

ПРАВИЛА нарахування балів за виконання вправ з фізичної підготовки

Бали	Чоловіки			Жінки			Бали
	біг на 100 м	біг на 3 км	підтягування	згинання та розгинання рук в упорі лежачи	згинання та розгинання тулуба	біг на 1 км	
	№ 1	№ 3	№ 14	№ 20	№ 21	№ 1	
	хв., с	хв., с	кількість разів	кількість разів		хв., с	
1	2	3	4	5	6	7	8
100	13,80	12.00	17	32	50	4.20	100
99	13,85	12.04	-	-	-	4.22	99
98	13,90	12.08	-	-	49	4.24	98
97	13,95	12.12	-	-	-	4.26	97
96	14,00	12.16	-	-	48	4.28	96
95	14,05	12.20	16	31	-	4.30	95
94	14,10	12.24	-	-	47	4.32	94
93	14,15	12.28	-	-	-	4.34	93
92	14,20	12.32	-	-	46	4.36	92
91	14,25	12.36	-	-	-	4.38	91
90	14,30	12.40	15	30	45	4.40	90
89	14,35	12.44	-	-	-	4.42	89
88	14,40	12.48	-	-	44	4.44	88
87	14,45	12.52	-	29	-	4.46	87
86	14,50	12.56	-	-	43	4.48	86
85	14,55	13.00	14	-	-	4.50	85
84	14,60	13.04	-	28	42	4.52	84
83	14,65	13.08	-	-	-	4.54	83
82	14,70	13.12	-	-	41	4.56	82
81	14,75	13.16	-	27	-	4.58	81
80	14,80	13.20	13	-	40	5.00	80
79	14,85	13.24	-	-	-	5.02	79
78	14,90	13.28	-	26	39	5.04	78
77	14,95	13.32	-	-	-	5.06	77
76	15,00	13.36	-	-	38	5.08	76
75	15,05	13.40	12	25	-	5.10	75
74	15,10	13.44	-	-	37	5.12	74
73	15,15	13.48	-	-	-	5.14	73
72	15,20	13.52	-	24	36	5.16	72
71	15,25	13.56	-	-	-	5.18	71
70	15,30	14.00	11	-	35	5.20	70
69	15,35	14.06	-	23	-	5.22	69
68	15,40	14.12	-	-	34	5.24	68

1	2	3	4	5	6	7	8
67	15,45	14.18	-	-	-	5.26	67
66	15,50	14.24	-	22	33	5.28	66
65	15,55	14.30	10	-	-	5.30	65
64	15,60	14.36	-	-	32	5.32	64
63	15,65	14.42	-	21	-	5.34	63
62	15,70	14.48	-	-	31	5.36	62
61	15,75	14.54	-	-	-	5.38	61
60	15,80	15.00	9	20	30	5.40	60
59	15,85	15.06	-	-	-	5.42	59
58	15,90	15.12	-	-	29	5.44	58
57	15,95	15.18	-	19	-	5.46	57
56	16,00	15.24	-	-	28	5.48	56
55	16,05	15.30	8	-	-	5.50	55
54	16,10	15.36	-	18	27	5.52	54
53	16,15	15.42	-	-	-	5.54	53
52	16,20	15.48	-	-	26	5.56	52
51	16,25	15.52	-	17	-	5.58	51
50	16,30	16.00	7	-	25	6.00	50
49	16,35	16.06	-	-	-	6.03	49
48	16,40	16.12	-	16	24	6.06	48
47	16,45	16.18	-	-	-	6.09	47
46	16,50	16.24	-	-	23	6.12	46
45	16,55	16.30	6	15	-	6.15	45
44	16,60	16.36	-	-	22	6.18	44
43	16,65	16.42	-	-	-	6.21	43
42	16,70	16.48	-	14	21	6.24	42
41	16,75	16.52	-	-	-	6.27	41
40	16,80	17.00	5	-	20	6.30	40
39	16,85	17.06	-	13	-	6.33	39
38	16,90	17.12	-	-	19	6.36	38
37	16,95	17.18	-	-	-	6.39	37
36	17,00	17.24	-	12	18	6.42	36
35	17,05	17.30	4	-	-	6.45	35
34	17,10	17.36	-	-	17	6.48	34
33	17,15	17.42	-	11	-	6.51	33
32	17,20	17.48	-	-	16	6.54	32
31	17,25	17.52	-	-	-	6.57	31
30	17,30	18.00	3	10	15	7.00	30
29	17,35	18.08	-	-	-	7.03	29
28	17,40	18.16	-	-	14	7.06	28
27	17,45	18.24	-	9	-	7.09	27
26	17,50	18.32	-	-	13	7.12	26
25	17,55	18.40	2	-	-	7.15	25
24	17,60	18.48	-	8	12	7.18	24
23	17,65	18.56	-	-	-	7.21	23
22	17,70	19.04	-	-	11	7.24	22
21	17,75	19.12	-	7	-	7.27	21
20	17,80	19.20	-	-	10	7.30	20
19	17,85	19.28	-	-	-	7.33	19
18	17,90	19.36	-	6	9	7.36	18
17	17,95	19.44	-	-	-	7.39	17
16	18,00	19.52	-	-	8	7.42	16
15	18,05	20.00	1	5	-	7.45	15
14	18,10	20.12	-	-	7	7.48	14
13	18,15	20.24	-	-	-	7.51	13
12	18,20	20.36	-	4	6	7.54	12
11	18,25	20.48	-	-	-	7.57	11

1	2	3	4	5	6	7	8
10	18,30	21.00	-	-	5	8.00	10
9	18,35	21.12	-	3	-	8.03	9
8	18,40	21.24	-	-	4	8.06	8
7	18,45	21.36	-	-	-	8.09	7
6	18,50	21.48	-	2	3	8.12	6
5	18,55	22.00	-	-	-	8.15	5
4	18,60	22.12	-	-	2	8.18	4
3	18,65	22.24	-	1	-	8.21	3
2	18,70	22.36	-	-	1	8.24	2
1	18,75	22.48	-	-	-	8.27	1

НОРМАТИВИ
фізичної підготовленості кандидатів на навчання у ВВНЗ за
програмою підготовки офіцерів запасу

Оцінки	Вік цивільних осіб, бальний еквівалент за трьома вправами				Оцінка за недиференційованою шкалою
	до 25 років	25 - 29 років	30 - 34 років	35 - 39 років	
"відмінно"	220	205	190	175	Зараховано
"добре"	200	185	170	155	
"задовільно"	180	165	150	135	
"незадовільно"	≤ 179	≤ 164	≤ 149	≤ 134	Не зараховано