

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Зекрин Фанави Хайбрахманович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 06.11.2023 14:36:19  
Уникальный програвидный идентификатор:  
8d1b39193cdad8918b8873b6591d9ef237c1a2d2

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЧАЙКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»  
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)**

Кафедра Социально-гуманитарных, педагогических и естественных наук

**Методические материалы по выполнению контрольной работы по  
дисциплине  
«Спортивная метрология»**

Для обучающихся заочной формы по направлениям подготовки  
49.03.01 Физическая культура,  
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(АФК),  
49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм,  
49.03.04 Спорт

Разработчик:  
Трегубова С.Н.,  
к.п.н., доцент

Рассмотрено на  
заседании кафедры  
СГПиЕН  
Протокол от «03» мая  
2022 г. № 27

## **ВВЕДЕНИЕ**

Уменьшение удельного веса аудиторных занятий в современных условиях образования актуализирует самообразовательную деятельность студентов в форме индивидуального усвоения личностно значимых знаний и выработки умений и навыков самосовершенствования. В этой связи, огромным потенциалом обладают различные формы самостоятельной работы. Одной из форм организации такой работы является контрольная работа.

Контрольная работа выполняется в соответствии с рабочим учебным планом по направлениям подготовки 49.03.01 Физическая культура, 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК), 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм, 49.03.04 Спорт и способствует развитию необходимых навыков практического использования методов, изучаемых на лекционных занятиях.

## **1. Общие положения**

Контрольная работа является формой текущего контроля (оценки) знаний. Данный вид контроля позволяет объективно оценить уровень подготовленности и самостоятельности студента по ключевым темам изучаемого курса «Спортивная метрология».

Выполнение работы предполагает самостоятельную работу студента по выбранной теме на основе изучения научной и учебно-методической литературы.

*Цель* выполнения контрольной работы - формирование прочных знаний, навыков и умений студентов по предлагаемому курсу на основе следующих компонентов образовательного процесса:

1. Понимание теоретического материала изучаемого курса.
2. Формирование навыков:
  - самостоятельной работы с различными видами информационных ресурсов и информационных технологий;
  - самостоятельной работы с программами MS Excel и StutPlus для обработки числовых данных;
  - обобщения, формулирования выводов и оформления их в различной форме (текст, таблицы, графики, схемы).

## **2. Структура и оформление контрольной работы**

Контрольная работа должна быть выполнена в соответствии с вариантом (Приложение А) и содержать 4 темы, в каждой из которых обучающиеся должны провести обработку данных в соответствии с задачами, указанными ниже.

### **1. Первичный статистический анализ:**

1.1) определить, какое качество (вид подготовленности) раскрывают данные тесты;

1.2) сформулировать педагогическую задачу, для решения которой целесообразно использовать первичный статистический анализ;

1.3) провести первичную статистическую обработку измерений, рассчитав основные статистические характеристики:

- среднее арифметическое значение ( $\bar{x}$ ),
- дисперсию ( $S^2$ ),
- среднее квадратическое отклонение ( $S$ ),
- коэффициент вариации ( $V$ ),
- уровень надежности (для  $\alpha=0,05$ );

1.4) сделать выводы на основе полученных статистических характеристик;

1.5) представить выборку в виде интервального ряда (колонка 3):

– показать частотное распределение графически в виде гистограммы и полигона распределения;

- сделать выводы на основе построения интервального ряда.

## **2. Статистические сравнения (колонки 2 и 3):**

2.1) сформулировать педагогическую задачу, для решения которой целесообразно использовать статистические сравнения;

2.3) выбрать критерий значимости для решения задач сравнения, при условии, что сравниваемые выборки взаимосвязаны (для четных вариантов) или сравниваемые выборки независимы (для нечетных вариантов);

2.4) сравнить статистические характеристики с использованием выбранных критериев, при сравнении выбрать уровень вероятности  $P = 95 \%$ ;

2.5) сделать выводы о сравнении подготовленности изучаемых коллективов.

## **3. Основы теории тестов:**

1) сформулировать понятие «спортивный тест», перечислить и разъяснить требования, предъявляемые к тестам;

2) определить надежность теста по коэффициенту корреляции (колонки 4 и 5);

3) определить информативность теста по коэффициенту корреляции (в качестве критерия взять колонку 3, в качестве теста – колонку 4);

4) сделать выводы по применению данного теста в практической работе.

