

# Оценочные показатели физической подготовленности

\_\_\_\_\_ , поступающего

## в 7 класс «Преображенского кадетского корпуса»

<i>показатель</i> <i>Тесты</i>	<i>Уровень физической подготовленности</i>					<i>Результаты</i> <i>поступающего</i>
	<i>Высокий</i>	<i>Выше среднего</i>	<i>Средний</i>	<i>Ниже среднего</i>	<i>Низкий</i>	
<i>Прыжок в длину с места /см./</i>	<i>200 и дальше</i>	<i>181 - 199</i>	<i>165 - 180</i>	<i>146 - 164</i>	<i>145 и ближе</i>	
<i>Подтягивание на перекладине /раз/</i>	<i>7 и больше</i>	<i>6</i>	<i>5 - 4</i>	<i>3 - 2</i>	<i>1 и меньше</i>	
<i>Бег 60 метров /сек/</i>	<i>9.8 и Быстрее</i>	<i>9.9 – 10.1</i>	<i>10.2 – 10.6</i>	<i>10.7 – 11.1</i>	<i>11.2 и медленнее</i>	
<i>Кросс 1000 метров /мин.,сек./</i>	<i>4.20 и быстрее</i>	<i>4.21 –4.49</i>	<i>4.50 –5.20</i>	<i>5.21 –6.00</i>	<i>6.01 и медленнее</i>	

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ: Уровень физ.подготовленности поступающего**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_