



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

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

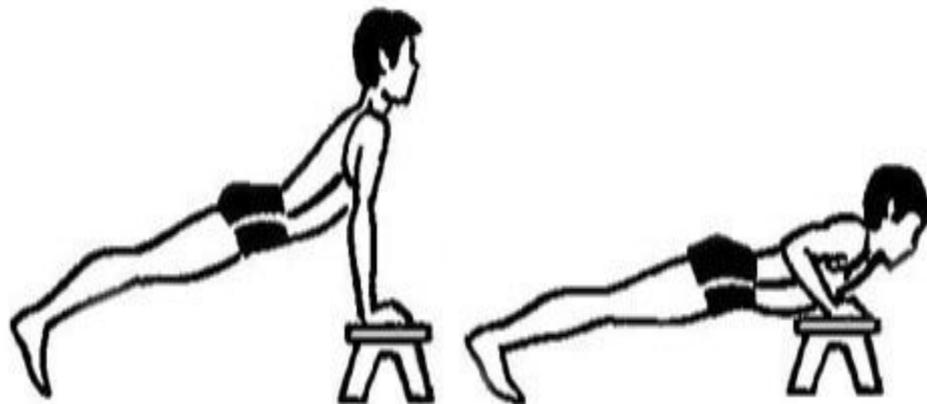




Поволжский
государственный университет
физической культуры,
спорта и туризма

I ЭТАП – ДЕВУШКИ

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





Поволжский
государственный университет
физической культуры,
спорта и туризма

I ЭТАП – ЮНОШИ

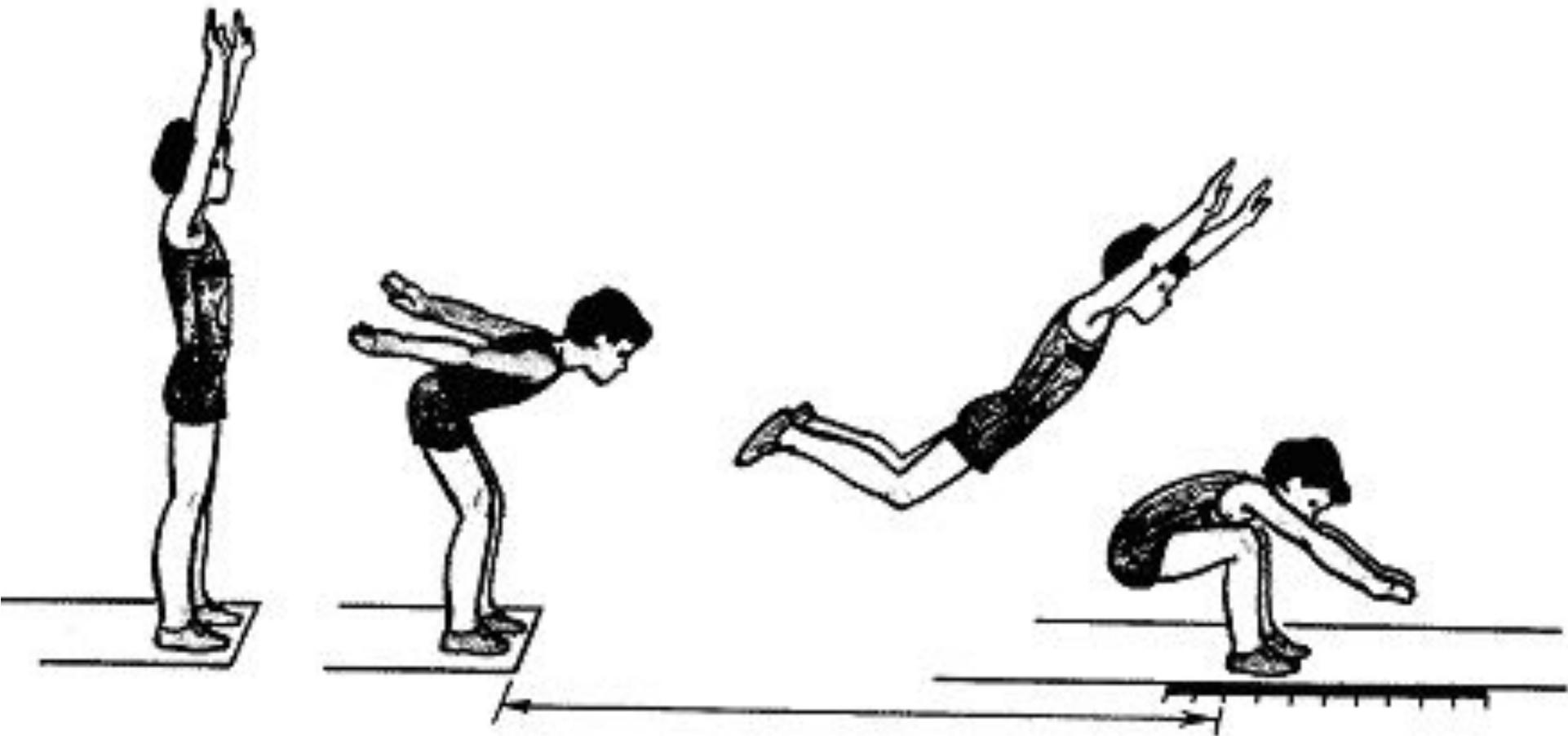
сгибание/разгибание рук из упора лежа от
гимнастической скамейки (отжимание)