#### **4. Основы теории оценок:**

1) дать понятие «оценка», указать значение оценок в практике физического воспитания;

2) провести оценивание ряда измерений (колонка 3):

- построить Т - шкалу графически;
- начислить баллы, используя разработанный график;
- разработать сопоставительные нормы;
- построить гистограмму на основе проведенных расчетов.

3) сделать выводы по оценке подготовленности данного коллектива.

При оформлении контрольной работы необходимо следовать требованиям, предъявляемым к данному виду работы.

#### ***Необходимые требования для оформления контрольной работы:***

- наличие титульного листа (приложение Б);
- основной текст.

#### ***Титульный лист.***

Титульный лист содержит следующие реквизиты: наименование вуза, кафедры, название дисциплины, номер варианта, номер группы, фамилия, имя и отчество исполнителя, фамилия, имя и отчество проверяющего.

Номер варианта контрольной работы на титульном листе должен соответствовать последней цифре номера зачетной книжки.

#### ***Основной текст контрольной работы***

Структура основного текста контрольной работы представляет собой полный ответ по четырем темам на поставленные вопросы, указанные выше. Ответ заканчивается выводами.

*К оформлению контрольной работы предъявляются следующие требования.*

1. Текст представляется в печатном варианте, без стилистических и грамматических ошибок.

2. Текст должен иметь книжную ориентацию, набираться через 1,5 интервала на листах формата А4 (210 x 297 мм). Для набора текста в текстовом редакторе Microsoft Word рекомендуется использовать шрифты: Times New Roman, размер шрифта – 14 пт. При использовании других текстовых редакторов шрифт выбирается самостоятельно, исходя из требований – 60 строк на лист (через 2 интервала).

3. Поля страницы: левое – 3 см., правое – 1,5 см., нижнее – 2 см., верхнее – 2 см. Абзац (красная строка) должен равняться четырем знакам (1,25 см).

4. Выравнивание текста на листах должно производиться по ширине строк.

5. Каждая структурная часть контрольной работы (разделы основной части и т. д.) начинается с новой страницы.

6. Заголовки разделов, библиографический список набираются прописным полужирным шрифтом.

7. Не допускаются подчеркивание заголовка и переносы в словах заголовков.

8. После заголовка, располагаемого посередине строки, точка не ставится.

9. Расстояние между заголовком и следующим за ней текстом составляет 2 интервала.

10. Иллюстрации, рисунки, графики, которые приводятся по тексту работы, должны иметь нумерацию.

11. Все страницы контрольной работы, кроме титульного листа, нумеруются арабскими цифрами. Номер проставляется внизу в центре страницы.

12. Титульный лист контрольной работы включается в общую нумерацию, но номер страницы на нем не проставляется.

13. Объем контрольной работы в среднем - 15-20 страниц (или 25-40 тыс. печатных знаков) формата А4, набранных на компьютере на одной (лицевой) стороне.

### **3. Правила выбора варианта контрольной работы**

Студенты выбирают вариант контрольной работы в соответствии с последней цифрой номера зачетной книжки (предлагается 10 вариантов). Изменения допускаются только по согласованию с преподавателем, ведущим данный курс по предложенному списку. Контрольная работа, выполненная не по своему варианту, к проверке и защите *не допускается*.

### **4. Критерии оценки контрольной работы**

Подготовленная и оформленная в соответствии с требованиями контрольная работа оценивается преподавателем по следующим критериям:

- правильность выполненных расчетов и соответствие выводов полученным числовым характеристикам;
- использование программ MS Excel и StutPlus;
- культура оформления материалов работы (соответствие работы всем стандартным требованиям).

Объективность оценки работы преподавателем заключается в определении ее положительных и отрицательных сторон, по совокупности которых он окончательно оценивает представленную работу.

При положительном заключении работа допускается к защите, при отрицательном заключении работа возвращается на доработку с

последующим представлением на повторную проверку с приложением замечаний, сделанных преподавателем.

Студент, не подготовивший контрольную работу, считается не выполнившим учебный план и не может быть допущен к зачету.

