



**АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА ПОКАЧИ
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА - ЮГРЫ
УПРАВЛЕНИЕ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ**

П Р И К А З

31.08.2022

№ 101

**О проведении муниципального этапа
Спартакиады среди воспитанников
дошкольных образовательных
учреждений города Покачи**

На основании распоряжения заместителя главы города Покачи № 62 от 10.09.2021 «О проведении ежегодного муниципального этапа Спартакиады среди воспитанников дошкольных образовательных организаций города Покачи»,

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить сроки проведения муниципального этапа Спартакиады среди воспитанников дошкольных образовательных учреждений в 2022- 2023 учебном году (приложение 1).
2. Утвердить положения по видам муниципального этапа Спартакиады среди воспитанников дошкольных образовательных учреждений в 2022- 2023 учебном году (приложение 2-6).
3. Назначить исполняющего обязанности директора муниципального автономного учреждения спортивно-оздоровительный комплекс «Звездный» (А.А. Ярош), ответственным за качественную подготовку и проведение муниципального этапа Спартакиады среди воспитанников дошкольных образовательных учреждений в 2022- 2023 учебном году.
4. Исполняющему обязанности директора муниципального автономного учреждения спортивно-оздоровительный комплекс «Звездный» (А.А. Ярош):
 - 1) приказом по учреждению назначить ответственных за подготовку мест проведения соревнований: спортивных залов, технику безопасности при проведении мероприятий;
 - 2) приказом по учреждению назначить главных судей по видам программы Спартакиады среди воспитанников дошкольных образовательных учреждений в 2022-2023 учебном году;
 - 3) предоставлять аналитический и фото отчеты после каждого проведенного этапа Спартакиады среди воспитанников дошкольных образовательных учреждений.
5. Специалисту - эксперту управления культуры, спорта и молодежной

политики администрации города Покачи (Н.В. Тугашова):

1) ознакомить дошкольные образовательные учреждения со сроками проведения муниципального этапа Спартакиады среди воспитанников дошкольных образовательных учреждений в 2022-2023 учебном году;

2) направить приказ в МАУ СОК «Звездный» для исполнения.

4. Контроль за выполнением приказа возложить на заместителя начальника управления культуры, спорта и молодежной политики администрации города Покачи (Л.В. Токарева).

**Начальник управления культуры,
спорта и молодежной политики
администрации города Покачи**

Т.В. Свистун

С приказом ознакомлены:

Заместитель начальника управления

культуры, спорта и молодежной

политики администрации города Покачи _____ Л.В. Токарева

Исполняющий обязанности

директора муниципального автономного

учреждения спортивно-оздоровительный

комплекс «Звездный» _____ А.А. Ярош

Специалист - эксперт управления

культуры, спорта и молодежной

политики администрации города Покачи _____  Н.В. Тугашова

**Программа муниципального этапа Спартакиады
среди воспитанников дошкольных образовательных учреждений
города Покачи 2022-2023 учебный год**

№ п/п	Мероприятия	Участники	Дата	Место	Состав команд
1.	Легкоатлетическая эстафета	6-7 лет	сентябрь 2022	В рамках Всероссийского дня бега «Кросс нации»	Мониторинг навыка
2.	«Веселые старты»	6-7 лет	17 ноября 2022 09-30 час.	КСК «Нефтяник»	дев.5 мал.5
3.	«Папа, мама, я – спортивная семья» (программа сюрприз)	6-7 лет	4 марта 2023 11-00 час.	КСК «Нефтяник»	2 семьи в зачет
4.	Подвижные игры «Перестрелка»	6-7 лет	07.02.2023 в 10.00 08.02.2023 в 10.00 09.02.2023 в 10.00 10.02.2023 в 10.00 14.02.2023 в 10.00	«Югорка» «Рябинушка» ЦРР «Сказка» «Солнышко»	дев.4 мал.4 Мониторинг навыка
5.	«Веселый дельфин»	6-7 лет	14.03.2023 в 10.00 15.03.2023 в 10.00 16.03.2023 в 10.00 17.03.2023 в 10.00 21.03.2023 в 10.00	«Югорка» «Сказка» «Рябинушка» ЦРР «Солнышко»	дев. 4 мал.4 Мониторинг навыка
6.	Губернаторские состязания Финал ФСК «Сибиряк» (подтягивание, бег 300 м, челночный бег)	6-7 лет	12.04.2023 в 10.00 12.04.2023 в 11.00 13.04.2023 в 10.00 13.04.2023 в 11.00 14.04.2023 в 10.00 18.04.2023 10-00ч 19.04.2023 10-00ч 20.04.2023 10-00ч	ЦРР «Сказка» «Солнышко» «Рябинушка» «Югорка» «Солнышко» ЦРР, «Сказка» «Югорка», «Рябинушка»	дев.7 мал.7
7.	Отчетная презентация «Спортивно-оздоровительная работа в дошкольном учреждении»	Все возрастные группы	май 2023		
8.	Подведение итогов спартакиады		23 мая 2023	На ГМО	

