## Таблица

## оценки физической подготовленности АБИТУРИЕНТОВ

## при поступлении В ВОЕННЫЙ УЧЕБНЫЙ ЦЕНТР ПРИ ГУАП

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Категория  абитуриентов | Оценка физической подготовленности в трех упражнениях  (сила, быстрота, выносливость) | | | Баллы | Упражнения  (результат выполнения) | | |
| Упражнение №4  Подтягивание на  перекладине  (кол-во раз) | Упражнение  № 41  Бег 100м  или  № 42  Челночный бег 10х10 м,  (сек.) | Упражнение  № 46  Бег на 3000 м,  (мин.) |
| **«5»** | **«4»** | **«3»** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** |
| Не проходившие военную службу | 170 | 150 | 120 | 100 | 30 | 11,8/22,0 | 9.3 |
| 99 |  | 11,9/22,1 | 9.52 |
| Прошедшие военную службу | 210 | 190 | 150 | 98 | 29 | 11,9/22,2 | 9.54 |
| 97 |  | 12,0/22,3 | 9.57 |
| 96 | 28 | 12,0/22,4 | 10.00 |
| 95 |  | 12,1/22,5 | 10.03 |
| 94 | 27 | 12,1/22,6 | 10.07 |
| Пороговый уровень, минимум баллов в одном упражнении для абитуриентов:  - не проходившие военную службу – 26 баллов;  - прошедшие военную службу – 32 балла.  Таблица составлена  в соответствии с требованиями наставления по  физической подготовке  в Вооружённых Силах  Российской Федерации  (НФП-2009)  Наставление введено  в действие  приказом Министра обороны  Российской Федерации  № 200  от 21 апреля 2009 г. | | | | 93 |  | 12,2/22,0 | 10.1 |
| 92 | 26 | 12,2/22,1 | 10.13 |
| 91 |  | 12,3/22,2 | 10.16 |
| 90 | 25 | 12,3/22,3 | 10.19 |
| 89 |  | 12,4/22,4 | 10.22 |
| 88 | 24 | 12,4/22,5 | 10.25 |
| 87 |  | 12,5/22,6 | 10.28 |
| 86 | 23 | 12,5/22,7 | 10.3 |
| 85 |  | 12,6/22,8 | 10.33 |
| 84 | 22 | 12,6/22,9 | 10.36 |
| 83 |  | 12,7/23,7 | 10.39 |
| 82 | 21 | 12,7/23,8 | 10.42 |
| 81 |  | 12,8/23,9 | 10.45 |
| 80 | 20 | 12,8/24,0 | 10.48 |
| 79 |  | 12,9/24,1 | 10.51 |
| 78 | 19 | 12,9/24,2 | 10.54 |
| 77 |  | 13,0/24,3 | 10.57 |
| 76 | 18 | 13,0/24,4 | 11.0 |
| 75 |  | 13,1/24,5 | 11.03 |
| 74 | 17 | 13,1/24,6 | 11.06 |
| 73 |  | 13,2/24,7 | 11.09 |
| 72 | 16 | 13,2/24,7 | 11.12 |
| 71 |  | 13,3/24,8 | 11.15 |
| 70 | 15 | 13,3/24,8 | 11.13 |
| 69 |  | 13,3/24,9 | 11.21 |
| 68 |  | 13,4/24,9 | 11.24 |
| 67 |  | 13,4/25,0 | 11.27 |
| 66 | 14 | 13,4/25,0 | 11.3 |
| 65 |  | 13,5/25,1 | 11.34 |
|  | | | | 64 |  | 13,5/25,1 | 11.38 |
| 63 |  | 13,5/25,2 | 11.42 |
| 62 | 13 | 13,6/25,2 | 11.46 |
| 61 |  | 13,6/25,3 | 11.5 |
| 60 |  | 13,6/25,3 | 11.54 |
| 59 |  | 13,7/25,4 | 11.57 |
| 58 | 12 | 13,7/25,4 | 12 |
| 57 |  | 13,7/25,6 | 12.03 |
| 56 |  | 13,8/25,6 | 12.06 |
| 55 |  | 13,8/25,7 | 12.09 |
| 54 | 11 | 13,8/25,7 | 12.12 |
| 53 |  | 13,9/25,8 | 12.15 |
| 52 |  | 13,9/25,8 | 12.18 |
| 51 |  | 13,9/25,9 | 12.21 |
| 50 | 10 | 14,0/26,0 | 12.24 |
| 49 |  | 14,0/26,1 | 12.27 |
| 48 |  | 14,0/26,2 | 12.3 |
| 47 |  | 14,1/26,3 | 12.33 |
| 46 | 9 | 14,1/26,4 | 12.36 |
| 45 |  | 14,2/26,5 | 12.4 |
| 44 |  | 14,2/26,6 | 12.46 |
| 43 |  | 14,3/26,7 | 12.52 |
| 42 | 8 | 14,3/26,8 | 12.58 |
| 41 |  | 14,4/26,9 | 13.04 |
| 40 |  | 14,4/27,0 | 13.1 |
| 39 |  | 14,5/27,1 | 13.16 |
| 38 | 7 | 14,5/27,2 | 13.22 |
| 37 |  | 14,6/27,3 | 13.28 |
| 36 |  | 14,6/27,4 | 13.34 |
| 35 |  | 14,7/27,5 | 13.4 |
| 34 | 6 | 14,7/27,6 | 13.46 |
| 33 |  | 14,8/27,7 | 13.52 |
| 32 |  | 14,8/27,8 | 13.58 |
| 31 |  | 14,9/27,9 | 14.04 |
| 30 | 5 | 15,0/28,0 | 14.1 |
| 29 |  | 15,1/28,2 | 14.2 |
| 28 | 4 | 15,2/28,4 | 14.3 |
| 27 |  | 15,3/28,6 | 14.4 |
| 26 | 4 | 15,4/28,8 | 14.5 |