

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 208  
Красносельского района Санкт-Петербурга

**ПРИНЯТ**

Педагогическим советом

31.08 2018 года

протокол № 1

**ПРИНЯТ**

с учетом мнения

Совета родителей

31.08 2018 года

протокол № 7



**Фонд оценочных средств  
для проведения текущего контроля успеваемости  
и промежуточной аттестации  
к основной образовательной программе  
начального общего образования  
на 2018 – 2019 учебный год**  
(является приложением к основной образовательной программе школы)

Санкт-Петербург  
2018

**1 класс**

**Фонд оценочных средств для проведения текущей и итоговой аттестации  
Математика**

<b>№</b>	<b>класс</b>	<b>наименование</b>	<b>автор</b>	<b>издательство</b>
1.	1	Математика. Проверочные работы. 1 класс.	С. И. Волкова	М:Просвещение 2016
2.	1	Математика в начальной школе: проверочные и контрольные работы	В.Н.Рудницкая, Т.В.Юдачёва	М.:Вентана-Граф,2013
3.	1	Математика. Рабочая тетрадь в 2 частях.1 класс.	М.И.Моро, С. И. Волкова	М:Просвещение 2014
4.	1	Математика. Контрольно – измерительные материалы.1 класс.	Т.Н.Ситникова	Москва, ВАКО, 2015
5.	1	Математика. Контрольные работы.1 класс.	С. И. Волкова	М:Просвещение 2013
6.	1	Математика. 1 класс. Учебник для общеобразовательных учреждений в 2- х частях.	М.И.Моро	М:Просвещение 2014
7.	1	Поурочные разработки. Технологические карты уроков. 1 класс.	И.О.Будённая	М:Просвещение 2017
8.	1	Математика. Устные упражнения. 1 класс.	С. И. Волкова	М:Просвещение 2014

**Русский язык**

<b>№</b>	<b>класс</b>	<b>наименование</b>	<b>автор</b>	<b>издательство</b>
1.	1	Обучение грамоте. Поурочные разработки. Технологические карты уроков.1 класс	М.В.Бойкина	М:Просвещение 2017
2.	1	Прописи 1, 2, 3, 4. 1 класс	В.Г.Горецкий	М:Просвещение 2018
3.	1	Русский язык. 1 класс. Учебник для общеобразовательных школ.	В. П, Канакина	М:Просвещение 2015
4.	1	Русский язык. Сборник диктантов и самостоятельных работ.1-4 классы .	В. П, Канакина , Г. С. Щёголева	М.:Просвещение, 2014
5.	1	Русский язык. 1 класс. Поурочные разработки.	В. П, Канакина	М:Просвещение 2016

**Литературное чтение**

<b>№</b>	<b>класс</b>	<b>наименование</b>	<b>автор</b>	<b>издательство</b>
1.	1	Азбука. 1 класс. Учебник для общеобразовательных школ в 2 частях.	В.Г.Горецкий	М:Просвещение 2013
2.	1	Обучение грамоте. Поурочные разработки. Технологические карты уроков.1 класс.	М.В.Бойкина	М:Просвещение 2015
3.	1	Литературное чтение. 1 класс. Учебник для общеобразовательных школ в 2 частях.	Л.Ф. Климанова	М:Просвещение 2014

4.	1	Литературное чтение. Поурочные разработки. Технологические карты уроков. 1 класс.	М.В.Бойкина	М.:Просвещение, 2015
5.	1	Проверяем технику чтения: для начальной школы.	О.В.Александрова	М.: Эксмо, 2015

#### **Окружающий мир**

<b>№</b>	<b>класс</b>	<b>наименование</b>	<b>автор</b>	<b>издательство</b>
1.	1	Окружающий мир. 1 класс. Учебник для общеобразовательных школ.	А.А.Плешаков	М.:Просвещение 2016
2.	1	Окружающий мир. Поурочные разработки. Технологические карты уроков. 1 класс.	Ю.И.Глаголева	М.:Просвещение 2015
3.	1	Тесты по основным разделам.	Н.М.Корнеева	интернет

