Приложение №3

**ТАБЛИЦЫ**

**перевода результатов выполнения упражнений по физической подготовке в баллы**

**ТАБЛИЦА**

**перевода в баллы результатов выполнения упражнений №№ 3, 5, 6, 17, 18, 19, 24, 25.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Баллы | Физическое качество "Сила" | Физическое качество "Быстрота" | Физическое качество "Выносливость" |
| Упражнение № 3. **Подтягивание на перекладине**  | Упражнение № 5. **Подъем переворотом на перекладине**  | Упражнение № 6. **Подъем силой на перекладине** | Упражнение № 17. **Бег 60 м** | Упражнение № 18. **Бег на 100 м** | Упражнение №19. **Челночный бег 10×10 м**  | Упражнение №24. **Бег на 1 км** | Упражнение №25. **Бег на 3 км** |
| Количество раз | Секунд | Минут, секунд |
| **100** | 25 | 25 | 15 | 7,8 | 12,0 | 24,0 | 3 мин 15 сек | 10 мин 30 сек |
| **99** |  - |  - | - |  - |  - | 24,1 | 3 мин 16 сек | 10 мин 32 сек |
| **98** |  - |  - | 14 | 7,9 | 12,1 | 24,2 | 3 мин 17 сек | 10 мин 34 сек |
| **97** |  - |  - | - |  - | -  | 24,3 | 3 мин 18 сек | 10 мин 36 сек |
| **96** |  - |  - | - | 8,0 | 12,2 | 24,4 | 3 мин 19 сек  | 10 мин 38 сек |
| **95** | 24 | 24 | 13 |  - |  - | 24,5 | 3 мин 20 сек | 10 мин 40 сек |
| **94** |  - |  - | - | 8,1 | 12,3 | 24,6 | 3 мин 21 сек  | 10 мин 42 сек |
| **93** |  - |  - | - |  - |  - | 24,7 | 3 мин 22 сек | 10 мин 44 сек |
| **92** |  - |  - | 12 | 8,2 | 12,4 | 24,8 | 3 мин 23 сек  | 10 мин 46 сек |
| **91** | 23 | 23 | - |  - |  - | 24,9 | 3 мин 24 сек  | 10 мин 48 сек |
| **90** |  - |  - | - | 8,3 | 12,5 | 25,0 |  - | 10 мин 50 сек |
| **89** |  - |  - | 11 |  - | -  | 25,1 | 3 мин 25 сек | 10 мин 52 сек  |
| **88** |  - |  - | - |  - | 12,6 | 25,2 |  - | 10 мин 54 сек |
| **87** | 22 | 22 | - | 8,4 | -  | 25,3 | 3 мин 26 сек | 10 мин 56 сек  |
| **86** |  - |  - | 10 |  - | 12,7 | 25,4 |  - | 10 мин 58 сек  |
| **85** |  - |  - | - |  - | -  | 25,5 | 3 мин 27 сек | 11 мин 00 сек  |
| **84** |  - |  - | - | 8,5 | 12,8 | 25,6 |  - | 11 мин 04 сек |
| **83** | 21 | 21 | 9 | - |  - | 25,7 | 3 мин 28 сек | 11 мин 08 сек  |
| **82** |  - |  -- | - |  - | 12,9 | 25,8 |  - | 11 мин 12 сек |
| **81** |  - |  - | - |  - | -  | 25,9 | 3 мин 29 сек | 11 мин 16 сек |
| **80** | 20 | 20 | - | 8,6 | 13,0 | 26,0 |  - | 11 мин 20 сек |
| **79** |  - |  - | - |  - | -  |  - | 3 мин 30 сек | 11 мин 24 сек |
| **78** | 19 | 19 | 8 |  - | 13,1 |  - | -  | 11 мин 28 сек |
| **77** | -  |  - | - |  - |  - | 26,1 | 3 мин 31 сек | 11 мин 32 сек |
| **76** | 18 | 18 | - |  - | 13,2 |  - |  - | 11 мин 36 сек |
| **75** |  - |  - | - | 8,7 |  - |  - | 3 мин 32 сек  | 11 мин 40 сек |
| **74** | 17 | 17 | - |  - |  - | 26,2 |  - | 11 мин 44 сек |
| **73** |  - |  - | 7 |  - | 13,3 |  - | 3 мин 33 сек  | 11 мин 48 сек |
| **72** | 16 | 16 | - |  - |  - |  - |  - | 11 мин 52 сек |
| **71** |  - |  - | - |  - |  - | 26,3 | 3 мин 34 сек  | 11 мин 56 сек |
