Приложение №3

***Результаты тестирования воспитанниц***

Группа

воспитанниц, имеющая избыток массы тела

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №пп | Фамилия, имя | Дата рожд. | Класс | Результаты проверенных упражнений |
| Бег 1км | Плав. 50м | Отжи мание | прыжок с места | Бег 60м | Метание мяча | 3 кувыркавперёд | Приём мяча сверху | Наклон вперёд стоя | Наклон вперёд сидя |
|  | Смирнова В.Е. | 09.09.2000 | 9а | 5.18 | 57,47 | 10 | 165 | 10.20 | 14 | 3.70 | 16 | 23 | 20 |
|  | Новикова Э.А. | 18.09.1999 | 9а | 7.01 | 1.07 | 0 | 163 | 11.20 | 25 | 4.00 | 16 | 25 | 25 |
|  | Корниенко М.Р. | 10.02.2000 | 9а | 8.38 | 1.23 | 0 | 150 | 11.10 | 10 | 7.00 | 5 | 22 | 20 |
|  | Зиятдинова У.Ю. | 28.04.1999 | 9б | 5.43 | 1.09 | 16 | 165 | 10.80 | 12 | 3.40 | 16 | 20 | 17 |
|  | Кожевникова Е.Е. | 23.11.1999 | 9в | 4.49 | 1.14 | 14 | 176 | 9.40 | 20 | 3.50 | 5 | 17 | 23 |
|  | Коркина Д.В. | 19.10.1999 | 9в | 4.53 | 39,0 | 15 | 193 | 9.70 | 26 | 3.60 | 50 | 13 | - |
|  | Горбачева П.Г. | 01.03.1999 | 9г | 5.09 | 1.04 | 14 | 202 | 9.60 | 43 | 3.80 | 40 | 19 | 23 |
|  | Белокобыльская А.О. | 02.05.2000 | 9г | 6.06 | 1.15 | 0 | 143 | 10.7 | 22 | 3.70 | 28 | 24 | 18 |
|  | Шапочка Е.Е. | 19.01.2000 | 9д | 4.28 | 1.05 | 20 | 180 | 9.60 | 20 | 4.70 | 16 | 11 | 16 |
|  | Абрамова Е.И. | 21.07.1999 | 9д | 5.37 | 55.0 | 2 | 170 | 10.80 | 24 | 3.50 | 18 | 15 | 30 |

Группа

воспитанниц, имеющая нормальную массу тела

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №пп | Фамилия, имя | Дата рожд. | Класс | Результаты проверенных упражнений |
| Бег 1км | Плав. 50м | Отжи мание | прыжок с места | Бег 60м | Метание мяча | 3 кувыркавперёд | Приём мяча сверху | Наклон вперёд стоя | Наклон вперёд сидя |
|  | Свирюкова А.С. | 12.03.1999 | 9а | 4.28 | 57,47 | 9 | 202 | 9.2 | 23 | 3.00 | 19 | 25 | 30 |
|  | Килина А.П. | 27.07.1999 | 9а | 4.26 | 1.03 | 15 | 199 | 9,5 | 30 | 3.50 | 21 | 25 | 20 |
|  | Коломиец А.Ю. | 19.02.2000 | 9б | 5.37 | 1.01 | 8 | 170 | 9.9 | 27 | 3.60 | 35 | 25 | 21 |
|  | Рыбакова В.В. | 25.07.1999 | 9б | 5.10 | 1.00 | 14 | 190 | 9.2 | 16 | 3.10 | 16 | 20 | - |
|  | Свирская К.В. | 28.03.1999 | 9в | 6.43 | 1.14 | 7 | 178 | 10.4 | 30 | 3.60 | 53 | 11 | 13 |
|  | Ходюк Е.А. | 02.02.1999 | 9в | 4.37 | 1.24 | 15 | 190 | 9.10 | 27 | 2.90 | 44 | 17 | 25 |
|  | Мельник Е.П. | 16.06.1999 | 9г | 6.30 | 1.02 | 13 | 155 | 19.60 | 20 | 4.40 | 16 | 16 | 25 |
|  | Султанова Э.М. | 27.12.1998 | 9г | 6.30 | 57.00 | 13 | 193 | 10.10 | 35 | 2.90 | 16 | 16 | 15 |
|  | Бондарь А.А. | 25.08.1999 | 9д | 4.28 | 1.03 | 0 | 160 | 9.50 | 22 | 4.10 | 16 | 16 | 25 |
|  | Сагунова В.И. | 09.10.1999 | 9д | 4.33 | 1.15 | 20 | 176 | 9.50 | 20 | 3.90 | 17 | 16 | 0 |

