

# НОРМАТИВЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

## 1 КЛАСС

Контрольное упражнение	единица измерения	мальчики	мальчики	мальчики	девочки	девочки	девочки
		ВУ	ПУ	БУ	ВУ	ПУ	БУ
<b>Челночный бег 3*10м</b>	секунд	9,9	10,8	11,2	10,2	11,3	11,7
<b>Бег 30 метров</b>	секунд	6,1	6,9	7,1	6,6	7,4	7,6
<b>Приседания</b>	кол-во раз/мин	+	+	+	+	+	+
<b>Прыжок в длину с места</b>	см	140	115	100	130	110	90
<b>Подъем туловища из положения лежа</b>	кол-во раз/мин	+	+	+	+	+	+

Примечание: ВУ – базовый уровень, ПУ – повышенный уровень, ВУ- высокий уровень, ВУ – низкий уровень (ставится, если ребенок не достиг базового уровня).