***Обязанности главного судьи Спартакиады возлагаются на заместителя начальника управления культуры, спорта и молодежной политики администрации города Покачи Токареву Л.В.**

ПОЛОЖЕНИЕ
о проведении соревнований «Веселые старты» в зачет Спартакиады среди воспитанников дошкольных образовательных учреждений города Покачи

1. Цели и задачи

Соревнования «Веселые старты» среди детей дошкольных образовательных учреждений города Покачи проводятся:

- формирования потребности детей в здоровом образе жизни;
- развития и укрепления двигательных умений, навыков и физических качеств детей дошкольного возраста;
- смотра физкультурно-оздоровительной работы в дошкольных учреждениях;
- пропаганды физической культуры.

2. Сроки и места проведения

Соревнования «Веселые старты» среди детей дошкольных образовательных учреждений города (далее – «Веселые старты») проводятся в КСК «Нефтяник».

3. Руководство проведением соревнований

Общее руководство по проведению соревнований, медицинское обслуживание возлагается на МАУСОК «Звездный».

4. Участники соревнований

К участию в соревнованиях допускаются дети 5-7 лет – воспитанники дошкольных образовательных учреждений города Покачи.

Состав команды: 5 мальчиков + 5 девочек. В состав команды должны входить воспитанники из одного дошкольного образовательного учреждения.

К соревнованиям не допускаются учащиеся начальных классов образовательных учреждений, а так же воспитанники из других дошкольных образовательных учреждений.

Команда должна иметь единую спортивную форму, но последний участник в каждой команде должен быть в отличающийся (яркой) футболке.

5. Программа соревнований «Веселые старты»:

1. **Визитка** – эмблема, название.
2. **Команда «быстроногих»** - каждый участник команды с эстафетной палочкой добегают до ориентира, оббегают ориентир и возвращается обратно (расстояние 10 м). Передает эстафетную палочку из рук в руки за линией старта.
3. **На «льдинке»** - каждый участник выполняет прыжки на двух ногах из обруча в обруч до ориентира, берет в руки обручи, оббегают ориентир и обратно возвращается бегом (расстояние 6 м).
4. **Мяч над головой** – передача мяча над головой (*обязательное касание мяча руками каждым участником*).
5. **«Пингвины»** - каждый участник выполняет прыжки с ребристым мячом, зажатым между коленями до ориентира, берет в руки мяч, оббегают ориентир и возвращается обратно бегом (расстояние 6 м).
6. **Мяч капитану** – каждый участник выполняет бросок волейбольного мяча от груди капитану (расстояние 2 м).
7. **«Дорожка препятствий»** - каждый участник выполняет бег между конусами, пролезает под двумя дугами, выполняет прыжки на двух ногах из обруча в обруч, добегают до ориентира, оббегают ориентир и возвращается обратно (расстояние 12 м) (*штрафные очки: если дуги упали, прыжок выполнен толчком одной ноги, передача эстафеты до линии старта*).

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении соревнований «Папа, мама, я - спортивная семья» в зачет Спартакиады среди воспитанников дошкольных образовательных учреждений города Покачи

1. Цели и задачи

- организация активного отдыха детей и родителей;
- привлечение к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

2. Место проведения

Соревнования проводятся в КСК «Нефтяник».

