

Оценочные данные двигательной подготовленности.

5 класс	Бег 30 м	Прыжок в длину с места	Челночный бег 4х9	Поднимание туловища за 1 мин. (кол-во раз)	Прыжки ч/з скакалку за 1 мин. (кол-во раз)
оценка	5 4 3	5 4 3	5 4 3	5 4 3	5 4 3
девочки	5.8 6.5 6.6	150 127 114	11.4 11.8 12.0	28 24 18	100 50 30
мальчик и	5.6 6.1 6.2	157 134 120	11.0 11.2 11.4	38 32 26	70 60 55

6 класс	Бег 30 м	Прыжок в длину с места	Челночный бег 4х9	Поднимание туловища за 1 мин. (кол-во раз)	Прыжки ч/з скакалку за 1 мин. (кол-во раз)
оценка	5 4 3	5 4 3	5 4 3	5 4 3	5 4 3
девочки	5.6 6.1 6.2	161 138 125	11.0 11.6 12.0	30 28 20	100 60 40
мальчик и	5.4 5.9 6.0	166 143 130	10.8 11.0 11.2	40 36 30	90 80 70

7 класс	Бег 30 м	Прыжок в длину с места	Челночный бег 4х9	Поднимание туловища за 1 мин. (кол-во раз)	Прыжки ч/з скакалку за 1 мин. (кол-во раз)
оценка	5 4 3	5 4 3	5 4 3	5 4 3	5 4 3
девочки	5.5 6.0 6.1	170 147 134	10.8 11.0 11.5	35 30 25	100 70 45
мальчик и	5.2 5.7 5.8	177 152 137	10.4 10.7 11.0	45 40 35	100 95 85

8 класс	Бег 30 м	Прыжок в длину с места	Челночный бег 4х9	Поднимание туловища за 1 мин. (кол-во раз)	Прыжки ч/з скакалку за 1 мин. (кол-во раз)
оценка	5 4 3	5 4 3	5 4 3	5 4 3	5 4 3
девочки	5.2 5.9 6.0	178 155 142	10.6 11.0 11.5	35 30 20	125 80 50
мальчик и	5.0 5.5 5.6	185 158 141	10.0 10.4 10.8	48 40 35	110 105 100

9 класс	Бег 30 м	Прыжок в длину с места	Челночный бег 4х9	Поднимание туловища за 1 мин. (кол-во раз)	Прыжки ч/з скакалку за 1 мин. (кол-во раз)
оценка	5 4 3	5 4 3	5 4 3	5 4 3	5 4 3
девочки	5.1 5.8 5.9	183 154 137	10.4 10.8 11.0	30 25 20	130 90 60
мальчик и	4.6 5.4 5.5	213 174 151	9.9 10.2 10.5	50 45 35	120 115 110

10-11 класс	Бег 30 м			Прыжок в длину с места			Челночный бег 4x9			Поднимание туловища за 1 мин.			Прыжки ч\з скакалку за 1 мин.		
оценка	5	4	3	5	4	3	5	4	3	5	4	3	5	4	3
девочки	5.0	5.8	5.9	180	148	130	10.4	10.8	11.0	40	27	20	135	110	70
мальчик и	4.5	5.2	5.1	227	200	170	9.5	9.9	10.0	50	45	40	140	130	120