#### **Изобразительное искусство**

<b>№</b>	<b>класс</b>	<b>наименование</b>	<b>автор</b>	<b>издательство</b>
1.	1	Изобразительное искусство. Искусство вокруг нас. 1 класс: учеб. для общеобразовательных организаций	Неменская Л. А. Горяева Н. А.	М.:Просвещение 2015

#### **Технология**

<b>№</b>	<b>класс</b>	<b>наименование</b>	<b>автор</b>	<b>издательство</b>
1.	1	Технология. 1 класс. Учебник для общеобразовательных учреждений с прил. на электрон. носителе	Роговцева Н.И., Богданова Н.В.	М.:Просвещение 2015

**2 класс****Фонд оценочных средств для проведения текущей и итоговой аттестации  
Математика**

<b>№</b>	<b>класс</b>	<b>наименование</b>	<b>автор</b>	<b>издательство</b>
1.	2	Математика. 2 класс. Проверочные работы	С. И. Волкова	М.:Просвещение 2014
2.	2	Математика в начальной школе: проверочные и контрольные работы	В.Н.Рудницкая, Т.В.Юдачёва	М.:Вентана- Граф,2013
3.	2	Математика. 2 класс. Учебник для общеобразовательных учреждений в 2- х частях.	М.И.Моро	М.:Просвещение 2014
4.	2	Математика. Контрольные работы в 1- 4 классах.	С. И. Волкова	Москва, ВАКО, 2015
5.	2	Математика. Устные упражнения. 2 класс.	С. И. Волкова	М.:Просвещение 2014
6.	2	Поурочные разработки	Т.Н.Ситникова	Москва, ВАКО, 2014
7.	2	Математика. Итоговое тестирование. 2 класс.	В.Т.Голубь	Воронеж, 2013

**Русский язык**

<b>№</b>	<b>класс</b>	<b>наименование</b>	<b>автор</b>	<b>издательство</b>
1.	2	Русский язык. 2 класс. Учебник для общеобразовательных школ.	В. П, Канакина	М.:Просвещение 2014
2.	2	Русский язык. Сборник диктантов и самостоятельных работ. 1-4 классы	В. П, Канакина , Г. С. Щёголева	М.:Просвещение, 2014
3.	2	Поурочные разработки. 2 класс.	Т.Н.Ситникова	Москва, ВАКО, 2014
4.	2	Комплексные работы по текстам.	О.В. Холодова	М.:Просвещение 2014

**Литературное чтение**

<b>№</b>	<b>класс</b>	<b>наименование</b>	<b>автор</b>	<b>издательство</b>
1.	2	Литературное чтение. 2 класс. Учебник для общеобразовательных школ в 2 частях.	Л.Ф. Климанова	М.:Просвещение 2015
2.	2	Поурочные разработки. 2 класс.	С.В.Кутявина	Москва, ВАКО, 2014
3.	2	Проверяем технику чтения: для начальной школы.	О.В.Александрова	М.: Эксмо, 2011
4.	2	Комплексные работы по текстам.	О.В. Холодова	М.:Просвещение 2014

**Окружающий мир**

<b>№</b>	<b>класс</b>	<b>наименование</b>	<b>автор</b>	<b>издательство</b>
1.	2	Окружающий мир. 2 класс. Учебник для общеобразовательных школ.	А.А.Плешаков	М.:Просвещение 2015
2.	2	Окружающий мир. Поурочные разработки.2 класс.	Т.Н.Максимова	Москва, ВАКО, 2014

3.	2	Окружающий мир. Тесты. 2 класс.	А.А.Плешаков	М:Просвещение 2014
----	---	---------------------------------	--------------	-----------------------

### Изобразительное искусство

№	класс	наименование	автор	издательство
1.	2	Изобразительное искусство. Искусство вокруг нас. 2 класс: учеб. для общеобразовательных организаций	Неменская Л. А. Горяева Н. А.	М:Просвещение 2015