3. Участники соревнований

К участию в соревнованиях допускаются дети детских дошкольных учреждений в возрасте 5-7 лет и их родители /папа и мама/. От каждого дошкольного учреждения не менее двух команд. Перед началом соревнований пройдет мандатная комиссия, на которую необходимо предоставить заявку от каждого дошкольного учреждения, паспорта и свидетельства о рождении.

4. Руководство по проведению соревнований

Общее руководство по проведению соревнований, медицинское обслуживание возлагается на МАУСОК «Звездный».

5. Обеспечение безопасности участников соревнований и зрителей

В целях обеспечения безопасности зрителей и участников спортивные соревнования разрешается проводить только на спортивных сооружениях, принятых к эксплуатации государственными комиссиями и при условии наличия актов готовности спортивного сооружения к проведению мероприятий, утверждаемых в установленном порядке и наличия паспортов безопасности. Спортивные объекты должны соответствовать всем требованиям и правилам соревнований по видам спорта, наличие спортивного оборудования и инвентаря должно соответствовать стандартам.

6. Награждение

Команды (3 человека) занявшие 1,2,3 – места награждаются дипломами, ценными призами. Все участники награждаются памятными сувенирами и сладкими призами.

7. Финансирование

Все расходы связанные с проведением соревнований, в рамках муниципальной программы «Обеспечение условий для развития физической культуры, школьного спорта и массового спорта в городе Покачи».

Программа соревнований «Папа, мама, я – спортивная семья»

1. «Факелonosцы» - с линии старта папа с «факелом» бежит до ориентира, оббегает его, возвращается к команде, передает «факел» маме, мама бежит до ориентира, оббегает его, возвращается к команде, передает «факел» ребенку, ребенок бежит до ориентира, оббегает его, возвращается к линии старта.

2. «Семейный прыжок» - с линии старта прыжок в длину с места выполняют: папа, мама и ребенок по очереди. Результаты суммируются.

3. «Паровозик» - с линии старта папа бежит до ориентира, оббегает его, возвращается к команде, берёт маму за руку, добегают до ориентира, оббегают его, возвращаются к линии старта. Берут ребёнка за руки, бегут до ориентира, оббегает его, возвращается к линии старта. Финиш – пересечение линии старта последним участником.

Штраф – если ребенок не бежит сам.

- если команда не держится за руки.

- заступ на линию старта до касания рук.

4. **Конкурс капитанов** - мама и папа стоят возле барьеров (расстояние – 3 м.), у мамы в руках корзина с игрушками, у папы – пустая (корзины держат двумя руками). Ребёнок переносит из одной корзины в другую игрушки. За раз можно перенести не более 2-х игрушек. Побеждает тот, кто быстрее перенесет все игрушки. Штраф – помощь родителей.

5. **Комбинированная эстафета** – с линии старта бегут по очереди папа, мама, ребёнок, перенос «воланчика» бадминтонной ракеткой до препятствия, преодолевают препятствие (ракетка и «воланчик» в руках), добегают до линии с мечами (3 шт.), «пинают» по мячу в ворота, возвращаются к команде по прямой, передают шарик и ракетку.

Финиш - пересечение линии старта последним участником.

Штраф – оббежал препятствие

- не «пнул» мяч

- заступ на линию старта при передачи эстафеты.

За каждое попадание в ворота – 5 сек. от общего времени.

ПОЛОЖЕНИЕ
о проведении соревнований «Перестрелка» среди воспитанников дошкольных образовательных учреждений города Покачи

1. Цели и задачи:

- развитие и укрепление двигательных умений, навыков и физических качеств детей дошкольного возраста;
- проверка навыков владения мячом;
- формирование потребности детей в здоровом образе жизни.

2. Место и сроки проведения:

Соревнования проводятся в детских дошкольных учреждениях среди групп согласно графику проведения.

Начало в **10.00** час.

3. Участники и условия проведения:

На участие в соревнованиях допускаются воспитанники дошкольных учреждений города, 4 девочки и 4 мальчика. Возраст участников 5-7 лет.

