Приложение 6

**Таблица**НачислениЯ баллов за выполнение упражнений
по физической подготовке

| Баллы | **Упражнение № 2** | **Упражнение № 3** | **Упражнение № 18** | **Упражнение № 21** | **Упражнение № 24** | **Упражнение № 25** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наклон туловища вперёд | Подтягивание на перекладине | Бег на 100 м | Плавание на 100 м вольным стилем | Бег на 1 км | Бег на 3 км |
| *кол-во раз* | *кол-во раз* | *сек.* | *мин, сек.* | *мин, сек.* | *мин, сек.* |
|  | ***СИЛА*** | ***СИЛА*** | ***БЫСТРОТА*** | ***ВЫНОСЛИВОСТЬ*** | ***ВЫНОСЛИВОСТЬ*** | ***ВЫНОСЛИВОСТЬ*** |
| 100 | 60 | 25 | 12,0 | 1,10 | 3,15 | 10.30 |
| 99 | - | - | - | 1,11 | 3,16 | 10.32 |
| 98 | - | - | 12,1 | 1,12 | 3,17 | 10.34 |
| 97 | 59 | - | - | 1,13 | 3,18 | 10.36 |
| 96 | - | - | 12,2 | 1,14 | 3,19 | 10.38 |
| 95 | - | 24 | - | 1,15 | 3,20 | 10.40 |
| 94 | 58 | - | 12,3 | 1,16 | 3,21 | 10.42 |
| 93 | - | - | - | 1,17 | 3,22 | 10.44 |
| 92 | - | - | 12,4 | 1,18 | 3,23 | 10.46 |
| 91 | 57 | 23 | - | 1,19 | 3,24 | 10.48 |
| 90 | - | - | 12,5 | 1,20 | - | 10.50 |
| 89 | - | - | - | 1,21 | 3,25 | 10.52 |
| 88 | 56 | - | 12,6 | 1,22 | - | 10.54 |
| 87 | - | 22 | - | 1,23 | 3,26 | 10.56 |
| 86 | - | - | 12,7 | 1,24 | - | 10.58 |
| 85 | 55 | - | - | 1,25 | 3,27 | 11.00 |
| 84 | - | - | 12,8 | 1,26 | - | 11.04 |
| 83 | - | 21 | - | 1,27 | 3,28 | 11.08 |
| 82 | 54 | - | 12,9 | 1,28 | - | 11.12 |
| 81 | - | - | - | 1,29 | 3,29 | 11.16 |
| 80 | - | 20 | 13,0 | 1,30 | - | 11.20 |
| 79 | 53 | - | - | 1,31 | 3,30 | 11.24 |
| 78 | - | 19 | 13,1 | 1,32 | - | 11.28 |
| 77 | - | - | - | 1,33 | 3,31 | 11.32 |
| 76 | 52 | 18 | 13,2 | 1,34 | - | 11.36 |
| 75 | - | - | - | 1,35 | 3,32 | 11.40 |
| 74 | - | 17 | - | 1,36 | - | 11.44 |
| 73 | 51 | - | 13,3 | 1,37 | 3,33 | 11.48 |
| 72 | - | 16 | - | 1,38 | - | 11.52 |
| 71 | - | - | - | 1,39 | 3,34 | 11.56 |
| 70 | 50 | 15 | 13,4 | 1,40 | - | 12.00 |
| 69 | - | - | - | 1,41 | 3,35 | 12.04 |
| 68 | - | - | - | 1,42 | - | 12.08 |
| 67 | 49 | - | 13,5 | 1,43 | 3,36 | 12.12 |
| 66 | - | 14 | - | 1,44 | - | 12.16 |
| 65 | - | - | - | 1,45 | 3,37 | 12.20 |
