

Мониторинг физической подготовленности

ФИ ребенка \_\_\_\_\_

Упражнения	Третий год <sup>1</sup>		Четвертый год <sup>2</sup>		Пятый год <sup>3</sup>		Шестой год <sup>4</sup>		Седьмой год <sup>5</sup>	
	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г
Бросок набивного мяча			0,9 (-)	0,95 (-)	1,03 (-)					
Прыжок в длину с места (см)			38 (-)	40 (-)	44 (-)					
Наклон туловища вперед из положения стоя			+6 (-) 0	+6 (-) 0	+8 (0)					
Бег на дистанцию 10 метров			3,40 (0)	3,48 (0)	3,53 (-)					
Бег на дистанцию 30 метров			-	-	-					
Челночный бег 3x10 метров			17,0 (-)	16,7 (-)	14,03 (-)					
Подъем туловища в сед за 30 сек.			7 (+)	8 (+)	10 (+)					
Уровень развития			Низкий	Низкий	Средний					