

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ УРОВНЯ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ АБИТУРИЕНТОВ

Легкая атлетика бег на короткие дистанции										
Балл	Бег 60 м с высокого старта (с)		Прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги (см)		Бег 300 метров (с)		Подтягивание из виса на перекладине (юноши), подтягивание из виса на низкой перекладине (девушки) (раз)		Десятерной прыжок в длину с места (см)	
	юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки	Юноши	девушки	юноши	девушки
10	7,3	8,2	2,60	2,30	38,5	43,5	16	24	25	23
9	7,4	8,3	2,55	2,25	38,9	43,9	15	23	24	22
8	7,5	8,4	2,50	2,20	39,4	44,4	14	22	23	21
7	7,6	8,5	2,45	2,15	39,9	44,9	13	21	22	20
6	7,7	8,6	2,40	2,10	40,5	45,5	12	20	21	19
5	7,8	8,7	2,35	2,05	40,8	45,9	11	19	20	18
4	7,9	8,8	2,30	2,00	41,3	46,3	10	18	19	17
3	8,0	8,9	2,25	1,95	41,7	46,8	9	17	18	16
2	8,1	9,0	2,20	1,90	42,2	47,2	8	16	17	15
1	8,2	9,10	2,15	1,85	42,7	42,7	7	15	16	14

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ УРОВНЯ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ АБИТУРИЕНТОВ

Легкая атлетика бег на средние и длинные дистанции										
Балл	Бег 60 м с высокого старта (с)		Прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги (см)		Бег 2000 метров (мин)		Подъем туловища до касания бедер в течение 30 с (раз)		Подтягивание из виса на перекладине (юноши), подтягивание из виса на низкой перекладине (девушки) (раз)	
	юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки	Юноши	девушки	юноши	девушки
10	7,8	8,8	240	200	6.00	7.10	18	15	12	18
9	7,9	8,9	236	196	6.06	7.15	17	14	11	17
8	8,0	9,0	232	192	6.09	7.18	16	13	10	16
7	8,1	9,1	228	198	6.17	7.22	15	12	9	15
6	8,2	9,2	224	184	6.20	7.26	14	11	8	14
5	8,3	9,3	220	180	6.24	7.30	13	10	7	13
4	8,4	9,4	216	176	6.28	7.34	12	9	6	12
3	8,5	9,5	212	172	6.32	7.37	11	8	5	11
2	8,6	9,6	210	168	6.34	7.42	10	7	4	10
1	8,7	9,7	206	164	6.38	7.46	9	6	3	9

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ УРОВНЯ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ АБИТУРИЕНТОВ

Легкая атлетика прыжки										
Балл	Бег 60 м с высокого старта (с)		Прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги (см)		Тройной прыжок в длину с места (м)		Подъем туловища до касания бедер в течение 30 с (раз)		Наклон вперед из положения, стоя с выпрямленными ногами на гимнастической скамейке (см)	
	юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки	Юноши	девушки	юноши	девушки
10	7,4	8,4	250	222	7,80	7,00	18	15	13	16
9	7,5	8,5	246	220	7,76	6,96	17	14	12	15
8	7,6	8,6	242	218	7,72	6,92	16	13	11	14
7	7,7	8,7	238	215	7,68	6,88	15	12	10	13
6	7,8	8,8	232	212	7,64	6,84	14	11	9	12
5	7,9	8,9	228	210	7,60	6,80	13	10	8	11
4	8,0	9,0	224	208	7,56	6,76	12	9	7	10
3	8,1	9,1	220	205	7,52	6,72	11	8	6	9
2	8,2	9,2	218	202	7,48	6,68	10	7	5	8
1	8,3	9,3	215	200	7,44	6,64	9	6	4	7

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ УРОВНЯ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ АБИТУРИЕНТОВ