4. Руководство проведением:

Общее руководство подготовкой и проведением осуществляют инструкторы по физической культуре и спорту детских дошкольных учреждений, управление культуры, спорту и молодежной политики администрации города Покачи, управление образования администрации города Покачи.

5. Обеспечение безопасности участников соревнований и зрителей:

В целях обеспечения безопасности зрителей и участников спортивные соревнования разрешается проводить только на спортивных сооружениях, принятых к эксплуатации государственными комиссиями и при условии наличия актов готовности спортивного сооружения к проведению мероприятий, утверждаемых в установленном порядке и наличия паспортов безопасности. Спортивные объекты должны соответствовать всем требованиям и правилам соревнований по видам спорта, наличие спортивного оборудования и инвентаря должно соответствовать стандартам.

Протоколы проведения соревнований «Перестрелка» среди групп дошкольного учреждения предоставить в управление культуры, спорта и молодежной политики в течении 3-х дней.

6. Правила проведения подвижной игры «Перестрелка»

Подвижная игра проводится в детском дошкольном учреждении в форме развлечения или спортивного праздника.

В игре участвует две команды, соответствии с правилами игры.

Оценивается навык: Бросок мяча левой или правой рукой, двумя руками от груди. Ловля мяча двумя руками.

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении мониторинга по плаванию «Веселый дельфин» среди воспитанников дошкольных образовательных учреждений города Покачи

1. Цели и задачи

- популяризация вида спорта;
- организация активного отдыха детей;
- привлечение к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

2. Время и место проведения

Мониторинги проводятся в детских дошкольных учреждениях согласно графику проведения.

Начало соревнований в 10.00 час.

3. Участники

К участию в мониторингах допускаются воспитанники детского сада 5-7 лет прошедшие подготовку. Состав команды: 4 дев. + 4 мал.

4. Руководство по проведению

Общее руководство подготовкой и проведением осуществляют инструкторы по физической культуре и спорту детских дошкольных учреждений, управление культуры, спорта и молодежной политики администрации города Покачи, управление образования администрации города Покачи.

5. Обеспечение безопасности участников соревнований и зрителей

В целях обеспечения безопасности зрителей и участников спортивные соревнования разрешается проводить только на спортивных сооружениях, принятых к эксплуатации государственными комиссиями и при условии наличия актов готовности спортивного сооружения к проведению мероприятий, утверждаемых в установленном порядке и наличия паспортов безопасности. Спортивные объекты должны соответствовать всем требованиям и правилам соревнований по видам спорта, наличие спортивного оборудования и инвентаря должно соответствовать стандартам.

6. Правила проведения

Соревнования проводятся в детском дошкольном учреждении в форме развлечения или спортивного праздника, в соответствии с программой соревнований (в произвольной последовательности).

Оценивается навыки умения плавать.

Программа мониторинга по плаванию «Веселый дельфин»:

Эстафеты:

1. «Буксирчик» - проплыть с доской
2. Проплыть произвольно до отметки и обратно.
3. Кто быстрее соберет мячики в корзину
4. Упражнение на задержку дыхания «Медузы», «Поплавки»
5. «Водолазы» достань со дна предметы (быстрее соберет бутылочки)
6. «Сороконожка»

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении соревнований «Губернаторские состязания» в зачет Спартакиады среди воспитанников дошкольных образовательных учреждений города Покачи

1. Цели и задачи

Соревнования «Губернаторские состязания» среди детей дошкольных образовательных учреждений города Покачи проводятся в соответствии с единым календарным планом городских, окружных, межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Ханты-Мансийского автономного округа - Югры на 2022 год в целях:

- формирования потребности детей в здоровом образе жизни;
- развития и укрепления двигательных умений, навыков и физических качеств детей дошкольного возраста;
- смотра физкультурно-оздоровительной работы в дошкольных учреждениях;
- пропаганды физической культуры;
- организационно-экспериментальной апробации и внедрения отдельных видов испытаний (тестов) I ступени, входящих во Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне».