## **5. Литература и информационные ресурсы, рекомендуемые для использования при выполнении контрольной работы**

1. Коренберг, В. Б. Спортивная метрология: учебник для ВУЗов. – Москва : Физическая культура, 2008. – 386 с. – 25 экз.
2. Начинская, С. В. Спортивная метрология: учебное пособие для вузов. – Москва : Академия, 2005. – 240 с. – 18 экз.
3. Трифонова, Н. Н. Спортивная метрология : учебное пособие / Н. Н. Трифонова, И. В. Еркомайшвили ; под редакцией Г. И. Семенова. — Екатеринбург : Уральский федеральный университет, ЭБС АСВ, 2016. – 112 с. – электронный ресурс – URL: <https://www.iprbookshop.ru/66597.html>.
4. Кошкарев, Л. Т. Спортивная метрология (основы статистики, измерений, комплексного контроля в тренировочном процессе спортсменов) : учебное пособие / Л. Т. Кошкарев. — Великие Луки : ВЛГАФК, 2014. — 223 с. – электронный ресурс – URL: <https://e.lanbook.com/book/151106>.



**Варианты контрольной работы**

**ВАРИАНТ 1**

**Протокол тестирования юношей**

| 1        | 2               | 3               | 4                              | 5                              |
|----------|-----------------|-----------------|--------------------------------|--------------------------------|
| №<br>п/п | бег 100 м (сек) | бег 100 м (сек) | прыжок в длину с<br>места (см) | прыжок в длину<br>с места (см) |
|          | 2020 г.         | 2021 г.         | 2021 г. 1 замер                | 2021 г. 2 замер                |
| 1        | 14,6            | 14,2            | 200                            | 205                            |
| 2        | 14,4            | 14              | 212                            | 210                            |
| 3        | 14,5            | 13,8            | 221                            | 220                            |
| 4        | 14,2            | 13,9            | 218                            | 215                            |
| 5        | 14,8            | 14,3            | 195                            | 200                            |
| 6        | 14,7            | 14              | 206                            | 210                            |
| 7        | 14              | 13,6            | 222                            | 220                            |
| 8        | 15              | 14,3            | 198                            | 204                            |
| 9        | 15,2            | 14,5            | 199                            | 195                            |
| 10       | 14,4            | 13,9            | 214                            | 218                            |
| 11       | 14,2            | 13,7            | 216                            | 215                            |
| 12       | 14,8            | 14,1            | 203                            | 208                            |
| 13       | 14,5            | 14              | 207                            | 202                            |
| 14       | 14,2            | 13,8            | 213                            | 215                            |
| 15       | 14              | 13,5            | 223                            | 225                            |
| 16       | 14,7            | 14,2            | 201                            | 203                            |
| 17       | 14,5            | 13,9            | 207                            | 206                            |
| 18       | 14,2            | 13,6            | 223                            | 225                            |
| 19       | 15              | 14,3            | 190                            | 195                            |
| 20       | 14,2            | 13,7            | 214                            | 218                            |

**ВАРИАНТ 2****Протокол тестирования юношей**

| 1        | 2                  | 3                  | 4                        | 5                        |
|----------|--------------------|--------------------|--------------------------|--------------------------|
| №<br>п/п | бег 100 м<br>(сек) | бег 100 м<br>(сек) | 5 -кратный<br>прыжок (м) | 5 -кратный<br>прыжок (м) |
|          | 2020 г.            | 2021 г.            | 2021 г. 1 замер          | 2021 г. 2 замер          |
| 1        | 15,3               | 14,8               | 13,3                     | 13                       |
| 2        | 15,4               | 14,8               | 12,7                     | 13                       |
| 3        | 14                 | 13,2               | 13,5                     | 13,7                     |
| 4        | 14,9               | 14,2               | 12,8                     | 13                       |
| 5        | 14,1               | 13,5               | 13                       | 12,7                     |
| 6        | 14,2               | 13,7               | 13,3                     | 13,8                     |
| 7        | 13,6               | 13,1               | 11,7                     | 12,1                     |
| 8        | 14,7               | 14,2               | 12,2                     | 12,6                     |
| 9        | 14,5               | 14,2               | 13,5                     | 13,8                     |
| 10       | 13,7               | 14                 | 12,6                     | 13                       |
| 11       | 14,9               | 14,5               | 12,9                     | 13,1                     |
| 12       | 15,5               | 15                 | 12                       | 12,1                     |
| 13       | 14,8               | 14,3               | 12,8                     | 12,6                     |
| 14       | 15,4               | 15                 | 11,8                     | 12                       |
| 15       | 14,5               | 13,8               | 12,5                     | 12,8                     |
| 16       | 14,8               | 14,4               | 13,3                     | 13,1                     |
| 17       | 14,4               | 13,6               | 11,7                     | 11,3                     |
| 18       | 14,7               | 14,3               | 12,2                     | 11,9                     |
| 19       | 14,7               | 14,2               | 11,9                     | 12                       |
| 20       | 15,2               | 14,8               | 12                       | 11,8                     |

