

**Нормативы
для вступительного испытания по физической культуре (8 класс)
(в соответствии с ФГОС)**

№	Виды испытаний	Юноши			Девушки		
		«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
1.	Прыжок в длину с места (см.)	190	175	165	175	160	150
2.	Подтягивание (количество раз): Юноши - из виса на высокой перекладине Девушки - из виса лежа на низкой перекладине	10	8	6	16	14	12
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	26	22	18	10	8	6
4.	Челночный бег 3x10 м (сек.)	7.7	8.5	9.2	8.0	8.9	9.6
5.	Бег 100 м (сек.)	15,1	15,6	16,2	17,5	18,5	19,5