|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Нормативы | | |
|  | отл | хор | удовл |
| подтягивание | | | |
| 5 класс | 5 р. | 4 | 2 |
| 6 класс | 6 р. | 5 | 3 |
| 7 класс | 7 р. | 6 | 4 |
| Бег на 60 м | | | |
| 5 класс | 10,5 с | 11 | 11,5 |
| 6 класс | 10,3 с | 10,8 | 11,3 |
| 7 класс | 9,8 с | 10,3 | 10,8 |
| Бег на 1 км | | | |
| 5 класс | 4,3 мин | 4,45 | 5,20 |
| 6 класс | 4,15 | 4,30 | 5,05 |
| 7 класс | 4,00 | 4,10 | 4,45 |