**ВАРИАНТ 3**  
**Протокол тестирования юношей**

| 1        | 2               | 3               | 4                             | 5                             |
|----------|-----------------|-----------------|-------------------------------|-------------------------------|
| №<br>п/п | бег 100 м (сек) | бег 100 м (сек) | челночный бег<br>3*10 м (сек) | челночный бег<br>3*10 м (сек) |
|          | 2020 г.         | 2021 г.         | 2021 г. 1 замер               | 2021 г. 2 замер               |
| 1        | 15,3            | 14,8            | 7,4                           | 7,5                           |
| 2        | 15,4            | 14,8            | 7,4                           | 7,4                           |
| 3        | 14              | 13,2            | 7,2                           | 7,2                           |
| 4        | 14,9            | 14,2            | 7,5                           | 7,4                           |
| 5        | 14,1            | 13,5            | 7,3                           | 7,2                           |
| 6        | 14,2            | 13,7            | 7,2                           | 7,3                           |
| 7        | 13,6            | 13,1            | 7,2                           | 7,2                           |
| 8        | 14,7            | 14,2            | 7,4                           | 7,3                           |
| 9        | 14,5            | 14,2            | 7,3                           | 7,4                           |
| 10       | 13,7            | 14              | 7,3                           | 7,3                           |
| 11       | 14,9            | 14,5            | 7,8                           | 7,7                           |
| 12       | 15,5            | 15              | 7,8                           | 7,8                           |
| 13       | 14,8            | 14,3            | 7,4                           | 7,5                           |
| 14       | 15,4            | 15              | 7,6                           | 7,5                           |
| 15       | 14,5            | 13,8            | 7,6                           | 7,6                           |
| 16       | 14,8            | 14,4            | 7,6                           | 7,5                           |
| 17       | 14,4            | 13,6            | 7,2                           | 7,2                           |
| 18       | 14,7            | 14,3            | 7,6                           | 7,5                           |
| 19       | 14,7            | 14,2            | 7,3                           | 7,4                           |
| 20       | 15,2            | 14,8            | 7,5                           | 7,4                           |

**ВАРИАНТ 4****Протокол тестирования юношей**

| 1        | 2                  | 3               | 4                              | 5                              |
|----------|--------------------|-----------------|--------------------------------|--------------------------------|
| №<br>п/п | бег 100 м<br>(сек) | бег 100 м (сек) | прыжок в длину с<br>места (см) | прыжок в длину<br>с места (см) |
|          | 2020 г.            | 2021 г.         | 2021 г. 1 замер                | 2021 г. 2 замер                |
| 1        | 15,3               | 14,8            | 230                            | 225                            |
| 2        | 15,4               | 14,8            | 220                            | 220                            |
| 3        | 14                 | 13,2            | 235                            | 240                            |
| 4        | 14,9               | 14,2            | 250                            | 250                            |
| 5        | 14,1               | 13,5            | 255                            | 250                            |
| 6        | 14,2               | 13,7            | 235                            | 240                            |
| 7        | 13,6               | 13,1            | 260                            | 255                            |
| 8        | 14,7               | 14,2            | 225                            | 225                            |
| 9        | 14,5               | 14              | 235                            | 230                            |
| 10       | 13,7               | 13,2            | 235                            | 235                            |
| 11       | 14,9               | 14,5            | 225                            | 230                            |
| 12       | 15,5               | 15              | 210                            | 215                            |
| 13       | 14,8               | 14,3            | 225                            | 220                            |
| 14       | 15,4               | 15              | 225                            | 220                            |
| 15       | 14,5               | 13,8            | 245                            | 245                            |
| 16       | 14,8               | 14,4            | 220                            | 225                            |
| 17       | 14,4               | 13,6            | 245                            | 240                            |
| 18       | 14,7               | 14,3            | 220                            | 220                            |
| 19       | 14,7               | 14,2            | 220                            | 225                            |
| 20       | 15,2               | 14,8            | 215                            | 220                            |

