**Шаблон для заполнения результатов**

**тестирования физической подготовленности**

Протокол 1. Результаты тестирования физической подготовленности.

В данном протоколе заполняются результаты в баллах и фактический результат тестирования каждым испытуемым.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Тест | Испытуемые | | | | | | Ср. знач. | |
| №1 | №2 | №3 | №4 | №5 | №6 | Показатель | Уровень |
| Бег на месте за 10 секунд |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Сгибание и разгибание рук в упоре лежа |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Тест «Аист» |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Наклон туловища вперед из исходного положения стоя на тумбе |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Гарвардский степ-тест |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Вывод о группе: |  | | | | | | | |

Интерпретация физической подготовленности

|  |  |
| --- | --- |
| Балл | Уровень развития физического качества |
| 0 | Низкий |
| 1 | Ниже среднего |
| 2 | Средний |
| 3 | Выше среднего |
| 4 | Высокий |