

**Уровень физической подготовленности 5 класс.**

**13.05.2024, 16.05.2024**

| оценка | Прыжки в длину с места (см.) |         | Бег 30 м. с высокого старта (сек.) |         | Метание м. мяча на дальность (м.) |       | Подтягивание (раз) |       | Бег     |         |
|--------|------------------------------|---------|------------------------------------|---------|-----------------------------------|-------|--------------------|-------|---------|---------|
|        | М.                           | Д.      | М.                                 | Д.      | М.                                | Д.    | М.                 | Д.    | 1000 м. | 1000 м. |
| 5      | 167-157                      | 160-146 | 5.2-6.2                            | 5.5-6.5 | 34-27                             | 21-18 | 5                  | 17-13 | 4.40    | 5.25    |
| 4      | 156-146                      | 145-136 | 6.3-6.7                            | 6.6-7.0 | 26-21                             | 17-15 | 4                  | 11-10 | 4.55    | 5.40    |
| 3      | 145-135                      | 135-130 | 6.8-7.2                            | 7.1-7.4 | 20-18                             | 14-12 | 3                  | 9-8   | 5.10    | 6.00    |

**Уровень физической подготовленности 6 класс.**

**13.05.2024, 16.05.2024**

| оценка | Прыжки в длину с места (см.) |         | Бег 30 м. с высокого старта (сек.) |         | Метание м. мяча на дальность (м.) |       | Подтягивание (раз) |       | Бег     |         |
|--------|------------------------------|---------|------------------------------------|---------|-----------------------------------|-------|--------------------|-------|---------|---------|
|        | М.                           | Д.      | М.                                 | Д.      | М.                                | Д.    | М.                 | Д.    | 1000 м. | 1000 м. |
| 5      | 180-170                      | 165-155 | 5.0-6.0                            | 5.2-6.2 | 36-30                             | 23-19 | 8-7                | 18-14 | 4.28    | 5.11    |
| 4      | 169-165                      | 154-148 | 6.1-6.3                            | 6.3-6.7 | 29-23                             | 18-16 | 5-6                | 13-10 | 4.40    | 5.25    |
| 3      | 164-160                      | 147-140 | 6.4-6.5                            | 6.8-7.2 | 22-18                             | 15-10 | 3-4                | 9-6   | 4.52    | 5.40    |

**Уровень физической подготовленности 7 класс.**

**14.05.2024, 15.05.2024**

| оценка | Прыжки в длину с места (см.) |         | Бег 30 м. с высокого старта (сек.) |         | Метание м. мяча на дальность (м.) |       | Подтягивание (раз) |       | Бег     |         |
|--------|------------------------------|---------|------------------------------------|---------|-----------------------------------|-------|--------------------|-------|---------|---------|
|        | М.                           | Д.      | М.                                 | Д.      | М.                                | Д.    | М.                 | Д.    | 1000 м. | 1000 м. |
| 5      | 190-180                      | 175-165 | 4.8-5.8                            | 5.0-6.0 | 39-32                             | 26-20 | 8-7                | 18-14 | 4.16    | 4.58    |
| 4      | 179-175                      | 164-158 | 5.9-6.1                            | 6.1-6.2 | 31-24                             | 19-17 | 6-5                | 13-10 | 4.30    | 5.10    |
| 3      | 174-170                      | 157-150 | 6.2-6.3                            | 6.3-6.4 | 23-20                             | 16-13 | 3-4                | 9-6   | 4.45    | 5.25    |

**Уровень физической подготовленности 8 класс.**

**14.05.2024, 15.05.2024**

| оценка | Прыжки в длину с места (см.) |         | Бег 60 м. с высокого старта (сек.) |           | Метание м. мяча на дальность (м.) |       | подтягивание (раз) |       | Бег     |         |
|--------|------------------------------|---------|------------------------------------|-----------|-----------------------------------|-------|--------------------|-------|---------|---------|
|        | М.                           | Д.      | М.                                 | Д.        | М.                                | Д.    | М.                 | Д.    | 1000 м. | 1000 м. |
| 5      | 200-190                      | 185-175 | 8.5-9.5                            | 9.0-10.0  | 42-38                             | 27-22 | 9-8                | 18-15 | 4.03    | 4.48    |
| 4      | 189-185                      | 174-168 | 9.6-10.0                           | 10.1-10.2 | 37-29                             | 21-18 | 7-6                | 14-13 | 4.15    | 5.00    |
| 3      | 184-180                      | 167-160 | 10.1-10.4                          | 10.3-10.4 | 28-26                             | 17-15 | 5-4                | 12-10 | 4.30    | 5.20    |

**Уровень физической подготовленности 9 класс.**

**13.05.2024, 16.05.2024**

| оценка | Прыжки в длину с места (см.) |         | Бег 60 м. с высокого старта (сек.) |           | Метание м. мяча на дальность (м.) |       | подтягивание (раз) |       | Бег     |         |
|--------|------------------------------|---------|------------------------------------|-----------|-----------------------------------|-------|--------------------|-------|---------|---------|
|        | М.                           | Д.      | М.                                 | Д.        | М.                                | Д.    | М.                 | Д.    | 1000 м. | 1000 м. |
| 5      | 210-200                      | 195-185 | 8.2-9.2                            | 8.9-9.9   | 46-45                             | 28-24 | 10-9               | 20-17 | 3.57    | 4.39    |
| 4      | 199-195                      | 184-178 | 9.3-9.7                            | 10.0-10.4 | 44-40                             | 23-19 | 8-6                | 15-16 | 4.10    | 4.54    |
| 3      | 194-190                      | 177-170 | 9.8-10.0                           | 10.5-10.8 | 39-31                             | 18-16 | 5-4                | 13-11 | 4.25    | 5.10    |