

## Уровень физической подготовленности

Класс	Прыжок с места		«Пресс» за 1 мин		Наклон сидя		Подтягив.	Вис
	Мал.	Дев.	Мал.	Дев.	Мал.	Дев.	Мал.	Дев.
1 кл	120-140	120-135	18-33	18-33	4-7	6-11	3-4	6-12
2 кл	125-145	125-140	19-35	18-33	4-7	6-11	3-4	7-13
3 кл	130-150	135-150	19-37	18-33	5-8	7-12	3-5	8-15
4 кл	140-160	140-155	21-39	18-34	5-9	7-13	4-5	9-17
5 кл	160-180	150-175	21-41	19-35	6-10	8-14	4-6	10-19
6 кл	165-180	155-175	23-43	19-35	6-11	8-15	5-7	10-19
7 кл	170-190	160-180	23-45	19-37	7-12	9-16	5-8	10-19
8 кл	180-195	160-180	25-47	19-37	7-13	9-17	6-9	10-19
9 кл	190-205	165-185	25-49	21-39	8-14	10-18	6-9	10-19
10 кл	195-210	170-190	27-51	21-41	8-15	10-19	7-10	11-21
11 кл	205-220	170-191	29-53	21-43	8-15	10-19	7-11	12-23

Приведенные нормативы соответствуют среднему уровню физического развития, их превышения оценивается как высокий уровень, меньшие результаты показывают на низкий уровень физического развития.