**ВАРИАНТ 5****Протокол тестирования юношей**

| 1        | 2                         | 3                         | 4                      | 5                      |
|----------|---------------------------|---------------------------|------------------------|------------------------|
| №<br>п/п | подтягивание<br>(кол/раз) | подтягивание<br>(кол/раз) | метание гранаты<br>(м) | метание гранаты<br>(м) |
|          | 2020 г.                   | 2021 г.                   | 2021 г. 1 замер        | 2021 г. 2 замер        |
| 1        | 10                        | 12                        | 24                     | 23                     |
| 2        | 9                         | 12                        | 26                     | 26                     |
| 3        | 6                         | 8                         | 24                     | 26                     |
| 4        | 7                         | 8                         | 23                     | 24                     |
| 5        | 14                        | 17                        | 35                     | 33                     |
| 6        | 9                         | 12                        | 23                     | 23                     |
| 7        | 11                        | 14                        | 31                     | 30                     |
| 8        | 8                         | 10                        | 25                     | 26                     |
| 9        | 9                         | 12                        | 27                     | 25                     |
| 10       | 10                        | 12                        | 27                     | 26                     |
| 11       | 11                        | 13                        | 27                     | 27                     |
| 12       | 13                        | 15                        | 33                     | 32                     |
| 13       | 13                        | 14                        | 28                     | 29                     |
| 14       | 14                        | 16                        | 36                     | 35                     |
| 15       | 9                         | 11                        | 28                     | 27                     |
| 16       | 6                         | 8                         | 24                     | 25                     |
| 17       | 9                         | 11                        | 27                     | 26                     |
| 18       | 9                         | 10                        | 25                     | 24                     |
| 19       | 8                         | 10                        | 23                     | 24                     |
| 20       | 10                        | 12                        | 26                     | 25                     |

## ВАРИАНТ 6

### Протокол тестирования юношей

| 1        | 2                         | 3                         | 4                | 5                |
|----------|---------------------------|---------------------------|------------------|------------------|
| №<br>п/п | подтягивание<br>(кол/раз) | подтягивание<br>(кол/раз) | метание мяча (м) | метание мяча (м) |
|          | 2020 г.                   | 2021 г.                   | 2021 г. 1 замер  | 2021 г. 2 замер  |
| 1        | 6                         | 7                         | 41               | 40               |
| 2        | 7                         | 9                         | 50               | 48               |
| 3        | 5                         | 6                         | 37               | 39               |
| 4        | 4                         | 6                         | 34               | 33               |
| 5        | 9                         | 11                        | 47               | 46               |
| 6        | 6                         | 7                         | 46               | 45               |
| 7        | 5                         | 6                         | 37               | 36               |
| 8        | 7                         | 8                         | 45               | 45               |
| 9        | 4                         | 6                         | 40               | 41               |
| 10       | 4                         | 5                         | 30               | 32               |
| 11       | 8                         | 9                         | 37               | 36               |
| 12       | 6                         | 8                         | 47               | 45               |
| 13       | 11                        | 13                        | 47               | 46               |
| 14       | 6                         | 7                         | 39               | 38               |
| 15       | 9                         | 11                        | 41               | 42               |
| 16       | 5                         | 6                         | 36               | 38               |
| 17       | 4                         | 6                         | 38               | 40               |
| 18       | 4                         | 6                         | 40               | 38               |
| 19       | 6                         | 8                         | 44               | 42               |
| 20       | 5                         | 6                         | 38               | 36               |

