Таблица оценки результатов испытаний по СФП

баллы	Прыжки через скакалку (кол-во раз/мин)	Подъем туловища из положения лежа(кол-во/30 сек)	Подъем ног в висе на шведской стенке (кол-во раз)	Отжимания в упоре лежа (кол-во раз)	Тест на координацию (комплексный, баллы)	Подтягивания в висе (кол-во раз)	Тест на гибкость (сумма сбавок в баллах)
10,0	200	40	20	23		13	0,3
9,5	190	38	19	22		12	0,5
9,0	180	36	18	21		11	0,8
8,5	170	34	17	20		10	1,0
8,0	160	32	16	19		9	1,2
7,5	150	30	15	18		8	1,4
7,0	140	29	14	17		7	1,6
6,5	130	28	13	16		6	1,8
6,0	120	27	12	15		--	2,0
5,5	110	26	11	14		5	2,2
5,0	100	25	10	13		--	2,4
4,5	90	24	9	12		4	2,6
4,0	80	23	8	11		--	2,8
3,5	70	22	7	10		3	3,0
3,0	60	21	6	9		--	3,2
2,5	50	20	5	8		2	3,4
2,0	40	19	4	7		--	3,6
1,5	30	18	3	6		1	3,8
1,0	20	17	2	5		--	4,0
0,5	10	15	1	4		--	4,2

возраст	Уровень развития физических качеств									
	мальчики					девочки				
	Низкий (сумма баллов)	Ниже среднего (сумма баллов)	Средний (сумма баллов)	Выше среднего (сумма баллов)	Высокий (сумма баллов)	Низкий (сумма баллов)	Ниже среднего (сумма баллов)	Средний (сумма баллов)	Выше среднего (сумма баллов)	Высокий (сумма баллов)
6	7 и ниже	15	20	25	30 и выше	5 и ниже	10	15	20	25
7	7 и ниже	15	20	25	30	5 и ниже	10	15	20	25
8	12 и ниже	20	25	30	35	10	15	20	25	30
9	17 и ниже	25	30	35	40	15	20	25	30	35
10	22 и ниже	30	35	40	45	20	25	30	35	40
11	27 и ниже	35	40	45	50	25	30	35	40	45
12	32 и ниже	40	45	50	55	30	35	40	45	50
13	37 и ниже	45	50	55	60	35	40	45	50	55
14	42 и ниже	50	55	60	65	40	45	50	55	60
15	47 и ниже	55	60	65	70	45	50	55	60	65