Легкая атлетика метания										
Балл	Бег 60 м с высокого старта (с)		Прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги (см)		Тройной прыжок в длину с места (м)		Подъем туловища до касания бедер в течение 30 с (раз)		Подтягивание из виса на перекладине (юноши), подтягивание из виса на низкой перекладине (девушки) (раз)	
	юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки	Юноши	девушки	юноши	девушки
10	7,6	8,7	260	220	7,50	6,80	18	15	12	18
9	7,7	8,8	256	216	7,46	6,76	17	14	11	17
8	7,8	8,9	252	212	7,42	6,62	16	13	10	16
7	7,9	9,0	248	208	7,38	6,58	15	12	9	15
6	8,0	9,1	244	204	7,34	6,54	14	11	8	14
5	8,1	9,2	240	200	7,30	6,50	13	10	7	13
4	8,2	9,3	236	196	7,28	6,46	12	9	6	12
3	8,3	9,4	232	192	7,24	6,42	11	8	5	11
2	8,4	9,5	228	188	7,20	6,38	10	7	4	10
1	8,5	9,6	224	184	7,16	6,34	9	6	3	9

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ УРОВНЯ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ АБИТУРИЕНТОВ

Легкая атлетика многоборья										
Балл	Бег 60 м с высокого старта (с)		Прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги (см)		Тройной прыжок в длину с места (м)		Бег 800 метров (мин)		Подтягивание из виса на перекладине (юноши), подтягивание из виса на низкой перекладине (девушки) (раз)	
	юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки	Юноши	девушки	юноши	девушки
10	7,7	8,8	250	210	7,60	7,00	2.30	3.00	12	18
9	7,8	8,9	246	206	7,56	6,96	2.34	3.04	11	17
8	7,9	9,0	242	202	7,52	6,92	2.38	3.08	10	16
7	8,0	9,1	238	198	7,48	6,88	2.42	3.12	9	15
6	8,1	9,2	234	194	7,44	6,84	2.46	3.16	8	14
5	8,2	9,3	230	190	7,40	6,80	2.50	3.20	7	13
4	8,3	9,4	228	186	7,36	6,76	2.54	3.24	6	12
3	8,4	9,5	224	182	7,32	6,72	2.58	3.28	5	11
2	8,5	9,6	220	178	7,28	6,68	3.02	3.32	4	10
1	8,6	9,7	216	174	7,24	6,64	3.06	3.36	3	9

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ УРОВНЯ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ АБИТУРИЕНТОВ

Лыжные гонки										
Балл	Бег 100 м с высокого старта (с)		Прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги (см)		Подъем туловища до касания бедер в течение 30 секунд (раз)		Бег 1000 метров (мин)		Подтягивание из виса на перекладине (юноши), подтягивание из виса на низкой перекладине (девушки) (раз)	
	юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки	Юноши	девушки	юноши	девушки
10	14,0	15,2	230	200	18	15	3,10	3,30	16	24
9	14,1	15,3	226	196	17	14	3,12	3,32	15	23
8	14,2	15,4	224	192	16	13	3,14	3,34	14	22
7	14,3	15,5	220	188	15	12	3,16	3,36	13	21
6	14,4	15,6	216	186	14	11	3,18	3,38	12	20
5	14,5	15,7	212	184	13	10	3,20	3,40	11	19
4	14,6	15,8	208	180	12	9	3,22	3,42	10	18
3	14,7	15,9	204	176	11	8	3,24	3,44	9	17
2	14,8	16,0	200	172	10	7	3,26	3,46	8	16
1	14,9	16,1	196	168	9	6	3,28	3,48	7	15

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ УРОВНЯ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ АБИТУРИЕНТОВ

Спортивная борьба										
Балл	Бег 60 метров с высокого старта (с)		Прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги (см)		Бег 800 метров (мин)		Челночный бег 3х10м (с)		Подтягивание из виса на перекладине (юноши), подтягивание из виса на низкой перекладине (девушки) (раз)	
	юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки	Юноши	девушки	юноши	девушки
10	8,8	9,4	230	200	2.30	3.00	7,6	8,8	16	24
9	8,9	9,5	226	196	2.34	3.04	7,7	8,9	15	23
8	9,0	9,6	224	192	2.38	3.08	7,8	9,0	14	22
7	9,1	9,7	220	188	2.42	3.12	7,9	9,1	13	21
6	9,2	9,8	216	186	2.46	3.16	8,0	9,2	12	20
5	9,3	9,9	212	184	2.50	3.20	8,1	9,3	11	19
4	9,4	10,0	208	180	2.54	3.24	8,2	9,4	10	18
3	9,5	10,1	204	176	2.58	3.28	8,3	9,5	9	17
2	9,6	10,2	200	172	3.02	3.32	8,4	9,6	8	16
1	9,7	10,3	196	168	3.06	3.36	8,5	9,7	7	15

