

**ВТОРИ МОДУЛ**  
**ТЕСТОВЕ ЗА ПРОВЕРКА НА ДВИГАТЕЛНИТЕ СПОСОБНОСТИ**  
**МОМЧЕТА**

Продължителност – 1 астрономически час

След изпълнението на всеки тест – почивка – 10 минути

Максимален брой точки – 20

Двигателните (кондиционните) способности се оценяват по нормативите, поместени в Указание по физкултура (спорт) на МОН за учебната 1995/1996 – Приложение № 1.

**МОМЧЕТА – 13 г.**

тест точки	Бягане 50 м s	Скок дължина от място sm	Хвърляне плътна топка 3 кг sm	Бягане 600 м s
0	над 9.0	до 157	до 390	над 166
1	8.5 - 9.0	158 - 169	391 - 450	156 - 166
2	8.2 - 8.4	170 - 177	451 - 490	150 - 155
3	8.0 - 8.1	178 - 185	491 - 530	143 - 149
4	7.6 - 7.9	186 - 197	531 - 590	134 - 142
5	под 7.6	над 197	над 590	под 134

**МОМЧЕТА – 14 г.**

тест точки	Бягане 50 м s	Скок дължина от място sm	Хвърляне плътна топка 3 кг sm	Бягане 600 м s
0	над 8.6	до 170	до 470	над 162
1	8.2 - 8.6	171 - 183	471 - 542	152 - 161
2	7.9- 8.1	184 - 192	543 - 590	146 - 151
3	7.6 - 8.0	193 - 201	591 - 638	139 - 150
4	7.2 - 7.5	202 - 214	639 - 710	130 - 138
5	под 7.2	над 214	над 710	под 130

**ВТОРИ МОДУЛ**  
**ТЕСТОВЕ ЗА ПРОВЕРКА НА ДВИГАТЕЛНИТЕ СПОСОБНОСТИ**  
**МОМИЧЕТА**

Продължителност – 1 астрономически час

След изпълнението на всеки тест – почивка – 10 минути

Максимален брой точки – 20

Двигателните (кондиционните) способности се оценяват по нормативите, поместени в Указание по физкултура (спорт) на МОН за учебната 1995/1996 – Приложение № 1.

**МОМИЧЕТА – 13 г.**

тест точки	Бягане 50 м s	Скок дължина от място sm	Изправяне от лег	Бягане 300 м s
0	над 9.4	до 147	до 42	над 80
1	9.0 - 9.4	148 - 158	43 - 49	76 - 80
2	8.7 - 8.9	159 - 165	50 - 54	73 - 75
3	8.5 - 8.6	166 - 172	55 - 60	70 - 72
4	8.2 - 8.4	173 - 183	61 - 70	66 - 69
5	под 8.2	над 183	над 70	под 66

**МОМИЧЕТА – 14 г.**

тест точки	Бягане 50 м s	Скок дължина от място sm	Изправяне от лег	Бягане 300 м s
0	над 9.2	до 153	до 44	над 82
1	8.8 - 9.2	154 - 164	44 - 55	77 - 82
2	8.6 - 9.1	165 - 171	56 - 60	74 - 76
3	8.4 - 8.5	172 - 178	61 - 67	70 - 73
4	8.0 - 8.3	179 - 189	68 - 76	66 - 69
5	под 8.0	над 182	над 76	под 66