮНОШИ

сгибание/разгибание рук из упора лежа от  
гимнастической скамейки (отжимание)

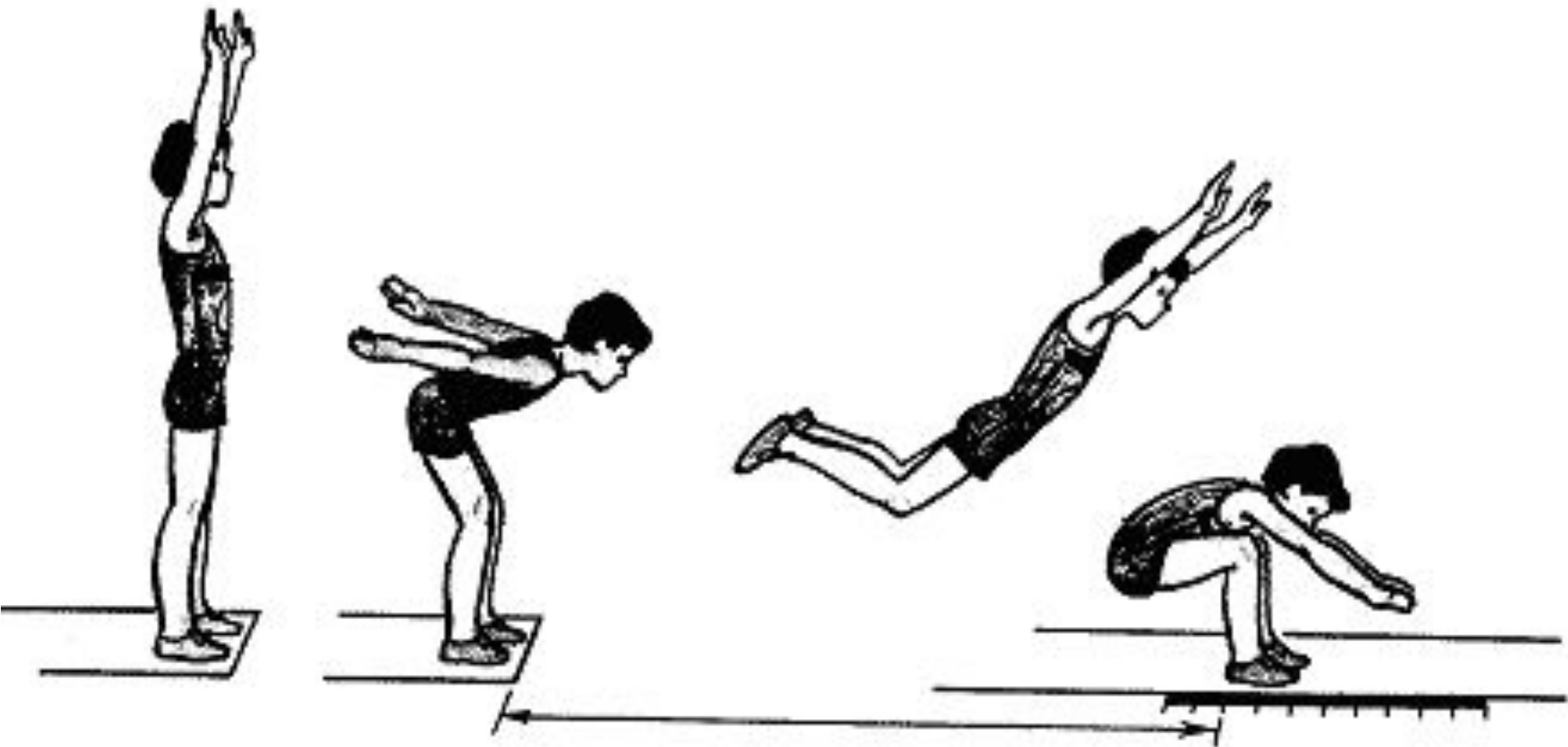






# II ЭТАП

## прыжок в длину с места





Поволжский  
государственный университет  
физической культуры,  
спорта и туризма

# III ЭТАП

бег 100 метров





# IV ЭТАП

наклон вперед из положения стоя





Поволжский  
государственный университет  
физической культуры,  
спорта и туризма