Группа

воспитанниц, имеющая избыток массы тела, близкую к ожирению

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №пп | Фамилия, имя | Дата рожд. | Класс | Результаты проверенных упражнений |
| Бег 1км | Плав. 50м | Отжи мание | прыжок с места | Бег 60м | Метание мяча | 3 кувыркавперёд | Приём мяча сверху | Наклон вперёд стоя | Наклон вперёд сидя |
|  | Шалыгина В.С. | 21.08.1999 | 9а | 8.00 | 1.22 | 0 | 130 | 14.0 | 27 | - | 16 | 4 | 15 |
|  | Гурякова А.В. | 31.03.1999 | 9б | 5.44 | 1.07 | 11 | 153 | 10.50 | 15 | 4.80 | 16 | 21 | 18 |
|  | Макогон О.М. | 23.05.2000 | 9б | 5.50 | 1.13 | 0 | 145 | 11.0 | 17 | 3.40 | 16 | 22 | 17 |
|  | Сорока Е.В. | 04.12.1998 | 9б | 5.17 | 1.01 | 4 | 164 | 10.70 | 15 | 3.60 | 16 | 23 | 22 |
|  | Зотова В.А. | 11.08.1999 | 9в | 4.37 | 1.04 | 20 | 173 | 9.8 | 30 | 5.00 | 16 | 25 | 32 |
|  | Лебединская В.Г. | 28.05.1999 | 9в | 7.32 | 1.10 | 4 | 153 | 11.8 | 20 | 4.10 | 28 | 11 | 10 |
|  | Никитина А.С. | 16.05.1999 | 9в | 6.00 | 45.0 | 25 | 198 | 9.20 | 25 | 3.60 | 14 | 24 | 24 |
|  | Наимова Я.О. | 14.02.1999 | 9г | 6.54 | 1.18 | 1 | 164 | 11.00 | 17 | 4.20 | 16 | 11 | 14 |
|  | Рукавицына Н.В. | 30.09.1999 | 9г | 7.00 | 1.44 | 0 | 145 | 13.0 | 15 | 6.10 | 4 | 0 | 0 |
|  | Карпенко И.Д. | 13.10.1999 | 9д | 6.38 | 1.44 | 0 | 175 | 12.2 | 13 | 5.00 | 13 | 21 | 14 |

Приложение №4

***Показатели уровня развития основных физических качеств***

Уровни физической подготовленности воспитанниц с избытком массы тела

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Ф.И.О.** | **Время оценки** | **Класс** | **Уровни физических качеств, балл** | **Общий уровень ФП, балл** |
| **Выносли-вость** | **Сила** | **Быстрота** | **Ловкость** | **Гибкость** |
| **1** | **Смирнова В.Е.** | **02.02-02.03 2015** | **9а** | **2,70** | **3,33** | **3,24** | **7,94** | **7,82** | **4,45** |
| **2** | **Новикова Э.А.** | **02.02-02.03 2015** | **9а** | **2,70** | **1,34** | **0,97** | **6,90** | **8,69** | **3,86** |
| **3** | **Корниенко М.Р.** | **02.02-02.03 2015** | **9а** | **2,44** | **0,58** | **0,38** | **0,00** | **7,31** | **2,22** |
| **4** | **Зиятдинова У.Ю.** | **02.02-02.03 2015** | **9б** | **2,65** | **3,81** | **0,73** | **8,52** | **5,84** | **3,92** |
| **5** | **Кожевникова Е.Е.** | **02.02-02.03 2015** | **9в** | **5,28** | **4,77** | **5,51** | **7,18** | **6,62** | **5,77** |
| **6** | **Коркина Д.В.** | **02.02-02.03 2015** | **9в** | **4,57** | **6,49** | **5,25** | **9,12** | **3,01** | **5,42** |
| **7** | **Горбачева П.Г.** | **02.02-02.03 2015** | **9г** | **2,70** | **6,22** | **6,28** | **8,69** | **6,70** | **5,17** |
| **8** | **Белокобыльская А.О.** | **02.02-02.03 2015** | **9г** | **2,70** | **0,19** | **2,44** | **8,69** | **7,52** | **4,10** |
| **9** | **Шапочка Е.Е.** | **02.02-02.03 2015** | **9д** | **8,71** | **6,68** | **5,14** | **5,00** | **4,10** | **6,70** |
| **10** | **Абрамова Е.И.** | **02.02-02.03 2015** | **9д** | **2,70** | **1,81** | **1,70** | **8,73** | **6,70** | **4,05** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Средние значения** | **3,72** | **3,52** | **3,16** | **7,08** | **6,43** | **4,57** |