## ВАРИАНТ 7

### Протокол тестирования юношей

| 1        | 2                        | 3                        | 4                        | 5                        |
|----------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| №<br>п/п | бег 3000 м<br>(мин/сек)* | бег 3000 м<br>(мин/сек)* | бег 1000 м<br>(мин/сек)* | бег 1000 м<br>(мин/сек)* |
|          | 2020 г.                  | 2021 г.                  | 2021 г. 1 замер          | 2021 г. 2 замер          |
| 1        | 12,32                    | 11,05                    | 3,25                     | 3,31                     |
| 2        | 13,43                    | 12,15                    | 3,27                     | 3,34                     |
| 3        | 12,35                    | 11,14                    | 3,17                     | 3,25                     |
| 4        | 13,02                    | 11,25                    | 3,23                     | 3,18                     |
| 5        | 13,07                    | 11,17                    | 3,25                     | 3,21                     |
| 6        | 14,05                    | 13,05                    | 3,43                     | 3,37                     |
| 7        | 15,56                    | 15,03                    | 4,35                     | 4,32                     |
| 8        | 15,45                    | 14,41                    | 3,33                     | 3,25                     |
| 9        | 16,07                    | 15,32                    | 4,28                     | 4,26                     |
| 10       | 15,08                    | 14,26                    | 3,35                     | 3,23                     |
| 11       | 16,54                    | 16,07                    | 3,35                     | 3,24                     |
| 12       | 16,45                    | 15,54                    | 4,51                     | 4,25                     |
| 13       | 15,47                    | 14,45                    | 3,35                     | 3,36                     |
| 14       | 15,23                    | 14,23                    | 3,14                     | 3,28                     |
| 15       | 16,05                    | 15,07                    | 4,04                     | 3,52                     |
| 16       | 17,45                    | 16,43                    | 5,47                     | 5,23                     |
| 17       | 14,56                    | 14,31                    | 3,54                     | 3,43                     |
| 18       | 16,54                    | 16,17                    | 4,33                     | 4,25                     |
| 19       | 16,25                    | 15,43                    | 4,15                     | 4,02                     |
| 20       | 14,07                    | 13,35                    | 3,33                     | 3,14                     |

\*Результаты теста перевести в секунды

**ВАРИАНТ 8****Протокол тестирования юношей**

| 1        | 2                        | 3                        | 4                        | 5                        |
|----------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| №<br>п/п | бег 2000 м<br>(мин/сек)* | бег 2000 м<br>(мин/сек)* | бег 1000 м<br>(мин/сек)* | бег 1000 м<br>(мин/сек)* |
|          | 2020 г.                  | 2021 г.                  | 2021 г. 1 замер          | 2021 г. 2 замер          |
| 1        | 7,45                     | 7,15                     | 3,25                     | 3,31                     |
| 2        | 8,25                     | 8,08                     | 3,27                     | 3,34                     |
| 3        | 7,09                     | 6,45                     | 3,17                     | 3,25                     |
| 4        | 7,51                     | 7,23                     | 3,23                     | 3,18                     |
| 5        | 8,01                     | 7,31                     | 3,25                     | 3,21                     |
| 6        | 8,56                     | 8,26                     | 3,43                     | 3,37                     |
| 7        | 9,53                     | 9,35                     | 4,35                     | 4,32                     |
| 8        | 8,45                     | 8,22                     | 3,33                     | 3,25                     |
| 9        | 9,14                     | 8,56                     | 4,28                     | 4,26                     |
| 10       | 8,56                     | 8,18                     | 3,35                     | 3,23                     |
| 11       | 9,02                     | 8,35                     | 3,35                     | 3,24                     |
| 12       | 9,07                     | 8,45                     | 4,51                     | 4,25                     |
| 13       | 8,53                     | 8,25                     | 3,35                     | 3,36                     |
| 14       | 8,24                     | 7,57                     | 3,14                     | 3,28                     |
| 15       | 9,05                     | 8,45                     | 4,04                     | 3,52                     |
| 16       | 9,32                     | 9,04                     | 5,47                     | 5,23                     |
| 17       | 9,48                     | 9,31                     | 3,54                     | 3,43                     |
| 18       | 9,54                     | 9,45                     | 4,33                     | 4,25                     |
| 19       | 9,45                     | 9,25                     | 4,15                     | 4,02                     |
| 20       | 9,32                     | 9,06                     | 3,33                     | 3,14                     |

