**Промежуточная аттестация по физической культуре**

6 класс

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Контрольные  упражнения | Мальчики | | | Девочки | | |
| Высокий уровень | Средний уровень | Низкий уровень | Высокий уровень | Средний уровень | Низкий уровень |
| 1 | Бег на 30 м, сек | 4.9 | 5.8 | 6.0 | 5.0 | 6.2 | 6.3 |
| 2 | Челночный бег 3х10 м, сек | 8.3 | 9.0 | 9.3 | 8.8 | 9.6 | 10.0 |
| 3 | Прыжок в длину с места, см. | 175 | 165 | 145 | 165 | 155 | 140 |
| 4 | Поднимание туловища в положении лежа на спине за 30 сек., кол-во раз | 25 | 22 | 18 | 23 | 20 | 16 |
| 5 | Наклон туловища в положении сидя, ноги вместе, см | 14+ | 6 | 2- | 16+ | 9 | 2 |
| 6 | Бег на 1000 м, мин., сек. | 4,20 | 4,45 | 5,15 | 4.45 | 5.10 | 5.30 |