| **70** | 15 | 15 | - | 8,8 | 13,4 |  - |  - | 12 мин 00 сек  |
| **69** |  - |  - | - |  - |  - |  - | 3 мин 35 сек  | 12 мин 04 сек  |
| **68** |  - |  - | - |  - |  - | 26,4 |  - | 12 мин 08 сек |
| **67** |  - |  - | - |  - | 13,5 |  - | 3 мин 36 сек  | 12 мин 12 сек |
| **66** | 14 | 14 | - |  - | -  |  - |  - | 12 мин 16 сек |
| **65** |  - |  - | 6 | 8,9 |  - | 26,5 | 3 мин 37 сек | 12 мин 20 сек |
| **64** |  - |  - | - |  - | 13,6 |  - |  - | 12 мин 24 сек |
| **63** |  - |  - | - |  - |  - | -  | 3 мин 38 сек | 12 мин 28 сек |
| **62** | 13 | 13 | - |  - |  - | 26,6 |  - | 12 мин 32 сек |
| **61** |  - |  - | - | -  | 13,7 |  - | 3 мин 39 сек  | 12 мин 36 сек |
| **60** |  - |  - | - | 9 |  - |  - |  - | 12 мин 40 сек |
| **59** |  - |  - | - |  - |  - | 26,7 | 3 мин 40 сек | 12 мин 44 сек |
| **58** | 12 | 12 | - |  - | 13,8 |  - |  - | 12 мин 48 сек |
| **57** |  - |  - | - |  - |  - |  - | 3 мин 41 сек | 12 мин 52 сек |
| **56** |  - |  - | 5 |  - |  - | 26,8 | -  | 12 мин 56 сек |
| **55** |  - |  - | - | 9,1 | 13,9 |  - | 3 мин 42 сек  | 13 мин 00 сек  |
| **54** | 11 | 11 | - |  - |  - |  - |  - | 13 мин 04 сек |
| **53** |  - |  - | - |  - |  - | 26,9 | 3 мин 43 сек | 13 мин 08 сек |
| **52** |  - |  - | - |  - | 14,0 |  - | -  | 13 мин 12 сек |
| **51** |  - |  - | - |  - |  - |  - | 3 мин 44 сек | 13 мин 16 сек |
| **50** | 10 | 10 | - | 9,2 | 14,1 | 27,0 |  - | 13 мин 20 сек |
| **49** |  - |  - | - |  - |  - |  - | 3 мин '45 сек | 13 мин 24 сек |
| **48** |  - |  - | - |  - | 14,2 |  - |  - | 13 мин 28 сек |
| **47** |  - |  - | 4 | -  |  - | 27,1 | 3 мин 46 сек | 13 мин 32 сек |
| **46** | 9 | 9 | - |  - | 14,3 |  - | -  | 13 мин 36 сек |
| **45** |  - |  - | - | 9,3 |  - |  - | 3 мин 47 сек  | 13 мин 40 сек |
| **44** |  - |  - | - |  - | 14,4 | 27,2 | -  | 13 мин 44 сек |
| **43** |  - |  - | - |  - |  - |  - | 3 мин 48 сек | 13 мин 48 сек |
| **42** | 8 | 8 | - |  - | 14,5 |  - | -  | 13 мин 52 сек |
| **41** |  - |  - | - | - |  - | 27,3 | 3 мин 49 сек  | 13 мин 56 сек |
| **40** |  - |  - | - | 9,4 | 14,6 |  - | 3 мин 50 сек  | 14 мин 00 сек |
| **39** |  - | -  | - |  - |  - |  - | 3 мин 51 сек | 14 мин 04 сек |
| **38** | 7 | 7 | 3 |  - | 14,7 | 27,4 | 3 мин 52 сек  | 14 мин 08 сек  |
| **37** |  - |  - | - |  - |  - |  - | 3 мин 53 сек | 14 мин 12 сек |
| **36** |  - |  - | - |  - | 14,8 |  - | 3 мин 54 сек  | 14 мин 16 сек |
| **35** |  - |  - | - | 9,5 | 14,9 | 27,5 | 3 мин 55 сек  | 14 мин 20 сек |
| **34** | 6 | 6 | - |  - | 15,0 |  - | 3 мин 56 сек | 14 мин 24 сек |
| **33** |  - |  - | - |  - | 15,1 |  - | 3 мин 57 сек  | 14 мин 28 сек |
| **32** |  - |  - | - |  - | 15,2 | 27,6 | 3 мин 58 сек | 14 мин 32 сек |
| **31** |  - |  - | - |  - | 15,3 |  - | 3 мин 59 сек  | 14 мин 36 сек |
| **30** | 5 | 5 | - | 9,6 | 15,4 |  - | 4 мин 00 сек | 14 мин 40 сек |
| **29** |  - |  - | 2 |  - | 15,5 | 27,7 | 4 мин 05 сек  | 14 мин 44 сек |