### Технология

№	класс	наименование	автор	издательство
1.	2	Технология. 2 класс. Учебник для общеобразовательных учреждений с прил. на электрон. носителе	Роговцева Н.И., Богданова Н.В.	М:Просвещение 2014

### 3 класс

#### Фонд оценочных средств для проведения текущей и итоговой аттестации

#### Математика

№	класс	наименование	автор	издательство
1.	3	Математика. Проверочные работы. 3 класс.	С. И. Волкова	М:Просвещение 2014
2.	3	Математика. Контрольно – измерительные материалы.3 класс.	Т.Н.Ситникова	Москва, ВАКО, 2015
3.	3	Математика. Контрольные работы.3 класс.	С. И. Волкова	М:Просвещение 2014
4.	3	Математика. 3 класс. Учебник для общеобразовательных учреждений в 2- х частях.	М.И.Моро	М:Просвещение 2015
5.	3	Самостоятельные и контрольные работы по математике: 3 класс	Т.Н.Ситникова	Москва, ВАКО, 2015
6.	3	Поурочные разработки. Технологические карты уроков. 3 класс.	И.О.Будённая	М:Просвещение 2014
7.	3	Математика. Устные упражнения. 3 класс.	С. И. Волкова	М:Просвещение 2014

#### Русский язык

№	класс	наименование	автор	издательство
1.	3	Русский язык. 3 класс. Учебник для общеобразовательных школ.	В. П, Канакина	М:Просвещение 2014
2.	3	Русский язык. Сборник диктантов и самостоятельных работ.1-4 классы .	В. П, Канакина , Г. С. Щёголева	М.:Просвещение, 2014
3.	3	Русский язык. 3 класс. Поурочные разработки.	В. П, Канакина	М:Просвещение 2016

#### Литературное чтение

№	класс	наименование	автор	издательство
1.	3	Литературное чтение. 3 класс. Учебник для общеобразовательных школ в 2	Л.Ф. Климанова	М:Просвещение 2014

		частях.		
2.	3	Литературное чтение. Поурочные разработки. Технологические карты уроков.3 класс.	М.В.Бойкина	М.:Просвещение, 2016

#### Окружающий мир

№	класс	наименование	автор	издательство
1.	3	Окружающий мир. 3 класс. Учебник для общеобразовательных школ.	А.А.Плешаков	М:Просвещение 2015
2.	3	Окружающий мир. Поурочные разработки.3 класс.	Т.Н.Максимова	Москва, ВАКО, 2014
3.	3	От земли до неба: Атлас – определитель для учащихся начальных классов.	А.А.Плешаков	М:Просвещение 2014

#### Изобразительное искусство

№	класс	наименование	автор	издательство
1.	3	Изобразительное искусство. Искусство вокруг нас. 3 класс: учеб. для общеобразовательных организаций	Неменская Л. А. Горяева Н. А.	М:Просвещение 2015

#### Технология

№	класс	наименование	автор	издательство
1.	3	Технология. 3 класс. Учебник для общеобразовательных учреждений с прил. на электрон. носителе	Роговцева Н.И., Богданова Н.В.	М:Просвещение 2014

**4 класс****Фонд оценочных средств для проведения текущей и итоговой аттестации  
Математика**

<b>№</b>	<b>класс</b>	<b>наименование</b>	<b>автор</b>	<b>издательство</b>
1.	4	Математика. Проверочные работы. 4 класс.	С. И. Волкова	М:Просвещение 2014
2.	4	Математика. Контрольно – измерительные материалы.4 класс.	Т.Н.Ситникова	Москва, ВАКО, 2015
3.	4	Математика. Контрольные работы.4 класс.	С. И. Волкова	М:Просвещение 2013
4.	4	Математика. 4 класс. Учебник для общеобразовательных учреждений в 2- х частях.	М.И.Моро	М:Просвещение 2014
5.	4	Самостоятельные и контрольные работы по математике: 4 класс	Т.Н.Ситникова	Москва, ВАКО, 2015
6.	4	Поурочные разработки. Технологические карты уроков. 4 класс.	И.О.Будённая	М:Просвещение 2014
7.	4	Математика. Устные упражнения. 4 класс.	С. И. Волкова	М:Просвещение 2014