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ УРОВНЯ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ АБИТУРИЕНТОВ

Дзюдо										
Бал л	Бег 60 м с высокого старта (с)		Прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги (см)		Подъем туловища до касания бедер в течение 30 секунд (раз)		Челночный бег 3х10м (с)		Подтягивание из виса на перекладине (юноши), подтягивание из виса на низкой перекладине (девушки) (раз)	
	юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки	Юноши	девушки	юноши	девушки
10	8,8	9,4	230	200	18	15	7,6	8,8	16	24
9	8,9	9,5	226	196	17	14	7,7	8,9	15	23
8	9,0	9,6	224	192	16	13	7,8	9,0	14	22
7	9,1	9,7	220	188	15	12	7,9	9,1	13	21
6	9,2	9,8	216	186	14	11	8,0	9,2	12	20
5	9,3	9,9	212	184	13	10	8,1	9,3	11	19
4	9,4	10,0	208	180	12	9	8,2	9,4	10	18
3	9,5	10,1	204	176	11	8	8,3	9,5	9	17
2	9,6	10,2	200	172	10	7	8,4	9,6	8	16
1	9,7	10,3	196	168	9	6	8,5	9,7	7	15

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ УРОВНЯ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ АБИТУРИЕНТОВ

самбо										
Балл	Бег 60 метров с высокого старта (с)		Прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги (см)		Бег 800 метров (мин)		Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке		Подтягивание из виса на перекладине (юноши), подтягивание из виса на низкой перекладине (девушки) (раз)	
	юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки	Юноши	девушки	юноши	девушки
10	8,5	9,4	230	200	2.30	3.00	11	8	13	21
9	8,6	9,5	220	190	2.34	3.04	10	7	12	20
8	8,7	9,6	215	185	2.38	3.08	9	6	11	19
7	8,8	9,7	210	180	2.42	3.12	8	5	10	18
6	8,9	9,8	205	175	2.46	3.15	7	4	9	17
5	9,0	9,9	195	170	2.50	3.20	6	3	8	16
4	9,1	10,0	190	165	2.54	3.24	5	2	6	15
3	9,2	10,1	185	160	2.58	3.28	4	1	5	14
2	9,3	10,2	180	155	3.02	3.32	3	-	4	13
1	9,4	10,3	175	150	3.06	3.36	2	-	3	12

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ УРОВНЯ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ АБИТУРИЕНТОВ

Тяжелая атлетика										
Балл	Бег 60 м с высокого старта (с)		Прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги (см)		Подъем туловища до касания бедер в течение 30 секунд (раз)		Наклон вперед из положения, стоя с выпрямленными ногами на гимнастической скамейке (см)		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз)	
	юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки	Юноши	девушки	юноши	девушки
10	8,8	9,4	216	180	18	15	13	16	36	20
9	8,9	9,5	212	176	17	14	12	15	35	19
8	9,0	9,6	208	172	16	13	11	14	34	18
7	9,1	9,7	204	168	15	12	10	13	33	17
6	9,2	9,8	200	164	14	11	9	12	32	16
5	9,3	9,9	196	160	13	10	8	11	31	15
4	9,4	10,0	192	156	12	9	7	10	30	14
3	9,5	10,1	188	152	11	8	6	9	29	13
2	9,6	10,2	186	148	10	7	5	8	28	12
1	9,7	10,3	182	144	9	6	4	7	27	11

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ УРОВНЯ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ АБИТУРИЕНТОВ

