

Физическая подготовка:

Контрольные упражнения	Количество баллов		
	5	4	3
5 класс			
Бег 60 м., сек. (мальчики)	10,00	10,5	11,2
Бег 60 м., сек. (девочки)	10,03	10,6	11,4
Подтягивание на перекладине, количество раз (мальчики)	7	5	3
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа, количество раз (дев)	11	7	5
10 класс			
Бег 100 м., сек. (юноши)	14,2	14,5	15,00
Бег 100 м., сек. (девушки)	16,00	16,5	17,00
Подтягивание на перекладине, количество раз (юноши)	12	10	7
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа, количество раз (дев)	15	11	9