V

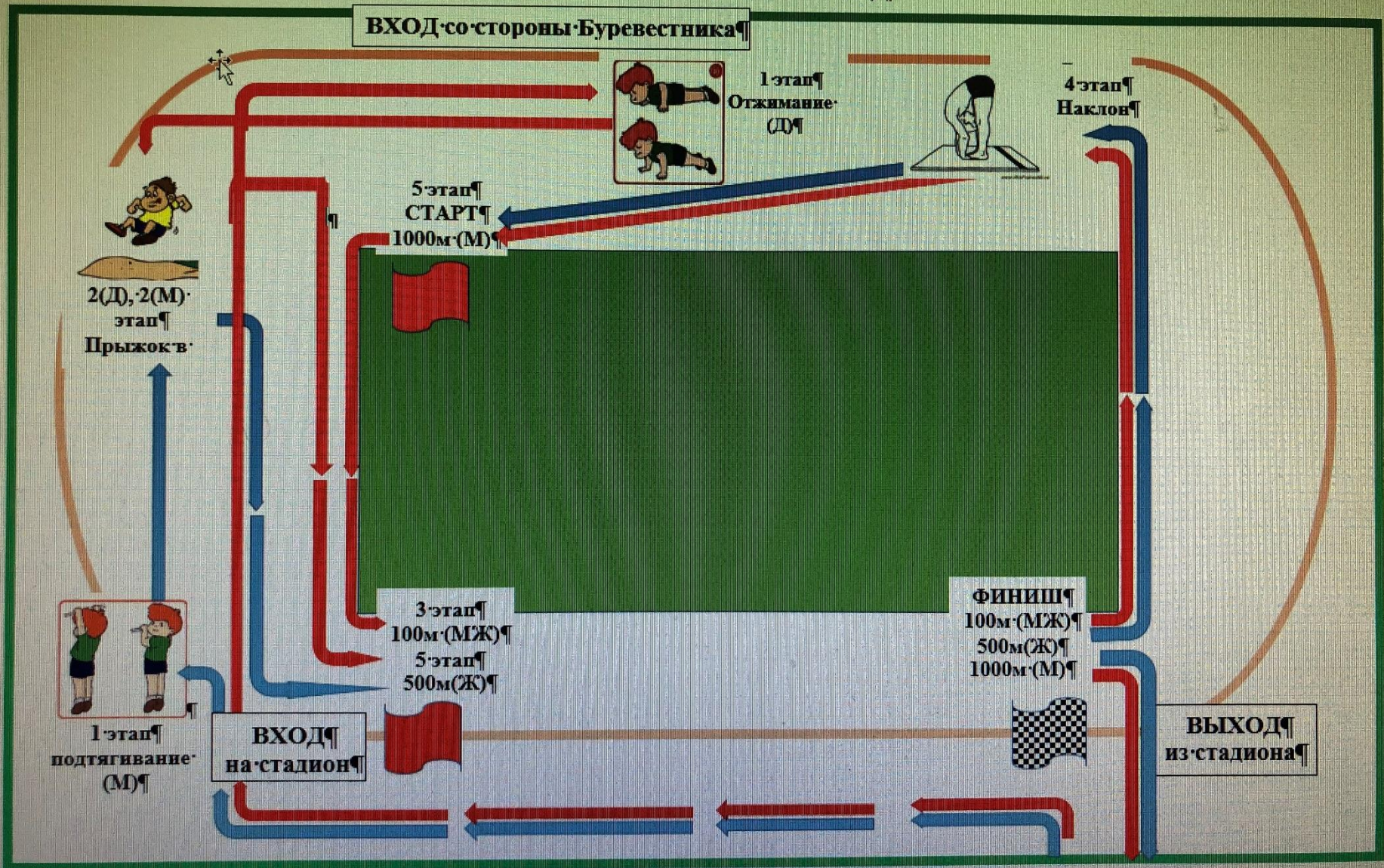
бег 500 метров (девушки) и 1000 метров (юноши)

СТАТ



Поволжская  
государственная академия  
физической культуры,  
спорта и туризма

**Схема**  
**последовательности выполнения тестовых заданий в рамках вступительных испытаний по физической культуре**  
**(23,24,26 июля, 14 августа 2021 года)**



Вход и выход на стадион со стороны Академии тенниса



## **ВРЕМЯ ВСТУПИТЕЛЬНЫХ ИСПЫТАНИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ (ОФП) 24.07.21г.**

А,Б – 9.<sup>00</sup>  
В,Г – 9.<sup>30</sup>  
Д,Е,Ж,З,И – 10.<sup>10</sup>  
К – 10.<sup>50</sup>  
Л,М,Н – 11.<sup>30</sup>  
О,П,Р – 12.<sup>30</sup>  
С,Т – 13.<sup>10</sup>  
У,Ф,Х,Ц,Ч – 13.<sup>40</sup>  
Ш,Щ,Ю,Я – 14.<sup>20</sup>