Уровень физической подготовленности воспитанников

Инструктор по физической культуре

Физическая подготовленность		ОВД														Физические качества											
Показатели		Бег 10 м с ходу		Бег 30 м со старта		Прыжок в длину с места		Прыжок в длину с		Прыжок в высоту с		Метание в даль		Метание в цель		Сила мышц спины		Сила мышц живота		Ловкость		Гибкость		Выносливость		Равновесие	
Список детей		нг	кг	нг	кг	нг	кг	нг	кг	нг	кг	нг	кг	нг	кг	нг	кг	нг	кг	нг	кг	нг	кг	нг	кг	нг	кг