**Промежуточная аттестация по физической культуре**

9 класс

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Контрольные  упражнения | Мальчики | | | Девочки | | |
| Высокий уровень | Средний уровень | Низкий уровень | Высокий уровень | Средний уровень | Низкий уровень |
| 1 | Бег на 60 м, сек. | 8.5 | 9.2 | 10.0 | 9.4 | 10.0 | 10.5 |
| 2 | Челночный бег 3х10 м, сек | 7.7 | 8.4 | 8.6 | 8.5 | 9.3 | 9.7 |
| 3 | Прыжок в длину с места, см. | 210 | 200 | 180 | 180 | 170 | 155 |
| 4 | Поднимание туловища в положении лежа на спине за 30 сек., кол-во раз | 29 | 26 | 22 | 27 | 24 | 20 |
| 5 | Наклон туловища в положении сидя, ноги вместе, см | 13 | 11 | 6 | 20 | 15 |  |
| 6 | Кросс 2 км, мин, с | 8.20 | 9.20 | 9.45 | 10.00 | 11.20 | 12.05 |