Уровни физической подготовленности воспитанниц с нормальной массой тела.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Ф.И.О.** | **Время оценки** | **Класс** | **Уровни физических качеств, балл** | **Общий уровень ФП, балл** |
| **Выносли-вость** | **Сила** | **Быстрота** | **Ловкость** | **Гибкость** |
| **1** | **Свирюкова А.С.** | **02.02-02.03 2015** | **9а** | **7,37** | **4,47** | **5,86** | **9,34** | **8,87** | **7,40** |
| **2** | **Килина А.П.** | **02.02-02.03 2015** | **9а** | **8,64** | **7,12** | **6,32** | **9,38** | **7,85** | **8,15** |
| **3** | **Коломиец А.Ю.** |  | **9б** | **2,70** | **2,46** | **5,06** | **9,04** | **8,17** | **4,87** |
| **4** | **Рыбакова В.В.** |  | **9б** | **2,70** | **5,99** | **5,63** | **8,97** | **4,59** | **4,80** |
| **5** | **Свирская К.В.** |  | **9в** | **2,33** | **2,21** | **3,21** | **9,26** | **3,03** | **3,73** |
| **6** | **Ходюк Е.А.** |  | **9в** | **4,97** | **5,42** | **6,52** | **10,00** | **6,59** | **6,33** |
| **7** | **Мельник Е.П.** |  | **9г** | **2,70** | **1,69** | **0,30** | **5,66** | **6,36** | **3,25** |
| **8** | **Султанова Э.М.** |  | **9г** | **2,70** | **4,78** | **4,43** | **8,57** | **4,38** | **4,40** |
| **9** | **Бондарь А.А.** |  | **9д** | **7,98** | **1,01** | **5,24** | **6,60** | **6,64** | **6,45** |
| **10** | **Сагунова В.И.** |  | **9д** | **7,45** | **6,04** | **5,15** | **7,42** | **3,68** | **6,43** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Средние значения** | **4,95** | **4,12** | **4,77** | **8,42** | **6,02** | **5,58** |

Уровни физической подготовленности воспитанниц с массой тела близкой к ожирению.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Ф.И.О.** | **Время оценки** | **Класс** | **Уровни физических качеств, балл** | **Общий уровень ФП, балл** |
| **Выносли-вость** | **Сила** | **Быстрота** | **Ловкость** | **Гибкость** |
| **1** | **Шалыгина В.С.** | **02.02-02.03 2015** | **9а** | **2,17** | **0,00** | **1,17** | **4,05** | **2,07** | **2,11** |
| **2** | **Гурякова А.В.** | **02.02-02.03 2015** | **9б** | **1,95** | **1,02** | **1,58** | **4,55** | **6,25** | **2,85** |
| **3** | **Макогон О.М.** | **02.02-02.03 2015** | **9б** | **2,70** | **0,36** | **1,04** | **8,74** | **6,89** | **3,83** |
| **4** | **Сорока Е.В.** | **02.02-02.03 2015** | **9б** | **2,70** | **0,78** | **0,81** | **7,89** | **7,26** | **3,75** |
| **5** | **Зотова В.А.** | **02.02-02.03 2015** | **9в** | **6,67** | **5,64** | **5,27** | **4,05** | **8,95** | **6,23** |
| **6** | **Лебединская В.Г.** | **02.02-02.03 2015** | **9в** | **2,66** | **0,19** | **0,35** | **7,80** | **2,55** | **2,92** |
| **7** | **Никитина А.С.** | **02.02-02.03 2015** | **9в** | **2,70** | **7,59** | **6,22** | **7,53** | **8,10** | **5,29** |
| **8** | **Наимова Я.О.** | **02.02-02.03 2015** | **9г** | **2,06** | **0,92** | **0,06** | **6,22** | **3,17** | **2,51** |
| **9** | **Рукавицына Н.В.** | **02.02-02.03 2015** | **9г** | **1,09** | **0,00** | **0,00** | **1,14** | **0,11** | **0,69** |
| **10** | **Карпенко И.Д.** | **02.02-02.03 2015** | **9д** | **1,09** | **2,46** | **0,00** | **3,42** | **5,77** | **2,12** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Средние значения** | **2,58** | **1,90** | **1,65** | **5,54** | **5,11** | **3,23** |