**Русский язык**

<b>№</b>	<b>класс</b>	<b>наименование</b>	<b>автор</b>	<b>издательство</b>
1.	4	Русский язык. 4 класс. Учебник для общеобразовательных школ.	В. П, Канакина	М:Просвещение 2014
2.	4	Русский язык. Сборник диктантов и самостоятельных работ. 1-4 классы .	В. П, Канакина , Г. С. Щёголева	М.:Просвещение, 2014
3.	4	Русский язык. 4 класс. Поурочные разработки.	В. П, Канакина	М:Просвещение 2014

**Литературное чтение**

<b>№</b>	<b>класс</b>	<b>наименование</b>	<b>автор</b>	<b>издательство</b>
1.	4	Литературное чтение. 4 класс. Учебник для общеобразовательных школ в 2 частях.	Л.Ф. Климанова	М:Просвещение 2014
2.	4	Литературное чтение. Поурочные разработки. Технологические карты уроков.4 класс.	М.В.Бойкина	М.:Просвещение, 2016

**Окружающий мир**

<b>№</b>	<b>класс</b>	<b>наименование</b>	<b>автор</b>	<b>издательство</b>
1.	4	Окружающий мир. 4 класс. Учебник для общеобразовательных школ.	А.А.Плешаков	М:Просвещение 2014
2.	4	Окружающий мир. Поурочные разработки.4 класс.	Т.Н.Максимова	Москва, ВАКО, 2014
3.	4	От земли до неба: Атлас – определитель для учащихся начальных классов.	А.А.Плешаков	М:Просвещение 2014

**Изобразительное искусство**

<b>№</b>	<b>класс</b>	<b>наименование</b>	<b>автор</b>	<b>издательство</b>
1.	4	Изобразительное искусство. Искусство вокруг нас. 4 класс: учеб. для общеобразовательных организаций	Неменская Л. А. Горяева Н. А.	М:Просвещение 2015

#### **Технология**

<b>№</b>	<b>класс</b>	<b>наименование</b>	<b>автор</b>	<b>издательство</b>
1.	4	Технология. 4 класс. Учебник для общеобразовательных учреждений с прил. на электрон. носителе	Роговцева Н.И., Богданова Н.В.	М:Просвещение 2014



## ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ - 1КЛАСС

1. Выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и гимнастики, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнений атлетической гимнастики.
2. Выполнять контрольные нормативы, предусмотренные Федеральным государственным стандартом по легкой атлетике, гимнастике и лыжам при соответствующей тренировке, с учетом состояния здоровья и функциональных возможностей своего организма.

### Уровень физической подготовленности учащихся 7-8 лет

.«Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В. И. Лях, А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2011г

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Уровень					
			Низкий	Средний	Высокий	Низкий	Средний	Высокий
			Мальчики			Девочки		
1.	Скоростные	Бег 30 м, сек.	7,1 и выше	7,0-6,0	5,4 и ниже	7,3 и выше	7,2-6,2	5,6 и ниже
2.	Координационные	Челночный бег 3x10 м, сек.	10,4 -"-	10,0-9,5	9,1 -"-	11,2-""	10,7-10,1	9,7 -"-
3.	Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, см	110-""	125-145	165 -"-	100 -"-	125-140	155 -"-
4.	Выносливость	6-минутный бег, м	750 и менее	800-950	1150-""	550 и менее	650-850	950 -"-
5.	Гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см	1 и ниже	3-5	7,5 и выше	2 и ниже	5-8	11,5 и выше

6.	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса, кол-во раз (мальчики)	1 -"-	2-3	4 -"-	-	-	-
		на низкой перекладине из виса лежа, кол-во раз (девочки)	-	-	-	3 -"-	6-10	14 -"-

## ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ - 2КЛАСС

1. Выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и гимнастики, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнений атлетической гимнастики.

