

ТРЕБОВАНИЯ, ПРЕДЪЯВЛЯЕМЫЕ К КАНДИДАТАМ ПРИ ПРОВЕРКЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ

Для юношей

Из числа гражданской молодежи, не служившей в ВС						Из числа сотрудников МЧС России и гражданской молодежи, отслужившей в ВС					
Бег		Подтягивание на перекладине		Кросс		Бег		Подтягивание на перекладине		Кросс	
100 м		Кол-во раз	Баллы	3000 м		100 м		Кол-во раз	Баллы	3000 м	
Сек.	Баллы			Мин.,сек	Баллы	Сек.	Баллы			Мин.,сек	Баллы
13,3	33	14	33	11,40	34	12,8	33	16	33	11,30	34
13,4	32	13	30	11,44	33	12,9	32	15	30	11,32	33
13,5	31	12	26	11,48	32	13,0	31	14	26	11,35	32
13,6	30	11	22	11,52	31	13,1	30	13	22	11,38	31
13,7	29	10	18	11,56	30	13,2	29	12	18	11,41	30
13,8	28	9	14	12,00	29	13,3	28	11	14	11,44	29
13,9	27	8	10	12,04	28	13,4	27	10	10	11,47	28
14,0	26			12,08	26	13,5	26			11,50	26
14,1	24			12,12	24	13,6	24			11,53	24
14,2	22			12,16	22	13,7	22			11,56	22
14,3	20			12,20	20	13,8	20			12,00	20
14,4	18			12,25	18	13,9	18			12,04	18
14,5	16			12,30	16	14,0	16			12,08	16
14,6	14			12,35	14	14,1	14			12,12	14
14,7	12			12,40	12	14,2	12			12,16	12
14,8	10			12,45	10	14,3	10			12,20	10
Более 14,8	0	Менее 8	0	Более 12,45	0	Более 14,3	0	Менее 10	0	Более 12,20	0

Для девушек

Из числа гражданской молодежи						Из числа сотрудников МЧС России					
Бег		Комплексное силовое упражнение		Кросс		Бег		Комплексное силовое упражнение		Кросс	
100 м		Кол-во раз	Баллы	1000 м		100 м		Кол-во раз	Баллы	1000 м	
Сек.	Баллы			Мин.,сек	Баллы	Сек.	Баллы			Мин.,сек	Баллы
16,2	33	32	33	4,15	34	15,6	33	37	33	4,02	34
16,3	32	31	32	4,17	32	15,7	32	36	32	4,04	32
16,4	31	30	31	4,19	31	15,8	31	35	31	4,06	31
16,5	30	29	30	4,22	30	15,9	30	34	30	4,10	30
16,6	28	28	26	4,25	28	16,0	28	33	26	4,14	28
16,7	26	27	22	4,28	26	16,1	26	32	22	4,18	26
16,8	24	26	18	4,32	24	16,2	24	31	18	4,22	24
16,9	22	25	14	4,36	22	16,3	22	30	14	4,26	22
17,0	20	24	10	4,44	20	16,4	20	29	10	4,30	20
17,1	18			4,44	18	16,6	18			4,34	18
17,2	16			4,48	16	16,8	16			4,38	16
17,3	14			4,52	14	17,0	14			4,42	14
17,4	12			4,56	12	17,2	12			4,46	12
17,5	10			5,00	10	17,4	10			4,50	10
Более 17,5	0	Менее 24	0	Более 5,00	0	Более 17,4	0	Менее 29	0	Более 4,50	0

Примечания:

1. Дополнительное вступительное испытание по физической подготовке оценивается в баллах по результатам выполнения трех контрольных упражнений: для юношей – подтягивание на перекладине, бег на 100 м, бег (кросс) на 3000 м; для девушек – силовое комплексное упражнение, бег на 100 м, бег на 1000м.

2. Минимальное количество баллов, подтверждающее успешное прохождение дополнительного вступительного испытания по физической подготовке – 30, при условии выполнения не менее двух контрольных упражнений.

3. Сдача нормативов начинается не ранее чем через 1,5 часа после приема пищи, в присутствии медицинского работника. Кандидатам предоставляется время для самостоятельной разминки перед сдачей нормативов (не менее 15 минут).

4. При заболевании кандидат освобождается от сдачи до периода выздоровления, но не позднее дня сдачи последнего дополнительного вступительного испытания.

5. Для выполнения норматива предоставляется одна попытка. В отдельных случаях (при срыве, падении и т.п.) председатель предметной экзаменационной комиссии может разрешить кандидату выполнить норматив повторно. Выполнение норматива с целью улучшения полученной оценки не допускается.