2. Сроки и места проведения

Соревнования «Губернаторские состязания» среди детей дошкольных образовательных учреждений города (далее – Губернаторские состязания) проводятся в III этапа:

I этап - соревнования внутри дошкольных учреждений - сентябрь 2021 – март 2022 года;

II этап - соревнования в муниципальном образовании г.Покачи - апрель 2022 года;

III этап - финальные соревнования «Губернаторские состязания» (заочные) - предоставление документов до 15 мая 2022 года в Департамент физической культуры и спорта Ханты-Мансийского автономного округа-Югры.

3. Руководство проведением соревнований

Общее руководство организацией и проведением муниципального этапа соревнований «Губернаторские состязания» осуществляют управление культуры, спорта и молодежной политики администрации города Покачи, управление образования администрации города Покачи и МАУСОК «Звездный».

Руководство подготовкой и проведением I этапа «Губернаторских состязаний» осуществляют инструкторы по спорту в детских дошкольных учреждениях города.

Непосредственное проведение и подведение итогов III этапа соревнований «Губернаторские состязания» осуществляет АУ «ЮграМегаСпорт».

4. Участники соревнований

К участию в соревнованиях допускаются дети 6-7 лет – воспитанники дошкольных образовательных учреждений города Покачи.

Состав команды: 7 мальчиков + 7 девочек. В состав команды должны входить дети из одного дошкольного образовательного учреждения.

К соревнованиям не допускаются учащиеся начальных классов образовательных учреждений, а так же воспитанники из других дошкольных образовательных учреждений.

5. Программа Губернаторских состязаний

1) Визитная карточка команды, 3-5 минут:

- а) название команды;
- б) эмблема;
- в) музыкальное представление команды.

2) Выполнение *единых тестовых упражнений (состав команды 7 мальчиков + 7 девочек)*

Тест №1 Бег 30 м с высокого старта (в КСК «Нефтяник»)

По команде «На старт» участники подходят к линии старта и занимают исходное положение. По команде «Внимание» наклоняются вперед и по команде «Марш» бегут к линии финиша по своей дорожке. Время фиксируется с точностью до 0,1 сек.

Тест №2 Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (дошкольное учреждение)

Прыжок в длину с места толчком двумя ногами выполняется в соответствующем секторе для прыжков. Место отталкивания должно обеспечивать хорошее сцепление с обувью. Участник принимает исходное положение: ноги на ширине плеч, ступни параллельно, носки ног перед линией измерения.

Одновременным толчком двух ног выполняется прыжок вперед. Мах руками разрешен.

Измерение производится по перпендикулярной прямой от линии измерения до ближайшего следа, оставленного любой частью тела участника. Участнику предоставляются три попытки. В зачет идет лучший результат.

Ошибки:

- 1) заступ за линию измерения или касание ее;
- 2) выполнение отталкивания с предварительного подскока;
- 3) отталкивание ногами разновременно.

Тест №3 Челночный бег 3x10 м. (дошкольное учреждение)

Перед началом забега на линии старта для каждого участника кладут два кубика. По команде «Марш» участник берет кубик и бежит к финишу, кладет кубик за линию финиша и, не останавливаясь, возвращается за вторым кубиком, который кладет рядом с первым. Секундомер выключается в момент касания кубиком пола. Время фиксируется с точностью до 0,1 сек. Бросать кубики запрещается.

Тест №4 Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (90 см) (в КСК «Нефтяник»)

Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине выполняется из исходного положения: вис лежа лицом вверх хватом сверху, кисти рук на ширине плеч, голова, туловище и ноги составляют прямую линию, пятки могут упираться в опору высотой до 4 см.

Высота грифа перекладины для участников I - III ступеней - 90 см.

Для того чтобы занять исходное положение, участник подходит к перекладине, берется за гриф хватом сверху, приседает под гриф и, держа голову прямо, ставит подбородок на гриф перекладины. После чего, не разгибая рук и не отрывая подбородка от грифа, шагая вперед, выпрямляется так, чтобы голова, туловище и ноги составляли прямую линию. Помощник судьи подставляет опору под ноги участника. После этого участник выпрямляет руки и занимает исходное положение. Из исходного положения участник подтягивается до пересечения подбородком грифа перекладины, затем опускается в вис и, зафиксировав на 0,5 секунд исходное положение, продолжает выполнение упражнения. Засчитывается количество правильно выполненных подтягиваний, фиксируемых счетом судьи.

