**Промежуточная аттестация по физической культуре**

8 класс

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Контрольные  упражнения | Мальчики | | | Девочки | | |
| Высокий уровень | Средний уровень | Низкий уровень | Высокий уровень | Средний уровень | Низкий уровень |
| 1 | Бег на 60 м, сек. | 9.0 | 9.7 | 10.5 | 9.7 | 10.4 | 10.8 |
| 2 | Челночный бег 3х10 м, сек | 8.0 | 8.5 | 9.0 | 8.6 | 9.2 | 9.9 |
| 3 | Прыжок в длину с места, см. | 190 | 180 | 165 | 175 | 165 | 156 |
| 4 | Поднимание туловища в положении лежа на спине за 30 сек., кол-во раз | 28 | 25 | 21 | 26 | 23 | 19 |
| 5 | Наклон туловища в положении сидя, ноги вместе, см | 12 | 8 | 5 | 18 | 15 | 10 |
| 6 | Кросс 2 км, мин, с | 9.00 | 9.45 | 10.30 | 10.50 | 12.30 | 13.20 |