II ЭТАП

прыжок в длину с места





Поволжский
государственный университет
физической культуры,
спорта и туризма

III ЭТАП

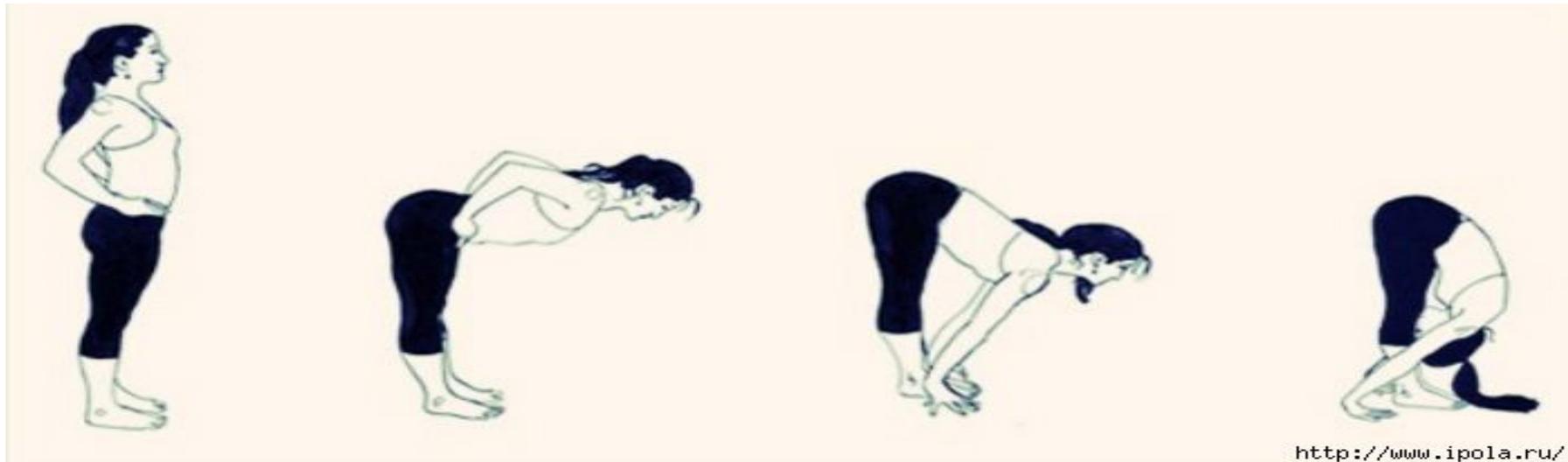
бег 100 метров





IV ЭТАП

наклон вперед из положения стоя





Поволжский
государственный университет
физической культуры,