**ТАБЛИЦА**

**перевода в баллы результата выполнения упражнения № 10. Рывок гири (24 кг).**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Весовая категория | Баллы | Весовая категория | Баллы | Весовая категория | Баллы | Весовая категория | Баллы |
| до 70 кг |  до 80 кг | 80 + кг | до 70 кг | до 80 кг | 80 + кг | до 70 кг | до 80 кг | 80 + кг | до 70 кг | до 80 кг | 80 + кг |
| Количество раз | Количество раз | Количество раз | Количество раз |
| 65 | 75 | 85 | **100** | 47 | 57 | 67 | **64** | 29 | 39 | 49 | **33** | 11 | 21 | 31 | **15** |
| 64 | 74 | 84 | **98** | 46 | 56 | 66 | **62** | 28 | 38 | 48 | **32** | 10 | 20 | 30 | **14** |
| 63 | 73 | 83 | **96** | 45 | 55 | 65 | **60** | 27 | 37 | 47 | **31** | 9 | 19 | 29 | **13** |
| 62 | 72 | 82 | **94** | 44 | 54 | 64 | **58** | 26 | 36 | 46 | **30** | 8 | 18 | 28 | **12** |
| 61 | 71 | 81 | **92** | 43 | 53 | 63 | **56** | 25 | 35 | 45 | **29** | - | 17 | 27 | **11** |
| 60 | 70 | 80 | **90** | 42 | 52 | 62 | **53** | 24 | 34 | 44 | **28** | 7 | 16 | 26 | **10** |
| 59 | 69 | 79 | **88** | 41 | 51 | 61 | **50** | 23 | 33 | 43 | **27** | - | 15 | 25 | **9** |
| 58 | 68 | 78 | **86** | 40 | 50 | 60 | **47** | 22 | 32 | 42 | **26** | 6 | 14 | 24 | **8** |
| 57 | 67 | 77 | **84** | 39 | 49 | 59 | **45** | 21 | 31 | 41 | **25** | 5 | 13 | 23 | **7** |
| 56 | 66 | 76 | **82** | 38 | 48 | 58 | **43** | 20 | 30 | 40 | **24** | 4 | 12 | 22 | **6** |
| 55 | 65 | 75 | **80** | 37 | 47 | 57 | **41** | 19 | 29 | 39 | **23** | 3 | 11 | 21 | **5** |
| 54 | 64 | 74 | **78** | 36 | 46 | 56 | **40** | 18 | 28 | 38 | **22** | 2 | 10 | 20 | **4** |
| 53 | 63 | 73 | **76** | 35 | 45 | 55 | **39** | 17 | 27 | 37 | **21** | 1 | 9 | 19 | **3** |
| 52 | 62 | 72 | **74** | 34 | 44 | 54 | **38** | 16 | 26 | 36 | **20** | - | 8 | 18 | **2** |
| 51 | 61 | 71 | **72** | 33 | 43 | 53 | **37** | 15 | 25 | 35 | **19** | - | 7 | 17 | **1** |
| 50 | 60 | 70 | **70** | 32 | 42 | 52 | **36** | 14 | 24 | 34 | **18** | - | - | - | **-** |
| 49 | 59 | 69 | **68** | 31 | 41 | 51 | **35** | 13 | 23 | 33 | **17** | - | - | - | **-** |
| 48 | 58 | 68 | **66** | 30 | 40 | 50 | **34** | 12 | 22 | 32 | **16** | - | - | - | **-** |

**ТАБЛИЦА**

**перевода в рейтинговые баллы по сумме результатов выполнения трех упражнений по физической подготовке**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Сумма баллов за выполнение трех упражнений по физической подготовке | **менее** **120** | **120** | **121** | **…+1** | **194** | **195** **и более**  |
| Перевод набранных балловв 100-бальную шкалу | 0 | 25 | 26 | …+1 | 99 | 100 |

Минимальное количество баллов:

 по каждому отдельному упражнению – **30 баллов**

 в сумме, по результатам выполнения трех упражнений – **120 баллов**

**При не преодоления минимального порога** по одному из упражнений или по сумме результатов выполнения трех упражнений, кандидат признается **не соответствующим** требованиям, предъявляемым к поступающим в военный учебный центр при федеральной государственной образовательной организации высшего образования.