2. Выполнять контрольные нормативы, предусмотренные Федеральным государственным стандартом по легкой атлетике, гимнастике и лыжам при соответствующей тренировке, с учетом состояния здоровья и функциональных возможностей своего организма.

«Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В. И. Лях, А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2011г

### Уровень физической подготовленности учащихся 8 - 9 лет

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Уровень					
			Низкий	Средний	Высокий	Низкий	Средний	Высокий
			Мальчики			Девочки		
1.	Скоростные	Бег 30 м, сек.	7,1 и выше	7,0-6,0	5,4 и ниже	7,3 и выше	7,2-6,2	5,6 и ниже
2.	Координационные	Челночный бег 3x10 м, сек.	10,4 -"-	10,0-9,5	9,1 -"-	11,2-""	10,7-10,1	9,7 -"-
3.	Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, см	110-""	125-145	165 -"-	100 -"-	125-140	155 -"-
4.	Выносливость	6-минутный бег, м	750 и менее	800-950	1150-""	550 и менее	650-850	950 -"-
5.	Гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см	1 и ниже	3-5	7,5 и выше	2 и ниже	5-8	11,5 и выше

6.	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса, кол-во раз (мальчики)	1 -"-	2-3	4 -"-	-	-	-
		на низкой перекладине из виса лежа, кол-во раз (девочки)	-	-	-	3 -"-	6-10	14 -"-

**Контрольные нормативы по освоению навыков, умений, развитию двигательных качеств**

№ п/п	Контрольные упражнения	Нормативы					
		мальчики			девочки		
		"5"	"4"	"3"	"5"	"4"	"3"
1	Челночный бег 3*10 м (с)	9.8	10.2	10.6	10.4	10.8	11.5
2	Бег 30 м с высокого старта (с)	6.2	6.8	7.2	6.3	6.9	7.3
3	Многоскоки, 8 прыжков (м)	9	7	5	8.8	6.8	4.8
4	Метание мяча в цель с 6 м из 5 попыток (раз)	3	2	1	3	2	1
5	Подтягивание на высокой перекладине (раз)	3	2	1	-	-	-
6	Подтягивание на низкой перекладине (раз)	-	-	-	8	6	4
7	Ходьба на лыжах 1000 м (мин)	8.30	9.00	9.30	9.00	9.30	10.00
8	Ходьба на лыжах 2000 м	Без учета времени					

## ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ – 3 КЛАСС

1. Выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и гимнастики, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнений атлетической гимнастики.
2. Выполнять контрольные нормативы, предусмотренные Федеральным государственным стандартом по легкой атлетике, гимнастике и лыжам при соответствующей тренировке, с учетом состояния здоровья и функциональных возможностей своего организма.
3. Выполнять тестовые задания (на бумажном носителе)
4. Выполнять приемы страховки и само страховки.

### Уровень физической подготовленности учащихся 9 - 10 лет

«Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В. И. Лях, А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2011г

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Уровень					
			Низкий	Средний	Высокий	Низкий	Средний	Высокий
			Мальчики			Девочки		
1.	Скоростные	Бег 30 м, сек.	6,8 и выше	6,5	5,1 и ниже	7,0 и выше	6,6	5,3 и ниже
2.	Координационные	Челночный бег 3x10 м, сек.	10,2	9,6	8,8	10,8	10,3	9,3
3.	Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, см	120	145	175	110	140	160
4.	Выносливость	6-минутный бег, м	800 и менее	1000	1200	600 и менее	850	1000
5.	Гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см	1 и ниже	3-5	7,5 и выше	2 и ниже	5-8	11,5 и выше

6.	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса, кол-во раз (мальчики)	1	4	5	-	-	-
		на низкой перекладине из виса лежа, кол-во раз (девочки)	-	-	-	3	10	16

