**Задания для входного, промежуточного и итогового контроля по предмету физическая культура 1-11 класс**

**мальчики**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **возраст** | **оценка** | | |
| **3** | **4** | **5** |
| **6** | **115** | **120** | **140** |
| **7** | **115** | **120** | **140** |
| **8** | **115** | **120** | **140** |
| **9** | **130** | **140** | **160** |
| **10** | **130** | **140** | **160** |
| **11** | **150** | **160** | **175** |
| **12** | **150** | **160** | **175** |
| **13** | **175** | **185** | **200** |
| **14** | **175** | **185** | **200** |
| **15** | **175** | **185** | **200** |
| **16** | **200** | **210** | **230** |
| **17** | **200** | **210** | **230** |

**девочки**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **возраст** | **оценка** | | |
| **3** | **4** | **5** |
| **6** | **110** | **115** | **135** |
| **7** | **110** | **115** | **135** |
| **8** | **110** | **115** | **135** |
| **9** | **125** | **130** | **150** |
| **10** | **125** | **130** | **150** |
| **11** | **140** | **145** | **160** |
| **12** | **140** | **145** | **160** |
| **13** | **150** | **155** | **175** |
| **14** | **150** | **155** | **175** |
| **15** | **150** | **155** | **175** |
| **16** | **160** | **170** | **185** |
| **17** | **160** | **170** | **185** |

**Подтягивание мальчики**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **возраст** | **оценка** | | |
| **3** | **4** | **5** |
| **6** | **2** | **3** | **4** |
| **7** | **2** | **3** | **4** |
| **8** | **2** | **3** | **4** |
| **9** | **2** | **3** | **5** |
| **10** | **2** | **3** | **5** |
| **11** | **3** | **4** | **7** |
| **12** | **3** | **4** | **7** |
| **13** | **4** | **6** | **10** |
| **14** | **4** | **6** | **10** |
| **15** | **4** | **6** | **10** |
| **16** | **8** | **10** | **13** |
| **17** | **8** | **10** | **13** |

**Сгибание и разгибание рук в упоре лежа девочки**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **возраст** | **оценка** | | |
| **3** | **4** | **5** |
| **6** | **4** | **5** | **11** |
| **7** | **4** | **5** | **11** |
| **8** | **4** | **5** | **11** |
| **9** | **5** | **7** | **12** |
| **10** | **5** | **7** | **12** |
| **11** | **7** | **8** | **14** |
| **12** | **7** | **8** | **14** |
| **13** | **7** | **9** | **15** |
| **14** | **7** | **9** | **15** |
| **15** | **7** | **9** | **15** |
| **16** | **9** | **10** | **16** |
| **17** | **9** | **10** | **16** |

**Наклон вперед из положения, стоя с прямыми ногами на полу**

**мальчики**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **возраст** | **оценка** | | |
| **3** | **4** | **5** |
| **6** | **+1** | **+3** | **+7** |
| **7** | **+1** | **+3** | **+7** |
| **8** | **+1** | **+3** | **+7** |
| **9** | **+2** | **+4** | **+8** |
| **10** | **+2** | **+4** | **+8** |
| **11** | **+3** | **+5** | **+9** |
| **12** | **+3** | **+5** | **+9** |
| **13** | **+4** | **+6** | **+11** |
| **14** | **+4** | **+6** | **+11** |
| **15** | **+4** | **+6** | **+11** |
| **16** | **+6** | **+8** | **+13** |
| **17** | **+6** | **+8** | **+13** |

**девочки**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **возраст** | **оценка** | | |
| **3** | **4** | **5** |
| **6** | **+3** | **+5** | **+9** |
| **7** | **+3** | **+5** | **+9** |
| **8** | **+3** | **+5** | **+9** |
| **9** | **+3** | **+5** | **+11** |
| **10** | **+3** | **+5** | **+11** |
| **11** | **+4** | **+6** | **+13** |
| **12** | **+4** | **+6** | **+13** |
| **13** | **+5** | **+8** | **+15** |
| **14** | **+5** | **+8** | **+15** |
| **15** | **+5** | **+8** | **+15** |
| **16** | **+7** | **+9** | **+16** |
| **17** | **+7** | **+9** | **+16** |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Возраст** | **Уровень развития КС** | | | | |
| **низкий** | **ниже среднего** | **средний** | **выше среднего** | **высокий** |
| **Мальчики** | | | | | |
| 7 | 11,2 и больше | 11,1-10,9 | 10,8-10,3 | 10,2-10,0 | 9,9 и меньше |
| 8 | 11,4 --//-- | 10,3-10,1 | 10,0-9,5 | 9,4-9,2 | 9,1 --//-- |
| 9 | 10,4 --//-- | 10,3-10,0 | 9,9-9,3 | 9,2-8,9 | 8,8 --//-- |
| 10 | 9,9 --//-- | 9,8-9,6 | 9,5-9,0 | 8,9-8,7 | 8,6 --//-- |
| 11 | 9,7 --//-- | 9,6-9,4 | 9,3-8,8 | 8,7-8,5 | 8,4 --//-- |
| 12 | 9,22 --//-- | 9,1-9,0 | 8,99-8,5 | 8,4-8,3 | 8,2 --//-- |
| 13 | 9,3 --//-- | 9,2-9,1 | 9,0-8,5 | 8,4-8,3 | 8,2 --//-- |
| 14 | 9,0 --//-- | 8,9-8,7 | 8,6-8,1 | 8,0-7,8 | 7,7 --//-- |
| 15 | 8,5 --//-- | 8,4-8,3 | 8,2-7,9 | 7,8-7,7 | 7,6 --//-- |
| 16 | 8,1 --//-- | 8,0-7,9 | 7,9-7,5 | 7,4-7,3 | 7,2 --//-- |
| 17 | 8,5 --//-- | 8,4-8,2 | 8,1-7,6 | 7,5-7,3 | 7,2 --//-- |
| **Девочки** | | | | | |
| 7 | 11,7 и больше | 11,6-11,4 | 11,3-10,6 | 10,5-10,3 | 10,2 и меньше |
| 8 | 11,2 --//-- | 11,1-10,8 | 10,7-10,1 | 10,0-9,8 | 9,7 --//-- |
| 9 | 10,8 --//-- | 10,7-10,4 | 10,3-9,7 | 9,6-9,4 | 9,3 --//-- |
| 10 | 10,4 --//-- | 10,3-10,1 | 10,0-9,5 | 9,4-9,2 | 9,1 --//-- |
| 11 | 10,1 --//-- | 10,0-9,8 | 9,7-9,1 | 9,0-8,8 | 8,7 --//-- |
| 12 | 10,0 --//-- | 9,9-9,7 | 9,6-9,1 | 9,0-8,8 | 8,7 --//-- |
| 13 | 10,0 --//-- | 9,9-9,7 | 9,6-9,0 | 8,9-8,7 | 8,6 --//-- |
| 14 | 9,9 --//-- | 9,8-9,6 | 9,5-8,9 | 8,8-8,6 | 8,5 --//-- |
| 15 | 9,7 --//-- | 9,6-9,4 | 9,3-8,8 | 8,7-8,5 | 8,4 --//-- |
| 16 | 9,5 --//-- | 9,4-9,2 | 9,1-8,4 | 8,6-8,5 | 8,4 --//-- |
| 17 | 9,7 --//-- | 9,6-9,4 | 9,3-9,1 | 9,0-8,8 | 8,7 --//-- |