

ТАБЛИЦА ОЦЕНКИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ

Категория	Пороговый уровень, минимум баллов в одном каком-либо упражнении	Итоговая оценка (балл) физической подготовленности при поступлении в УВЦ при РГУ нефти и газа (НИУ) имени И.М.Губкина	Минимальное количество баллов (из графы 3 таблицы), подтверждающее успешное прохождение вступительных испытаний при поступлении в УВЦ
1	2	3	4
Кандидаты из числа гражданской молодежи и военнослужащих (мужского пола)	26	Определяется как среднее арифметическое значение по результатам трех упражнений испытаний физической подготовки (Σ балл за бег 100м. + балл за бег 3 км. + балл за подтягивание) / 3	45

Примечание – представленные в таблице нормативы соответствуют спортивной форме одежды.

**ТАБЛИЦА НАЧИСЛЕНИЯ БАЛЛОВ
ЗА ВЫПОЛНЕНИЕ УПРАЖНЕНИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ**

Упражнение:	<u>бег на 100 м</u>	<u>бег на 3 км</u>	<u>подтягивание на перекладине</u>
<i>Ед. изм./баллы</i>	<i>с</i>	<i>мин, с</i>	<i>количество раз</i>
1	2	3	4
100	11,8	10.30	30
99	-	10.32	-
98	11,9	10.34	29
97	-	10.35	-
96	12,0	10.38	28
95	-	10.40	-
94	12,1	10.42	27
93	-	10.44	-
92	12,2	10.46	26
91	-	10.48	-
90	12,3	10.50	25
89	-	10.52	-
88	12,4	10.54	24
87	-	10.56	-
86	12,5	10.58	23
85	-	11.00	-
84	12,6	11.04	22
83	-	11.08	-
82	12,7	11.12	21
81	-	11.16	-
80	12,8	11.20	20
79	-	11.24	-
78	12,9	11.28	19
77	-	11.32	-
76	13,0	11.36	18
75	-	11.40	-
74	13,1	11.44	17
73	-	11.48	-
72	13,2	11.52	16
71	-	11.56	-
70	-	12.00	15
69	13,3	12.04	-
68	-	12.08	-
67	-	12.12	-
66	13,4	12.16	14
65	-	12.20	-
64	-	12.24	-

63	13,5	12.28	
62	-	12.32	13
61	-	12.36	
60	13,6	12.40	
59	-	12.44	
58	-	12.48	12
57	13,7	12.52	
56	-	12.56	
55	-	13.00	
54	13,8	13.04	11
53	-	13.08	
52	-	13.12	
51	13,9	13.16	
50	-	13.20	10
49	-	13.24	
48	14,0	13.28	
47	-	13.32	
46	14,1	13.36	9
45	-	13.40	
44	14,2	13.44	
43	-	13.48	
42	14,3	13.52	8
41	-	13.56	
40	14,4	14.00	
39	-	14.04	
38	14,5	14.08	7
37	-	14.12	
36	14,6	14.16	
35	-	14.20	
34	14,7	14.24	6
33	-	14.28	
32	14,8	14.32	
31	14,9	14.36	
30	15,0	14.40	5
29	15,1	14.44	
28	15,2	14.48	
27	15,3	14.52	
26	15,4	14.56	4