### Контрольные нормативы по освоению навыков, умений, развитию двигательных качеств

№ п/п	Контрольные упражнения	Нормативы					
		мальчики			девочки		
		"5"	"4"	"3"	"5"	"4"	"3"
1	Челночный бег 3*10 м (с)	8.8	9.6	10.2	9.3	10.3	10.8
2	Бег 30 м с высокого старта (с)	5.1	6.5	6.8	5.3	6.6	7.0
3	Многоскоки, 8 прыжков (м)	9	7	5	8.8	6.8	4.8
4	Метание мяча в цель с 6 м из 5 попыток (раз)	4	3	1	3	2	1
5	Подтягивание на высокой перекладине (раз)	5	4	1	-	-	-
6	Подтягивание на низкой перекладине (раз)	-	-	-	16	10	4
7	Ходьба на лыжах 1000 м (мин)	8.00	8.30	9.00	8.30	9.00	9.30
8	Ходьба на лыжах 2000 м	Без учета времени					

## ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ – 4 КЛАСС

1. Выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и гимнастики, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнений атлетической гимнастики.
2. Выполнять контрольные нормативы, предусмотренные Федеральным государственным стандартом по легкой атлетике, гимнастике и лыжам при соответствующей тренировке, с учетом состояния здоровья и функциональных возможностей своего организма.
3. Выполнять тестовые задания (на бумажном носителе).
4. Выполнять приемы страховки и само страховки.

### Уровень физической подготовленности учащихся 10 - 11 лет

«Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В. И. Лях, А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2011г

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Уровень					
			Низкий	Средний	Высокий	Низкий	Средний	Высокий
			Мальчики			Девочки		
1.	Скоростные	Бег 30 м, сек.	6,6	6,0	5,0	6,6	6,2	5,2 и ниже
2.	Координационные	Челночный бег 3x10 м, сек.	9,9	9,5	8,6	10,4	10,0	9,1
3.	Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, см	130	150	185	120	145	170

4.	Выносливость	6-минутный бег, м	850	1050	1250	650	900	1050
5.	Гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см	3 и ниже	5-6	8 и выше	3 и ниже	6-8	12 и выше
6.	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса, кол-во раз (мальчики)	1	4	5	-	-	-
		на низкой перекладине из виса лежа, кол-во раз (девочки)	-	-	-	4	12	18

### Контрольные нормативы по освоению навыков, умений, развитию двигательных качеств

№ п/п	Контрольные упражнения	Нормативы					
		мальчики			девочки		
		"5"	"4"	"3"	"5"	"4"	"3"
1	Челночный бег 3*10 м (с)	8.6	9.5	9.9	9.1	10.0	10.4
2	Бег 30 м с высокого старта (с)	5.0	6.0	6.6	5.2	6.2	6.6
3	Многоскоки, 8 прыжков (м)	10	8	6	9	7	5
4	Метание мяча в цель с 6 м из 5 попыток (раз)	4	3	1	3	2	1
5	Подтягивание на высокой перекладине (раз)	5	4	1	-	-	-



<b>6</b>	<b>Подтягивание на низкой перекладине (раз)</b>	-	-	-	<b>18</b>	<b>12</b>	<b>4</b>
<b>7</b>	<b>Ходьба на лыжах 1000 м (мин)</b>	<b>7.00</b>	<b>7.30</b>	<b>8.00</b>	<b>7.30</b>	<b>8.00</b>	<b>8.30</b>
<b>8</b>	<b>Ходьба на лыжах 2000 м</b>	<b>Без учета времени</b>					

### **Зачет по физической культуре в выпускных классах.**

Зачет сдают все учащиеся выпускных классов, кроме освобожденных от уроков физической культуры, от зачетов, экзаменов и соревнований. Зачет сдается в конце учебного года за 2 недели до окончания учебного процесса.

### **4класс**

<b>тест</b>	<b>мальчики</b>			<b>девочки</b>		
	<b>«5»</b>	<b>«4»</b>	<b>«3»</b>	<b>«5»</b>	<b>«4»</b>	<b>«3»</b>
Бег 300м (мин., сек.)	1.00	1.10	1.16	1.06	1.15	1.23
Метание мяча на дальность (м)	30	25	17	17	15	12
Подъем туловища из положения, лежа на спине за 1 мин. (раз)	----	----	----	33	30	28
Подтягивание (раз)	5	3-4	1	----	-----	----