

Оценка уровня физической подготовленности учащихся 1 класса.

13.05.2024, 15.05.2024

оценка	Прыжки в длину с места /см./		Бег 30 м. с высокого старта /сек./		Челночный бег 3x10 м. /сек./		Подтягивание /раз/		6-ти минутный бег /м./		Лыжи 1000 м. /мин., сек./	
	М.	Д.	М.	Д.	М.	Д.	М.	Д.	М.	Д.	М.	Д.
5	149 и более	123 и более	6.4 и менее	6.6 и менее	9.9 и менее	10.7 и менее	4 и более	8 и более	1000 и более	850 и более	8.30 и менее	9.00 и менее
4	148-126	122-98	6.5-6.9	6.7-7.1	10.0-10.1	10.8-11.0	3-2	7-5	950-850	750-700	8.31-9.00	9.01-9.30
3	125-110	97-90	7.0-7.1	7.2-7.3	10.2-10.3	11.1-11.2	1	4-3	750-700	650-600	9.01-9.30	9.31-10.00

Оценка уровня физической подготовленности учащихся 3 класса.

13.05.2024, 15.05.2024

оценка	Прыжки в длину с места /см./		Бег 30 м. с высокого старта /сек./		Челночный бег 3x10 м. /сек./		Подтягивание /раз/		6-ти минутный бег /м./		Лыжи 1000 м. /мин., сек./	
	М.	Д.	М.	Д.	М.	Д.	М.	Д.	М.	Д.	М.	Д.
5	156 и более	140 и более	6.1 и менее	6.2 и менее	9.7 и менее	10.2 и менее	5 и более	9 и более	1100 и более	1000 и более	6.30-7.00	7.00-7.30
4	155-136	139-115	6.2-6.6	6.3-6.8	9.8-10.0	10.3-10.6	3-4	8-6	1000-900	900-800	7.01-7.30	7.31-8.00
3	135-120	114-110	6.7-6.8	6.9-7.0	10.1-10.2	10.7-10.8	2	5-3	850-800	750-700	7.31-8.00	8.01-8.30

Оценка уровня физической подготовленности учащихся 2 класса.

13.05.2024, 15.05.2024

оценка	Прыжки в длину с места /см./		Бег 30 м. с высокого старта /сек./		Челночный бег 3x10 м. /сек./		Подтягивание /раз/		6-ти минутный бег /м./		Лыжи 1000 м. /мин., сек/	
	М.	Д.	М.	Д.	М.	Д.	М.	Д.	М.	Д.	М.	Д.
5	151 и более	128 и более	6.2 и менее	6.3 и менее	9.8 и менее	10.3 и менее	4 и более	8 и более	1050 и более	950 и более	7.30- 8.00	8.00- 8.30
4	150- 131	127-108	6.3- 6.6	6.4- 6.8	9.9- 10.0	10.4- 10.6	3-2	7-5	1000- 900	900- 800	8.01- 8.30	8.31- 9.00
3	130- 115	107-100	6.7- 6.8	6.9- 7.0	10.1- 10.2	10.7- 10.8	1	4-3	850- 800	750- 700	8.31- 9.00	9.01- 9.30

Оценка уровня физической подготовленности учащихся 4 класса.

13.05.2024, 15.05.2024

оценка	Прыжки в длину с места /см./		Бег 30 м. с высокого старта /сек./		Челночный бег 3x10 м. /сек./		Подтягивание /раз/		6-ти минутный бег /м./		Лыжи 1000 м. /мин., сек/	
	М.	Д.	М.	Д.	М.	Д.	М.	Д.	М.	Д.	М.	Д.
5	161 и более	150 и более	6.0 и менее	6.1 и менее	9.3 и менее	9.5 и менее	5 и более	9 и более	1100 и более	1000 и более	6.30- 7.00	7.00- 7.30
4	160- 141	149-126	6.1- 6.3	6.2- 6.4	9.4- 9.6	9.6- 10.1	3-4	8-6	1000- 900	900- 800	7.01- 7.30	7.31- 8.00
3	140- 125	125-120	6.4- 6.8	6.5- 7.0	9.7- 9.8	10.2- 10.3	2	5-3	850- 800	750- 700	7.31- 8.00	8.01- 8.30