Ошибки:

- 1) подтягивания с рывками или с прогибанием туловища;
- 2) подбородок не поднялся выше грифа перекладины;
- 3) отсутствие фиксации на 0,5 секунд исходного положения;
- 4) разновременное сгибание рук.

Тест №5 Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (дошкольное учреждение)

Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами выполняется из исходного положения: стоя на полу или гимнастической скамье, ноги выпрямлены в коленях, ступни ног расположены параллельно на ширине 10 - 15 см.

При выполнении испытания (теста) на полу участник по команде выполняет два предварительных наклона. При третьем наклоне касается пола пальцами или ладонями двух рук и фиксирует результат в течение 2 секунд.

При выполнении испытания (теста) на гимнастической скамье по команде участник выполняет два предварительных наклона, скользя пальцами рук по линейке измерения. При третьем наклоне участник максимально сгибается и фиксирует результат в течение 2 с. Величина гибкости измеряется в сантиметрах. Результат выше уровня гимнастической скамьи определяется знаком «-» , ниже - знаком «+».

Ошибки:

- 1) сгибание ног в коленях;
- 2) фиксация результата пальцами одной руки;
- 3) отсутствие фиксации результата в течение 2 секунд.

Тест №6 Бег 300 м., с высокого старта в спортивном зале (в КСК «Нефтяник»)

Бег выполняется по кругу в спортивном зале (измеряется длина одного круга, затем вычисляется общая длина дистанции, она должна быть 300 м.) В забеге могут участвовать 6-8 человек. Время определяется с точностью до 0,1 сек.

Тест №7 Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин (дошкольное учреждение)

Исходное положение лежа на спине руки за головой, ноги вместе согнуты в коленях под углом 90 градусов, ступни закреплены, фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей за 30 сек. При выполнении данного теста лопатки спины должны касаться мата. На выполнение упражнения дается одна попытка.

6. Определение победителей

Победители и призеры в командном зачете определяются по наибольшей сумме очков, набранных в единых тестовых упражнениях в соответствии с прилагаемой таблицей (приложение). В зачет идут результаты всех участников.

Протоколы II этапа соревнований «Губернаторские состязания» высылаются не позднее 13 мая 2022 года в управление культуры, спорта и молодежной политики администрации города Покачи, ул. Мира 8/1 – здание администрации, каб. №206, тел/факс 8(34669) 7-99-46 доб.2064 (Тугашова Наталья Владимировна), e-mail – uksimp@admpokachi.ru. Протоколы, направленные позже указанного срока, не рассматриваются.

7. Награждение победителей

Дошкольные образовательные учреждения, занявшие I, II, III места в соревнованиях «Губернаторские состязания» награждаются дипломами соответствующих степеней.

Абсолютные участники команд (1 мальчик, 1 девочка), награждаются медалями.

Все участники состязаний награждаются памятной спортивной атрибутикой, медалями и т.д.

8. Обеспечение безопасности участников соревнований и зрителей

В целях обеспечения безопасности зрителей и участников спортивные соревнования разрешается проводить только на спортивных сооружениях, принятых к эксплуатации государственными комиссиями и при условии наличия актов готовности спортивного сооружения к проведению мероприятий, утверждаемых в установленном порядке и наличия паспортов безопасности. Спортивные объекты должны соответствовать всем требованиям и правилам соревнований по видам спорта, наличие спортивного оборудования и инвентаря должно соответствовать стандартам.

Ответственные исполнители:

руководитель органа управления культуры, спорта и молодежной политики муниципального образования;

руководитель спортивного сооружения;

главный судья соревнований.

9. Финансовые условия

Расходы, связанные с организацией и проведением «Губернаторских состязаний» в рамках муниципальной программы «Обеспечение условий для развития физической культуры, школьного спорта и массового спорта в городе Покачи».

