**Справка**

**о результатах успеваемости по физической культуре**

**выдана \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**(ФИО)**

**в том что он (она) действительно сдавал следующие нормативы и показал (а) следующие результаты:**

**Для юношей:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Перечень упражнений:** | **Результаты** |
| 1 | Подтягивание в висе на высокой перекладине (кол-во раз) |  |
| 2 | Бег на 1000 м (мин.с.) |  |
| 3 | Бег на 100 м (с.) |  |
| 4 | Прыжок в длину с места (см) |  |
| 5 | Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз /1 мин.) |  |

**Для девушек:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Перечень упражнений:** | **Результаты** |
| 1 | Сгибание-разгибание рук в упоре лежа от гимнастической скамейки (кол-во раз) |  |
| 2 | Бег на 500 м (либо другая более длинная дистанция) (мин.с.) |  |
| 3 | Бег на 100 м (с.) |  |
| 4 | Прыжок в длину с места (см) |  |
| 5 | Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз /1 мин.) |  |

Руководитель

образовательной организации \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 Подпись ФИО