

**Перечень испытаний с нормативами**  
**по физической культуре для поступающих в 7-й класс.**

№	Наименование	Оценка		
		3	4	5
1	Бег на 30 м (сек.).	5,3	5,1	4,7
2	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз).	6	8	12
3	Челночный бег 3x10 м (сек.).	8,1	7,8	7,2
4	Прыжок в длину с места (см.).	170	190	215