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, Имя  Месяцы/  **Самооценка** | | **30м** | | 6 мин | | 3х10 м | |  |  |  |  | В длину  с места | | Скакалка  за 30 с | | Набивного мяча | | Прием мяча | | Передачи /сверху двумя  руками/ | | | |
|  | | 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 | | |  | | |  | | |  | | | | |