**Паспорт здоровья**

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(Ф.И.О.)

учащегося \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_класса,

**Карта физического развития**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование** | **1 класс** | **4 класс** |
| Рост |  |  |
| Вес |  |  |
| Перенесённые заболеванияхронического и травматического характера |  |  |
| Мед. группа |  |  |
| Противопоказания (для занятий физ. упражнениями) |  |  |
| **Карта физической подготовленности:** |
| **Наименование** | **1 класс**нач. уч. года | **1 класс**кон. уч. года | **4 класс**нач. уч. года | **4 класс**кон. уч. года |
| рез-т | балл | рез-т | балл | рез-т | балл | рез-т | балл |
| Бег 30м |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Прыжок в длину с места |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Мальчики: подтягивание  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Девочки: подъем туловища |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Бег 1км (500 м- 1 класс)  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Средний ИГФ в % |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Уровень подготовленности |  |  |  |  |
| **Карта спортивных достижений** |
| **Наименование** | **1 класс** | **4 класс** |
| Спортивная школа (секция) |  |  |
| Тренер |  |  |
| Спортивный разряд |  |  |
| ***Легкая атлетика*** |
| Бег 60 м, с |   |  |
| Бег 500 м (девочки)/Бег 600м (мальчики) |  |  |
| Прыжок в высоту, см |  |  |
| Прыжок в длину с разбега, см |  |  |
| Метание м/м, м |  |  |
| ***Лыжи*** |
| Бег на лыжах 1 км (500 м- 1 класс),мин,c |  |  |
| ***Гимнастика*** |
| Гимнастическая комбинация, балл (по 5-ти балльной системе оценок) |  |  |
| ***Плавание*** |
| Плавание 25 м на груди с опорой, с |  |  |
| Плавание 25 м на спине с опорой, с. |  |  |
|  Плавание 25 м вольным стилем, с |  |  |

Учитель физической культуры\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Дата выдачи\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_