Велоспорт BMX										
Балл	Бег 20 м с высокого старта (с)		Прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги (см)		Бег 600 метров (мин)		Челночный бег 3х10м (с)		Подтягивание из виса на перекладине (юноши), подтягивание из виса на низкой перекладине (девушки) (раз)	
	юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки	Юноши	девушки	юноши	девушки
10	3,4	3,7	2,30	2,20	1.38	1.43	7,6	8,8	12	18
9	3,5	3,8	2,26	2,16	1.39	1.44	7,7	8,9	11	17
8	3,6	3,9	2,22	2,12	1.40	1.45	7,8	9,0	10	16
7	3,7	4,0	2,18	2,08	1.41	1.46	7,9	9,1	9	15
6	3,8	4,1	2,14	2,04	1.42	1.47	8,0	9,2	8	14
5	3,9	4,2	2,10	2,00	1.43	1.48	8,1	9,3	7	13
4	4,0	4,3	2,06	1,96	1.44	1.49	8,2	9,4	6	12
3	4,1	4,4	2,02	1,94	1.45	1.50	8,3	9,5	5	11
2	4,2	4,5	1,98	1,90	1.46	1.51	8,4	9,6	4	10
1	4,3	4,6	1,94	1,86	1.47	1.52	8,5	9,7	3	9

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ УРОВНЯ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ АБИТУРИЕНТОВ

Плавание										
Балл	Выкрут прямых рук вперед-назад над головой ширина хвата (см)		Прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги (см)		Бросок набивного мяча 1 кг (м)		Челночный бег 3х10м (с)		Подтягивание из виса на перекладине (юноши), подтягивание из виса на низкой перекладине (девушки) (раз)	
	юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки	Юноши	девушки	юноши	девушки
10	45	60	230	200	5,3	4,5	9,4	10,0	12	18
9	46	61	226	196	5,25	4,45	9,5	10,1	11	17
8	47	62	224	192	5,20	4,40	9,6	10,2	10	16
7	48	63	220	188	5,15	4,35	9,7	10,3	9	15
6	49	64	216	186	5,10	4,30	9,8	10,4	8	14
5	50	65	212	184	5,05	4,25	9,9	10,5	7	13
4	51	66	208	180	5,0	4,20	10,0	10,6	6	12
3	52	67	204	176	4,95	4,15	10,1	10,7	5	11
2	53	68	200	172	4,90	4,10	10,2	10,8	4	10
1	54	69	196	168	4,85	4,05	10,3	10,9	3	9

**КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ УРОВНЯ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ
ПОДГОТОВКИ АБИТУРИЕНТОВ**

Футбол					
Балл	Бег 30 м с высокого старта (с)	Прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги (см)	Тройной прыжок в длину с места (м)	Бросок набивного мяча весом 1 кг (м)	Наклон вперед из положения, стоя с выпрямленными ногами на гимнастической скамейке (см)
	юноши	юноши	юноши	Юноши	юноши
10	4,4	205	6,40	6,50	-5
9	4,5	200	6,30	6,35	-3
8	4,6	195	6,25	6,20	0
7	4,7	190	6,20	6,00	+1
6	4,8	185	6,10	5,85	+2
5	4,9	180	6,00	5,75	+3
4	5,0	175	5,95	5,65	+4
3	5,1	170	5,90	5,55	+5
2	5,2	165	5,85	5,50	+6
1	5,3	160	5,80	5,45	+7

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ УРОВНЯ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ АБИТУРИЕНТОВ

Легкая атлетика ПОДА										
Балл	Бег 30 метров с высокого старта (с)		Прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги (см)		Бросок набивного мяча 1 кг (м)		Подъем туловища до касания бедер в течение 30 секунд (раз)		Подтягивание из виса на перекладине (юноши), подтягивание из виса на низкой перекладине (девушки) (раз)	
	юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки	Юноши	девушки	юноши	девушки
10	6,5	7,0	200	170	5,30	4,80	18	15	10	20
9	6,6	7,1	196	166	5,25	4,75	17	14	9	19
8	6,7	7,2	192	162	5,20	4,70	16	13	8	18
7	6,8	7,3	188	158	5,15	4,65	15	12	7	17
6	6,9	7,4	184	156	5,10	4,60	14	11	6	16
5	7,0	7,5	180	154	5,05	4,55	13	10	5	15
4	7,1	7,6	176	150	5,00	4,50	12	9	4	14
3	7,2	7,7	172	146	4,95	4,45	11	8	3	13
2	7,3	7,8	168	142	4,90	4,40	10	7	2	12
1	7,4	7,9	164	138	4,85	4,35	9	6	1	11