**Промежуточная аттестация по физической культуре**

4 класс

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Контрольные  упражнения | Мальчики | | | Девочки | | |
| Высокий уровень | Средний уровень | Низкий уровень | Высокий уровень | Средний уровень | Низкий уровень |
| 1 | Бег на 30 м, сек | 5,1 | 5,7 | 6,2 | 5,3 | 5,8 | 6,3 |
| 2 | Челночный бег 3х10 м, сек | 8,8 | 9,3 | 9,8 | 9,3 | 9,8 | 10,3 |
| 3 | Прыжок в длину с места, см. | 160 | 150 | 140 | 155 | 145 | 130 |
| 4 | Поднимание туловища в положении лежа на спине за 30 сек., кол-во раз | 22 | 20 | 18 | 20 | 18 | 15 |
| 5 | Наклон туловища в положении сидя, ноги вместе, см | +9 | +8 | +6 | +13 | +10 | +7 |
| 6 | Бег на 1000 м, мин., сек. | 5.00 | 5.30 | 6.30 | 5.30 | 6.00 | 6.45 |