

## НОРМАТИВЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Контрольные упражнения	Зачетные показатели (баллы)							
	ЮНОШИ				ДЕВУШКИ			
	5	4	3	2	5	4	3	2
<b>Для поступающих в 7 класс Кадетского корпуса Колледжа</b>								
Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	40	34	28	25	---	---	---	---
Бег 60 м	9,1	9,7	10,3	10,6	---	---	---	---
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	25	19	14	12	---	---	---	---
<b>Для поступающих в 10 класс Кадетского корпуса Колледжа</b>								
Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	41	34	32	29	---	---	---	---
Бег 60 м	8,4	9,0	9,3	9,6	---	---	---	---
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	32	25	23	21	---	---	---	---
<b>Для поступающих на 1 курс (очная форма обучения) по образовательной программе среднего профессионального образования по специальности 40.02.02 Правоохранительная деятельность</b>								
Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	41	34	32	30	37	32	30	28
Бег на 60 метров, (сек.)	8,4	9,0	9,3	9,6	9,9	10,7	11,0	11,3
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	32	25	23	21	---	---	---	---
Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз)	---	---	---	---	14	10	8	6
Челночный бег 3x10 метров (сек.)	7.4	7.5	7.6	7.7	8.4	8.5	8.6	8.7