Таблица
оценки уровня физической подготовленности детей 6 - 7 лет при выполнении тестирования по программе соревнований «Губернаторские состязания» (мальчики и девочки)

Очки	Бег 30 м с высокого старта (сек.)		Прыжки в длину с места (см.)		Челночный бег (3 x 10 м) (с)		Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (кол-во раз)		Наклон вперед из положения стоя на гимнастическом скамье		Подъем туловища за 1 мин		Бег 300 м в спортзале (мин, сек.)	
	Мальчики	Девочки	Мальчики	Девочки	Мальчики	Девочки	Мальчики	Девочки	Мальчики	Девочки	Мальчики	Девочки	Мальчики	Девочки
30	5,9	6,2	140	135	9,2	9,7	13	11	7	9	35	30	1,21	1,30
29	6,0	6,3	137	132	9,3	9,8	12	10	6	-	34	-	1,22	1,31
28	6,1	6,4	134	128	9,4	9,9	11	9	-	8	-	29	1,23	1,32
27	6,2	6,5	131	124	9,5	10,0	10	8	5	-	33	28	1,24	1,33
26	6,3	6,6	128	120	9,6	10,1	9	7	-	-	-	-	1,25	1,34
25	6,4	6,7	125	117	9,7	10,2	8	-	-	7	32	27	1,26	1,35
24	6,5	6,8	122	115	9,8	10,3	7	6	-	-	-	26	1,27	1,36
23	6,6	6,9	120	112	9,9	10,4	-	-	4	-	31	-	1,28	1,37
22	6,7	7,0	117	108	10,0	10,5	6	-	-	6	30	25	1,29	1,38
21	6,8	7,1	115	105	10,1	10,6	-	-	-	-	29	24	1,30	1,39
20	6,9	7,2	111	102	10,2	10,7	-	-	-	-	-	-	1,31	1,40
19	7,0	7,3	107	99	10,3	10,8	-	5	3	5	28	23	1,32	1,41
18	7,1	7,4	104	96	10,4	10,9	-	-	-	-	27	-	1,33	1,42
17	7,2	7,5	101	93	10,5	11,0	5	-	-	-	-	22	1,34	1,43
16	7,3	7,6	98	90	10,6	11,1	-	-	2	4	6	-	1,35	1,44
15	7,4	7,7	94	87	10,7	11,2	-	4	-	-	25	21	1,36	1,45
14	7,5	7,8	90	84	10,8	11,3	-	-	-	-	24	20	1,37	1,46
13	7,6	7,9	86	81	10,9	11,4	4	-	-	3	23	-	1,38	1,47
12	7,7	8,0	82	78	11,0	11,5	-	-	1	-	-	19	1,39	1,48
11	7,8	8,1	78	75	11,1	11,6	-	-	-	-	22	-	1,40	1,49

10	7,9	8,2	74	72	11,2	11,7	-	3	-	2	-	18	1,41	1,50
9	8,0	8,3	70	69	11,3	11,8	-	-	0	-	21	17	1,42	1,51
8	8,1	8,4	69	66	11,4	11,9	3	-	-	1	-	-	1,43	1,52
7	8,2	8,5	68	65	11,5	12,0	-	-	-1	-	20	16	1,44	1,53
6	8,3	8,6	67	64	11,6	12,1	-	2	-	0	-	-	1,45	1,54
5	8,4	8,7	66	63	11,7	12,2	2	-	-2	-1	19	15	1,46	1,55
4	8,5	8,8	65	62	11,8	12,3	-	-	-	-	-	-	1,47	1,56
3	8,6	8,9	64	61	11,9	12,4	-	1	-	-2	18	14	1,48	1,57
2	8,7	9,0	63	60	12,0	12,5	-	-	-3	-3	-	-	1,49	1,58
1	8,8	9,1	62	59	12,1	12,6	1	-	-4	-4	17	13	1,50	1,59

Примечание: Если участник показал результат, превышающий значение 30 очков, то за 1 см., 1 раз, 300 м. (1 сек.), 30 м. (0,1 сек.) начисляется дополнительно 1 очко.