**Контрольные нормативы по виду спорта «легкая атлетика»**

**Для детей 9-10 лет** применяются следующие нормативы:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Контрольные упражнения/тест** | **Мальчики** | **Девочки** |
| Бег на дистанции 30 м. | 5,3 | 5,5 |
| Бег на дистанции 200 м. | 36,0 | 38,0 |
| Прыжок в длину с места | 160 | 150 |

**Для детей 11-12 лет** применяются следующие нормативы:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Контрольные упражнения/тест** | **Мальчики** | **Девочки** |
| Бег на дистанции 30 м. | 5,1 | 5,2 |
| Бег на дистанции 200 м. | 34,0 | 37,0 |
| Прыжок в длину с места | 185 | 175 |

**Для детей 13 лет и старше** применяются следующие нормативы:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Контрольные упражнения/тест** | **Мальчики** | **Девочки** |
| Бег на дистанции 30 м. | 4,8 | 5,0 |
| Бег на дистанции 200 м. | 32,0 | 36,0 |
| Прыжок в длину с места | 205 | 190 |