**Средние показатели физической подготовленности дошкольников**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Возрастная группа** | **Скоростно-силовые качества** | | | | **Координация движения** |
| **Бег (сек)** | **Прыжок в длину с места** | **Бросок набивного мяча из-за головы двумя руками**  **(вес-1 кг)** | **Метание мешочка на дальность правой и левой рукой (вес-200г)** | **Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками** |
| **2 младшая группа** | **10метров – 4,0** | **50 см** | **-** | **2 м** | **-** |
| **Средняя группа** | **20 метров – 5,5** | **70 см** | **1,2 м** | **3 м** | **5 раз** |
| **Старшая группа** | **30 метров – 8,0** | **80 см** | **1,8 м** | **4 м** | **10 раз** |
| **Подготовительная группа** | **30 метров – 7,0** | **90 см** | **2,5 м** | **4,5м** | **20 раз** |