|  |
| --- |
| **Диагностическая карта 4класс уровень физической подготовленности приложение № 4** |
|
| **Ф.И.О.** | **Контрольные упражнения** |
| **Прыжок в длину с места (см)** | **Бег 30м (с)** | **Подтягивание (раз)** | **Челночный бег 3х10м (с)** |  |  |  |
|
|
|
| сент | окт | дек |  | май | сент | окт |  | май | сент | окт | дек |  | май | сен | окт | дек |  | май |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. Калинин В. | 175 | 175 | 177 |  | 177 | 5,7 | 5,0 |  | 5,0 | 3 | 3 | 5 |  | 6 | 9,2 | 9,1 | 8,5 |  | 8,3 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2. Скрябин А. | 175 | 175 | 176 |  | 180 | 5,6 | 6,0 |  | 5,0 | 3 | 3 | 4 |  | 5 | 9,1 | 9,0 | 8,4 |  | 8,6 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3. Тарасов Д. | 175 | 176 | 180 |  | 181 | 5,6 | 5,6 |  | 5,5 | 3 | 2 | 3 |  | 4 | 9,3 | 9,3 | 9,0 |  | 9,0 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| *4. Росляков В.* | 136 | 136 | 144 |  | 146 | 5,8 | 5,6 |  | 5,2 | 3 | 1 | 3 |  | 4 | 9,5 | 9,3 | 9,2 |  | 9,1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5 Нариманов Р. | 130 | 130 | 130 |  | 130 | 6.6 | 6,5 |  | 6,6 | 1 | 1 | 1 |  | 1 | 9,9 | 9,9 | 9,9 |  | 9,9 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6. Булатов В. | 155 | 157 | 163 |  | 165 | 6,0 | 5,6 |  | 5,9 | 1 | 1 | 2 |  | 3 | 9,5 | 9,5 | 9,3 |  | 8,7 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7. Бабичев В. | 151 | 152 | 160 |  | 160 | 6,1 | 6,4 |  | 5,6 | 3 | 2 | 2 |  | 3 | 9,9 | 9,7 | 9,5 |  | 9,4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8. Караваев И.  | 140 | 143 | 150 |  | 151 | 5,7 | 5,7 |  | 5,7 | 1 | 1 | 1 |  | 1 | 9,9 | 9,7 | 9,5 |  | 9,5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9. Кислицын А. | 134 | 136 | 136 |  | 136 | 6,6 | 6,6 |  | 6,6 | 1 | 1 | 1 |  | 1 | 9,5 | 9,5 | 9,4 |  | 9,4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 10. Кононов А. | 135 | 138 | 143 |  | 145 | 6,0 | 6,0 |  | 6,0 | 1 | 1 | 2 |  | 3 | 9,5 | 9,5 | 9,4 |  | 9,3 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11. Корякин К. | 153 | 152 | 161 |  | 163 | 5,8 | 5,8 |  | 5,6 | 3 | 3 | 2 |  | 5 | 9,4 | 9,4 | 9,0 |  | 9,0 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 12НаговицынА. | 150 | 152 | 157 |  | 160 | 5,2 | 5,2 |  | 5,0 | 1 | 1 | 2 |  | 3 | 9,3 | 9,2 | 8,9 |  | 8,7 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| *Средний результат* | 151 | 152 | 156 |  | 158 | 6,3 | 6,1 |  | , | 2 | 1 | 2 |  | 3 | 9,6 | 9,4 | 9,1 |  | 9,1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1НаговицынаЯ. | 161 | 161 | 166 |  | 170 | 5,2 | 5,2 |  | 5,2 | 10 | 11 | 14 |  | 18 | 9,4 | 9,3 | 9,0 |  | 9,0 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2. Бахтина П. | 165 | 165 | 165 |  | 170 | 6,4 | 5,2 |  | 5,2 | 11 | 11 | 14 |  | 18 | 9,3 | 9,3 | 9,0 |  | 8,9 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3. Глушкова К. | 163 | 154 | 157 |  | 157 | 6,5 | 6,3 |  | 6,3 | 12 | 12 | 15 |  | 18 | 9,6 | 9,6 | 8,8 |  | 9,0 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4.МатюшкинаК. | 140 | 141 | 149 |  | 150 | 6,3 | 6,4 |  | 6,0 | 8 | 9 | 10 |  | 13 | 9,6 | 9,6 | 9,3 |  | 9,0 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5. Голышева В. | 142 | 143 | 148 |  | 150 | 6,5 | 6,2 |  | 6,2 | 8 | 8 | 9 |  | 10 | 10,0 | 9,8 | 9,7 |  | 9,7 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6. Катаева С.  | 130 | 132 | 136 |  | 136 | 6,6 | 6,3 |  | 6,3 | 8 | 8 | 9 |  | 10 | 10,4 | 10,4 | 10,0 |  | 9,9 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7. Кузнецова В. | 146 | 147 | 153 |  | 155 | 6,5 | 6,4 |  | 6,3 | 8 | 9 | 11 |  | 11 | 9,6 | 9,6 | 9,4 |  | 9,2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8. Никонова Л. | 140 | 135 | 146 |  | 150 | 6,6 | 6,5 |  | 6,5 | 8 | 8 | 8 |  | 8 | 10,0 | 9,8 | 9,6 |  | 9,6 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9. Ромашова К. | 130 | 131 | 136 |  | 136 | 6,6 | 6,6 |  | 6,4 | 9 | 9 | 12 |  | 12 | 10,0 | 10,0 | 9,9 |  | 9,9 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 10ВершининаЮ. | 155 | 160 | 167 |  | 170 | 6,4 | 6,0 |  | 6,0 | 8 | 8 | 9 |  | 10 | 9,6 | 9,6 | 9,4 |  | 9,3 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11.Толмачева Д.  | 135 | 136 | 144 |  | 144 | 6,5 | 6,5 |  | 6,0 | 8 | 8 | 11 |  | 12 | 10,0 | 10,0 | 10,0 |  | 9,9 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 12. Миронова П. | 150 | 159 | 159 |  | 162 | 5,2 | 5,2 |  | 5,2 | 8 | 8 | 12 |  | 18 | 9,8 | 9,6 | 9,3 |  | 9,1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| *Средний результат* | 145 | 147 | 152 |  | 154 | 6,7 | 5,5 |  | 5,9 | 9 | 8 | 11 |  | 13 | 9,7 | 9,7 | 9,4 |  | 9,3 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |