

УМОВИ ТВОРЧОГО КОНКУРСУ
З загальної фізичної підготовки
Повна загальна середня освіта (11 класів)
I. Нормативні вимоги.

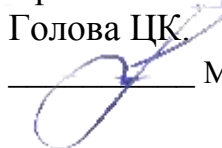
Бали	Віджимання		Стрибок у довжину з місця		Біг 100м		Крос 1000м	
	юнаки	дівчата	юнаки	дівчата	юнаки	дівчата	юнаки	дівчата
200	45	25	250см	205см	12,5	14,8	3.15,0	4.00,0
199								
198								
197								
196			245см				3.16,0	4.02,0
195				200см	12,6	14,9		
194	44	24						
193								
192							3.17,0	4.04,0
191			240см					
190				195см	12,7	15,0		
189	43	23						
188							3.18,0	4.06,0
187			235см					
186								
185				190см	12,8	15,1		
184							3.19,0	4.08,0
183	42	22	230см					
182								
181								
180				185см	12,9	15,2	3.20,0	4.10,0
179			225см					
178								
177	41	21						
176							3.21,0	4.12,0
175			220см	180см	13,0	15,3		
174								
173								
172							3.22,0	4.14,0
171	40	20						
170			215см	175см	13,1	15,4		
169								
168							3.23,0	4.16,0
167								
166	39	19	210см					
165				170см	13,2	15,5		
164							3.24,0	4.18,0
163								
162			205см					
161								
160	38	18		165см	13,3	15,6	3.25,0	4.20,0
159								

158			200см					
157								
156							3.26,0	4.22,0
155				160см	13,4	15,7		
154	37	17	195см					
153								
152							3.27,0	4.24,0
151								
150			190см	155см	13,5	15,8		
149	36	16						
148							3.28,0	4..26,0
147								
146								
145			185см	150см	13,6	15,9		
144							3.29,0	4.28,0
143	35	15						
142								
141			180см					
140				145см	13,7	16,0	3.30,0	4.30,0
139								
138								
137	34	14	175см					
136							3.31,0	4.32,0
135				140см	13,8	16,1		
134								
133			170см					
132							3.32,0	4.34,0
131	33	13						
130				135см	13,9	16,2		
129			165см					
128							3.33,0	4.36,0
127								
126	32	12						
125								
124			160см	130см	14,0	16,3	3.34,0	4.38,0
123								
122								
121	31	11						
120			155см	125см	14,1	16,4	3.35,0	4.40,0
119								
118								
117								
116	30	10	150см				3.36,0	4.42,0
115				120см	14,2	16,5		
114								
113								
112			145см				3.37,0	4.44,0
111	29	9						
110				115см	14,3	16,6		
109								

108			140см				3.38,0	4.46,0
107								
106	28	8						
105				110см	14,4	16,7		
104			135см				3.39,0	4.48,0
103								
102								
101								
100	27	7	130см	105см	14,5	16,8	3.40,0	4.50,0

Кожне з 4 випробувань оцінюється окремо по 200 бальній системі. Загальна оцінка з загальної фізичної підготовки (ЗФП) виводиться шляхом додавання суми балів з кожного окремого виду кількості нормативів (4).

Розглянуто і ухвалено
на засіданні циклової
комісії легкої та важкої атлетики
Протокол № 6 від 25.01. 2017 р.
Голова ЦК

 М.А. БОРИСОВ