Приложение 4

к Государственному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «спортивная аэробика»

(пункт 1.6)

**Критерии подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку на каждом этапе спортивной подготовки, с учетом возраста и влияния физических качеств и телосложения на результативность по виду спорта «спортивная аэробика»**

|  |  |
| --- | --- |
| Физические качества и телосложение | Уровень влияния |
| Скоростные способности | 2 |
| Мышечная сила | 2 |
| Вестибулярная устойчивость | 3 |
| Выносливость | 2 |
| Гибкость | 3 |
| Координационные способности | 3 |
| Телосложение | 1 |

Условные обозначения:

3 – значительное влияние

2 – среднее влияние

1 – незначительное влияние