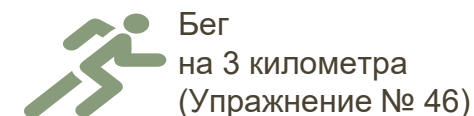
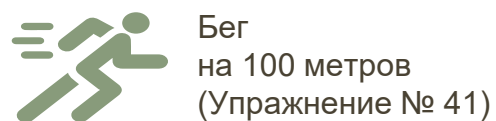
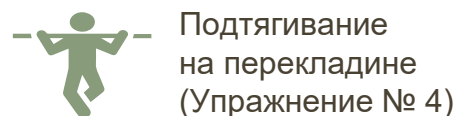




Оценка физической подготовленности

Упражнения для оценки по нормативам действующего Наставления по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации



Пример перевода в 100-балльную шкалу

Упражнение № 4 Подтягивание на перекладине		Упражнение № 41 Бег на 100 м		Упражнение № 46 Бег на 3 км		Сумма баллов	Оценка
количество раз	балл	секунд	балл	мин, сек.	балл		
4	26	15,4	26	14,56	26	78	«Неуд.»
8	42	14,4	40	14,00	40	122	«Удовл.»
10	50	13,9	51	13,20	50	151	«Хорошо»
12	58	13,6	60	12,52	57	175	«Отлично»



Пороговый минимум баллов в одном упражнении – 26

Пороговый минимум суммы баллов – 120

Начисление баллов осуществляется в соответствии с Наставлением по физической подготовке ВС РФ (НФП-2009, нормативы для поступающих в вузы Минобороны России)