спорта и туризма

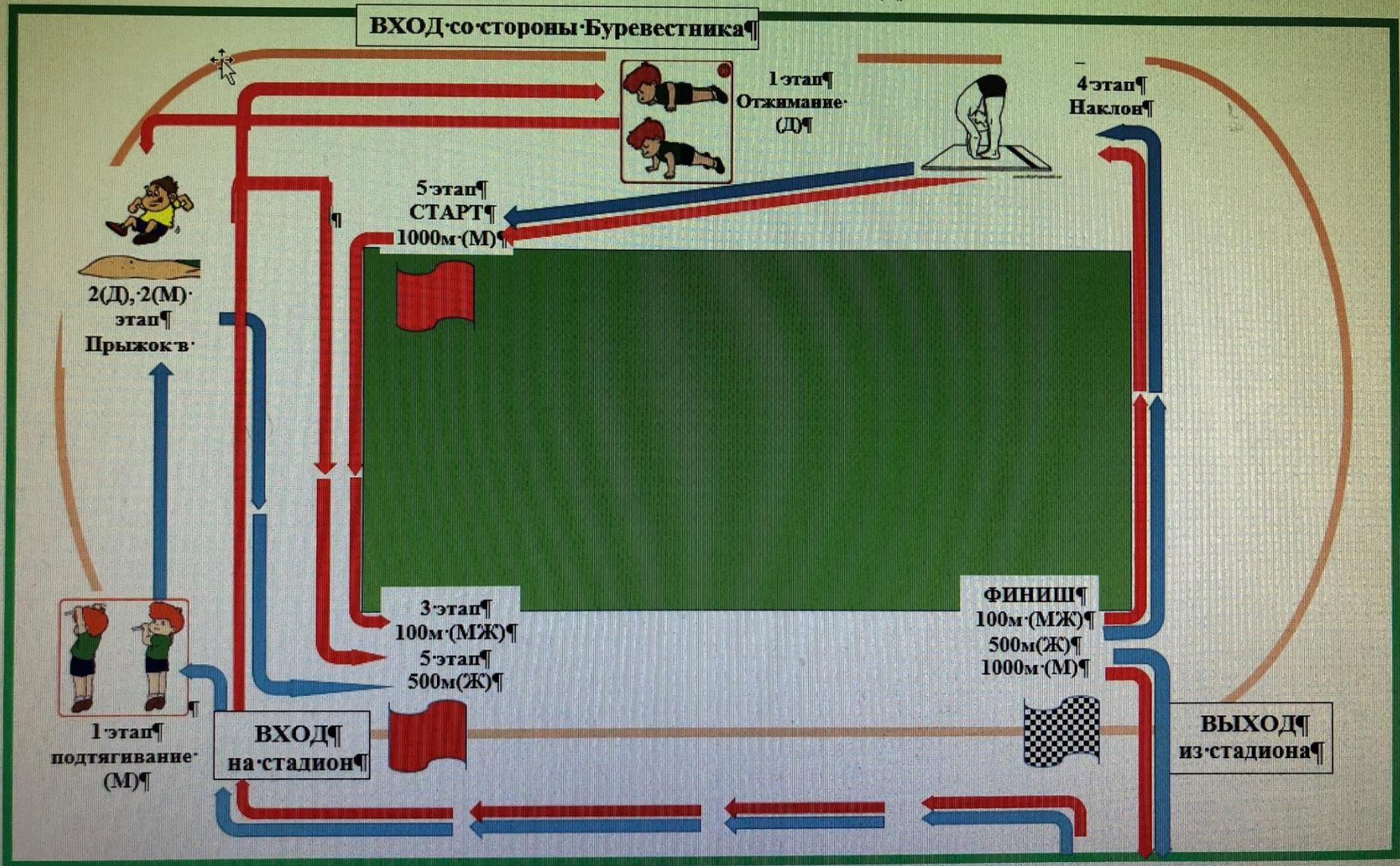
V

бег 500 метров (девушки) **ЭТАП** 1000 метров (юноши)



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 – 9.⁰⁰
В,Г – 9.³⁰
Д,Е,Ж,З,И – 10.¹⁰
К – 10.⁵⁰
Л,М,Н – 11.³⁰
О,П,Р – 12.³⁰
С,Т – 13.¹⁰
У,Ф,Х,Ц,Ч – 13.⁴⁰
Ш,Щ,Ю,Я – 14.²⁰