Моргунова Е.В. (240-800-528) Приложение № 1

**Лист – успеха 10А класс**

 **/ Проверь себя и поверь в себя, ты сможешь улучшить свои достижения /**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Класс 10 А | **Бег** | Подтягивание | **Гибкость** | **Прыжки** | **Бросок**  | **Волейбол** |
| Фамилия, ИмяМесяцы/**Самооценка** | **30м** | 6 мин | 3х10 м |  |  |  |  | В длинус места | Скакалказа 30 с | Набивного мяча |  Прием мяча | Передачи /сверху двумяруками/  |
|  |  В парах | В парах | Над собой |
| IX | **Х** | IX | **X** | IX | **X** | IX | **X** | X | **XI** | IX | **X** | XI | **X** | IX | **X** | X | **XI** | X | **XI** | X | **IX** |
| Орлова Алина | **4** | 5,8 | 6,0 | 900 | 900 | 9,3  | 9,7 | 17 | 20 | 5 | 6 | 163 | 155 | 80 | 83 | 200 | 260 | 25 | 35 | 25 | 40 | 20 | 25 |
| Петрова Катя | **5** | 5,2 | 5,0 | 1300 | 1300 | 8,3 | 8,1 | 24 | 26 | 13 | 17 | 153 | 170 | 70 | 70 | 230 | 250 | 20 | 25 | 25 | 30 | 20 | 25 |
| Лобова Юля | **3** | 6,0 | 6,4 | 700 | 700 | 10,4 | 10,5 | 2 | 2 | 21,5 | 23 | 130 | 130 | 56 | 50 | 190 | 200 | 15 | 18+ | 15 | 15 | 10 | 13 |
| Судьи /СМГ А, Б / | Башкирова Ольга | Алексеева Тоня | Чухломина Света |  |  |  |