\*Результаты теста перевести в секунды



**ВАРИАНТ 9**  
**Протокол тестирования девушек**

| 1        | 2   | 3   | 4                | 5                |
|----------|---|---|------------------|------------------|
| №<br>п/п | сгиб.и разгиб.<br>рук в упоре лёжа<br>(кол/раз) | сгиб.и разгиб.<br>рук в упоре лёжа<br>(кол/раз) | метание мяча (м) | метание мяча (м) |
|          | 2020 г.   | 2021 г.   | 2021 г. 1 замер  | 2021 г. 2 замер  |
| 1        | 26  | 31  | 23               | 23               |
| 2        | 28  | 34  | 28               | 26               |
| 3        | 26  | 34  | 24               | 24               |
| 4        | 20  | 23  | 21               | 23               |
| 5        | 19  | 23  | 20               | 19               |
| 6        | 29  | 35  | 25               | 26               |
| 7        | 36  | 42  | 34               | 31               |
| 8        | 34  | 38  | 20               | 24               |
| 9        | 30  | 33  | 21               | 23               |
| 10       | 28  | 31  | 22               | 22               |
| 11       | 37  | 42  | 30               | 28               |
| 12       | 30  | 34  | 25               | 26               |
| 13       | 35  | 40  | 28               | 26               |
| 14       | 33  | 39  | 24               | 26               |
| 15       | 29  | 33  | 25               | 24               |
| 16       | 35  | 40  | 31               | 30               |
| 17       | 26  | 31  | 30               | 29               |
| 18       | 31  | 36  | 24               | 25               |
| 19       | 40  | 47  | 35               | 33               |
| 20       | 34  | 38  | 25               | 25               |

**ВАРИАНТ 10****Протокол тестирования девушек**

| 1        | 2              | 3              | 4                                | 5                                |
|----------|----------------|----------------|----------------------------------|----------------------------------|
| №<br>п/п | бег 60 м (сек) | бег 60 м (сек) | прыжок в длину с<br>разбега (см) | прыжок в длину<br>с разбега (см) |
|          | 2020 г.        | 2021 г.        | 2021 г. 1 замер                  | 2021 г. 2 замер                  |
| 1        | 9,8            | 9,4            | 335                              | 320                              |
| 2        | 11,3           | 11             | 280                              | 280                              |
| 3        | 11,3           | 10,6           | 290                              | 270                              |
| 4        | 11,4           | 11             | 275                              | 265                              |
| 5        | 10,3           | 10,5           | 295                              | 290                              |
| 6        | 10,4           | 10             | 340                              | 320                              |
| 7        | 11,5           | 11             | 250                              | 255                              |
| 8        | 10,3           | 9,7            | 300                              | 305                              |
| 9        | 10,2           | 9,6            | 320                              | 310                              |
| 10       | 10,4           | 10             | 285                              | 300                              |
| 11       | 10,7           | 10             | 320                              | 300                              |
| 12       | 10,2           | 9,6            | 310                              | 300                              |
| 13       | 10,4           | 9,9            | 290                              | 280                              |
| 14       | 10,8           | 10,5           | 280                              | 270                              |
| 15       | 10             | 9,5            | 320                              | 315                              |
| 16       | 10,5           | 10             | 310                              | 300                              |
| 17       | 10,1           | 9,7            | 335                              | 320                              |
| 18       | 10,8           | 10,4           | 335                              | 330                              |
| 19       | 10,8           | 10,3           | 325                              | 310                              |
| 20       | 9,8            | 9,3            | 340                              | 345                              |

**Образец оформления титульного листа**

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЧАЙКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И  
СПОРТА»  
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)

Кафедра Социально-гуманитарных, педагогических и естественных наук

КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА  
по дисциплине «СПОРТИВНАЯ МЕТРОЛОГИЯ»  
Вариант 1

Выполнил: студент группы \_\_\_\_\_

---

*(Фамилия, инициалы студента)*

Проверила: к.п.н., доцент  
Трегубова С.Н.