

N	S (м)	t	f <sub>1</sub>	f <sub>2</sub>	f <sub>макс</sub>	Примечания
1						
2						
3						
4						
5						

$S=n*45.84м$   
 $Sx= S*720 / t$   
 $Sxi= Sx*35 / F2$   
 $\Delta\% = ((Sxi- Sx) / Sx)*100\%$

**Вывод:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Контрольные вопросы:**

1. Кто автор теста Купера?
2. Перечислите этапы проведения теста Купера.
3. Расскажите методику проведения теста Купера

**Задание для самостоятельной работы.**

Написать рефераты на следующие темы:

1. История возникновения теста Купера.
2. Общая характеристика, особенности и средства коррекции функционального состояния сердечнососудистой системы студентов.
3. Тест Купера как экспресс-метод оценки физической подготовленности студентов.