| 64 | 48 | - | 13,6 | 1,46 | - | 12.24 |
| 63 | - | - | - | 1,47 | 3,38 | 12.28 |
| 62 | - | 13 | - | 1,48 | - | 12.32 |
| 61 | 47 | - | 13,7 | 1,49 | 3,39 | 12.36 |
| 60 | - | - | - | 1,50 | - | 12.40 |
| 59 | - | - | - | 1,51 | 3,40 | 12.44 |
| 58 | 46 | 12 | 13,8 | 1,52 | - | 12.48 |
| 57 | - | - | - | 1,53 | 3,41 | 12.52 |
| 56 | - | - | - | 1,54 | - | 12.56 |
| 55 | 45 | - | 13,9 | 1,55 | 3,42 | 13.00 |
| 54 | - | 11 | - | 1,56 | - | 13.04 |
| 53 | - | - | - | 1,57 | 3,43 | 13.08 |
| 52 | 44 | - | 14,0 | 1,58 | - | 13.12 |
| 51 | - | - | - | 1,59 | 3,44 | 13.16 |
| 50 | - | 10 | 14,1 | 2,00 | - | 13.20 |
| 49 | 43 | - | - | 2,01 | 3,45 | 13.24 |
| 48 | - | - | 14,2 | 2,02 | - | 13.28 |
| 47 | - | - | - | 2,03 | 3,46 | 13.32 |
| 46 | 42 | 9 | 14,3 | 2,04 | - | 13.36 |
| 45 | - | - | - | 2,05 | 3,47 | 13.40 |
| 44 | - | - | 14,4 | 2,06 | - | 13.44 |
| 43 | 41 | - | - | 2,07 | 3,48 | 13.48 |
| 42 | - | 8 | 14,5 | 2,08 | - | 13.52 |
| 41 | - | - | - | 2,09 | 3,49 | 13.56 |
| 40 | 40 | - | 14,6 | 2,10 | 3,50 | 14.00 |
| 39 | 39 | - | - | 2,11 | 3,51 | 14.04 |
| 38 | 38 | 7 | 14,7 | 2,12 | 3,52 | 14.08 |
| 37 | 37 | - | - | 2,13 | 3,53 | 14.12 |
| 36 | 36 | - | 14,8 | 2,14 | 3,54 | 14.16 |
| 35 | 35 | - | 14,9 | 2,15 | 3,55 | 14.20 |
| 34 | 34 | 6 | 15,0 | 2,16 | 3,56 | 14.24 |
| 33 | 33 | - | 15,1 | 2,17 | 3,57 | 14.28 |
| 32 | 32 | - | 15,2 | 2,18 | 358 | 14.32 |
| 31 | 31 | - | 15,3 | 2,19 | 3,59 | 14.36 |
| 30 | 30 | 5 | 15,4 | 2,20 | 4,00 | 14.40 |
| 29 | 29 | - | 15,5 | 2,21 | 4,05 | 14.44 |
| 28 | 28 | - | 15,6 | 2,22 | 4,10 | 14.48 |
| 27 | 27 | - | 15,7 | 2,23 | 4,15 | 14.52 |
| 26 | 26 | 4 | 15,8 | 2,24 | 4,20 | 14.56 |
| 25 | 25 |  | 15,9 |  | 4,25 |  |
| 24 | 24 | 16,0 | 4,30 |
| 23 | 23 | 16,1 | 4,35 |
| 22 | 22 |  | 16,3 |  | 4,40 |  |
| 21 | 21 | 16,5 | 4,45 |
| 20 | 20 | 16,7 | 4,50 |
| 19 | 19 | 16,9 | 4,55 |
| 18 | 18 | 17,1 | 5,00 |
| 17 | 17 | 17,3 | 5,10 |
| 16 | 16 | 17,5 | 5,15 |
| 15 | 15 | 17,6 | 5,20 |
| 14 | 14 | 17,7 | 5,25 |
| 13 | 13 | 17,8 | 5,30 |
| 12 | 12 | 18,0 | 5,35 |
| 11 | 11 | 18,1 | 5,40 |
| 10 | 10 | 18,2 | 5,45 |
| 9 | 9 | 18,3 | 5,50 |
| 8 | 8 | 18,4 | 5,55 |

Приложение 7



