

ГБПОУ «СТАВРОПОЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»

«Утверждаю»
Директор Резин Хорин В.П.
«19» февраля 2025



**ОЦЕНКА УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ
ПОСТУПАЮЩИХ**

на освоение программы 20.02.02 Защита в чрезвычайных ситуациях
(юношей и девушек основной медицинской группы)

№ п/п	Нормативы	зачет/незачет	
		зачет	незачет
1	Кросс 1000 м, юноши (мин, сек)	3,50 (и менее)	3,52 (и более)
2	Кросс 1000 м, девушки (мин, сек)	4,00 (и менее)	4,02 (и более)
3	Подтягивание в висе на перекладине, юноши (кол-во раз)	14 (и более)	13 (и менее)
4	Сгибание и разгибание рук в упоре от скамейки, девушки (кол-во раз)	15 (и более)	14 (и менее)
5	Прыжок в длину с места, юноши (см)	230 (и более)	228 (и менее)
6	Прыжок в длину с места, девушки (см)	190 (и более)	188 (и менее)
7	Бег 60 м, юноши (сек)	8,2 (и менее)	8,3 (и более)
8	Бег 60 м, девушки (сек)	9,2 (и менее)	9,3 (и более)

Оцениваются физические качества:

выносливость, сила, прыгучесть и быстрота.

- для юношей

Выполнено **4** норматива – зачет

Не выполнен **1** норматив из 4 - незачет

- для девушек

Выполнено **4** норматива – зачет

Не выполнен **1** норматив из 4 - незачет

Составил:

Вараксина О.Ф. - руководитель физического воспитания