

Бег на 30 метров

Бег проводится на любой ровной площадке с твердым покрытием. Результат фиксируется с точностью до 0,1 с.

Бег выполняется с высокого старта по отдельным дорожкам, если бегут несколько детей.

По команде «На старт!» участник должен подойти к линии старта и занять позицию за линией строго на своей дорожке. Ребенок не должен касаться ногами линии старта.

При команде «Внимание!» участник должен зафиксировать окончательную стартовую (неподвижную) позицию.

После команды «Марш!» начинается движение.

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

— ребенок во время бега переходит со своей дорожки, создавая помехи другому тестируемому;

— старт раньше команды «Марш!» (фальстарт).

