Проверка и оценка физической подготовленности кандидатов для поступления в Кадетский пожарно-спасательный корпус

Оценка физической подготовленности кандидатов из числа гражданской молодежи проводится в соответствии с учебными нормативами для учеников 9 класса по школьному предмету «Физическая культура» и положением «Наставления по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации 2023 года» (далее НФП-2023). Кандидаты для поступления из числа гражданской молодежи проходят испытания по физической подготовке по 3 упражнениям (подтягивание на перекладине, бег на 100 м, бег на 1 км.)

Требования к физической подготовленности считаются выполненными, если кандидат набрал сумму баллов по таблице нормативов, соответствующую оценке «удовлетворительно» при условии выполнения минимального порогового уровня в каждом упражнении. В случае невыполнения порогового уровня хотя бы в одном из упражнений (даже при наборе минимального количества баллов (90 баллов), или не набор минимального количества баллов, кандидату выставляется за физическую подготовленность оценка «неудовлетворительно».

Категория поступающих	Пороговый уровень - минимум баллов в одном упражнении	Оценка физической подготовленности в трех упражнениях		
Кандидаты из числа гражданской молодежи	30	5 (отл.)	4 (хор.)	3 (удов.)
		180	120	90

Таблица перевода результатов упражнений в баллы

	Упражнение № 3 подтягивание на перекладине	**Упражнение № 18 бег на 100 м**	**Упражнение № 24 бег на 1 км**
Ед. изм./баллы	количество раз	С	мин., с
Баллы свыше	1 подтягивание = 3 балла	0,1 = 2 балла	3 с = 1 балл
100	25	12,0	3,15
99	-	-	3,16
98	-	12,1	3,17
97	-	-	3,18
96	-	12,2	3,19
95	24	-	3,20
94	-	12,3	3,21
93	-	-	3,22
92	-	12,4	3,23
91	23	-	3,24
90	-	12,5	-
89	-	-	3,25
88	-	12,6	-
87	22	-	3,26
86	-	12,7	-
85	-	-	3,27
84	-	12,8	-
83	21	-	3,28
82	-	12,9	-
81	-	-	3,29
80	20	13,0	-
79	-	-	3,30

	Упражнение № 3 подтягивание на перекладине	**Упражнение № 18 бег на 100 м**	**Упражнение № 24 бег на 1 км**
Ед. изм./баллы	количество раз	С	мин., с
Баллы свыше	1 подтягивание = 3 балла	0,1 = 2 балла	3 с = 1 балл
78	19	13,1	-
77	-	-	3,31
76	18	13,2	-
75	-	-	3,32
74	17	-	-
73	-	13,3	3,33
72	16	-	-
71	-	-	3,34
70	15	13,4	-
69	-	-	3,35
68	-	-	-
67	-	13,5	3,36
66	14	-	-
65	-	-	3,37
64	-	13,6	-
63	-	-	3,38
62	13	-	-
61	-	13,7	3,39
60	-	-	-
59	-	-	3,40
58	12	13,8	-
57	-	-	3,41
56	-	-	-
55	-	13,9	3,42
54	11	-	-
53	-	-	3,43
52	-	14,0	-
51	-	-	3,44
50	10	14,1	-
49	-	-	3,45
48	-	14,2	-
47	-	-	3,46
46	9	14,3	-
45	-	-	3,47
44	-	14,4	-
43	-	-	3,48
42	8	14,5	-
41	-	-	3,49
40	-	14,6	3,50
39	-	-	3,51
38	7	14,7	3,52
37	-	-	3,53
36	-	14,8	3,54
35	-	14,9	3,55
34	6	15,0	3,56
33	-	15,1	3,57
32	-	15,2	3,58
31	-	15,3	3,59
30	5	15,4	4,0
29	-	15,5	4,05
28	-	15,6	4,10
27	-	15,7	4,15

	Упражнение № 3 подтягивание на перекладине	**Упражнение № 18 бег на 100 м**	**Упражнение № 24 бег на 1 км**
Ед. изм./баллы	количество раз	С	мин., с
Баллы свыше	1 подтягивание = 3 балла	0,1 = 2 балла	3 с = 1 балл
26	4	15,8	4,20
25	-	15,9	4,25
24	-	16,0	4,30
23	-	16,1	4,35
22	3	16,3	4,40
21	-	16,5	4,45
20	-	16,7	4,50
19	-	16,9	4,55
18	-	17,1	5,0
17	-	17,3	5,10
16	2	17,5	5,15
15	-	17,6	5,20
14	-	17,7	5,25
13	-	17,8	5,30
12	-	18,0	5,35
11	-	18,1	5,40
10	-	18,2	5,45
9	-	18,3	5,50
8	1	18,4	5,55
7	-	18,6	6,0
6	-	18,8	6,05

Примечание: форма одежды для сдачи нормативов – спортивная.