

Таблица
оценки общей физической и специальной физической подготовленности
абитуриентов, поступающих на обучение, по специальности 49.02.01 «Физическая культура» (юноши)

Общая физическая подготовленность (ОФП)											
Упражнения		Уровень подготовки, баллы									
оценка		10	20	30	40	50	60	70	80	90	100
Полевые игроки	Подтягивание на перекладине (кол-во раз)	6	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	Прыжок в длину с места (см)	160	170	180	190	200	210	220	230	240	250
	Бег 30 м (сек)	5.40	5.20	5.00	4.80	4.70	4.60	4.50	4.40	4.35	4.30
	Бег 1 000 м (мин.сек)	5.50.00	5.00.00	4.40.00	4.30.00	4.20.00	4.10.00	4.00.00	3.50.00	3.40.00	3.30.00
Вратари	Подтягивание на перекладине (кол-во раз)	6	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	Прыжок в длину с места (см)	160	170	180	190	200	210	220	230	240	250
	Бег 30 м (сек)	5.40	5.20	5.00	4.80	4.70	4.60	4.50	4.40	4.35	4.30
	Бег 1 000 м (мин.сек)	5.50.00	5.00.00	4.40.00	4.30.00	4.20.00	4.10.00	4.00.00	3.50.00	3.40.00	3.30.00
Специальная физическая подготовка (СФП)											
Упражнения		Уровень подготовки, баллы									
оценка		10	20	30	40	50	60	70	80	90	100
Полевые игроки	Бег на коньках лицом вперед 30 м (сек)	6.00	5.50	5.00	4.80	4.70	4.60	4.50	4.40	4.35	4.30
	Бег на коньках спиной вперед 30 м (сек)	6.60	6.40	6.20	6.00	5.80	5.65	5.50	5.35	5.20	5.10
	Челночный бег на коньках 6 x 9 м (сек)	15.50	15.00	14.50	14.00	13.50	13.00	12.75	12.50	12.25	12.00
	Бег на коньках слаломный без шайбы (сек)	13.00	12.50	11.75	11.50	11.25	11.00	10.75	10.50	10.25	10.00
	Бег на коньках слаломный с шайбой (сек)	14.00	13.50	13.00	12.50	11.75	11.50	11.25	11.00	10.75	10.50
Вратари	Бег на коньках лицом 18 м (сек)	4.20	4.00	3.90	3.80	3.70	3.60	3.50	3.40	3.35	3.30
	Бег на коньках спиной 18 м (сек)	4.65	4.60	4.55	4.50	4.40	4.35	4.30	4.25	4.20	4.15
	«Челночный бег» 10x10 м, (сек)	30.50	30.00	29.50	29.00	28.75	27.50	27.25	27.00	26.75	26.50
	Бег по малой восьмерке в стойке вратаря (сек.)	34.50	34.00	33.50	33.00	32.50	32.00	31.50	31.00	30.50	30.00
	Бег челночный в стойке вратаря (сек.)	33.50	33.00	32.50	32.00	31.50	31.00	30.50	30.00	29.50	29.00

Таблица
оценки общей физической и специальной физической подготовленности
абитуриентов, поступающих на обучение, по специальности 49.02.01 «Физическая культура» (девушки)

Общая физическая подготовленность (ОФП)											
Упражнения		Уровень подготовки, баллы									
оценка		10	20	30	40	50	60	70	80	90	100
Полевые игроки	Сгибание и разгибание рук (кол-во раз)	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
	Прыжок в длину с места (см)	145	150	155	160	165	170	175	180	185	190
	Бег 30 м (сек)	5.80	5.70	5.60	5.50	5.40	5.30	5.20	5.10	5.00	4.90
	Бег 1000 м (мин/сек)	6.20.00	6.00.00	5.45.00	5.30.00	5.15.00	5.00.00	4.45.00	4.30.00	4.15.00	4.00.00
Вратари	Сгибание и разгибание рук (кол-во раз)	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
	Прыжок в длину с места (см)	145	150	155	160	165	170	175	180	185	190
	Бег 30 м (сек)	5.80	5.70	5.60	5.50	5.40	5.30	5.20	5.10	5.00	4.90
	Бег 1000 м (мин/сек)	6.20.00	6.00.00	5.45.00	5.30.00	5.15.00	5.00.00	4.45.00	4.30.00	4.15.00	4.00.00
Специальная физическая подготовка (СФП)											
Упражнения		Уровень подготовки, баллы									
оценка		10	20	30	40	50	60	70	80	90	100
Полевые игроки	Бег на коньках лицом вперед 30 м (сек)	6.40	6.30	6.20	6.10	6.00	5.90	5.80	5.70	5.60	5.50
	Бег на коньках спиной вперед 30 м (сек)	7.90	7.75	7.50	7.25	7.00	6.75	6.50	6.35	6.20	6.00
	Челночный бег на коньках 6 x 9 м (сек)	17.50	17.00	16.50	16.00	15.50	15.00	14.75	14.50	14.25	14.00
	Бег на коньках слаломный без шайбы (сек)	13.00	12.80	12.60	12.40	12.30	12.20	12.10	12.00	11.90	11.80
	Бег на коньках слаломный с ведением шайбы (сек)	15.00	14.80	14.60	14.40	14.30	14.20	14.10	14.00	13.90	13.80
Вратари	Бег на коньках лицом 18 м (сек)	6.30	6.10	5.90	5.70	5.50	5.30	5.10	4.90	4.70	4.50
	Бег на коньках спиной 18 м (сек)	7.75	7.50	7.25	7.00	6.75	6.50	6.25	6.00	5.75	5.50
	«Челночный бег» 10x10 м, (сек)	37.50	37.00	36.50	36.00	35.50	35.00	34.50	34.00	33.50	33.00
	Бег по малой восьмерке в стойке вратаря (сек.)	45.00	43.00	41.00	40.00	39.00	38.00	37.00	36.00	35.00	34.00
	Бег челночный в стойке вратаря (сек.)	47.00	45.00	43.00	41.00	40.00	39.00	38.00	37.00	36.00	35.00

Таблица
оценки общей физической подготовленности
абитуриентов, поступающих на обучение, по специальности 49.02.02 «Адаптивная физическая культура»

Упражнения	Уровень подготовки, баллы										
	оценка	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100
Юноши											
Бег 30 м (сек)		5.60	5.50	5.40	5.30	5.20	5.10	5.00	4.90	4.80	4.70
Бег 400 м (сек)		79.00	78.00	77.00	76.00	75.00	74.00	73.00	72.00	71.00	70.00
Подтягивание на перекладине (кол-во раз)		5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Прыжок в длину с места (м/см)		170	175	180	185	190	195	200	205	210	215
Девушки											
Бег 30 м (сек)		5.90	5.80	5.70	5.60	5.50	5.40	5.30	5.20	5.10	5.00
Бег 400 м (сек)		84.00	83.00	82.00	81.00	80.00	79.00	78.00	77.00	76.00	75.00
Подтягивание из виса лёжа на низкой на перекладине (кол-во раз)		9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Прыжок в длину с места (м/см)		135	140	145	150	155	160	165	170	175	180