Додаток 10 до Правил прийому до ЛДУ БЖД в 2019 році
(пункти 9.2, 9.4 розділу 9)

НОРМАТИВИ

виконання вправ з фізичної підготовки для вступників
до вищих навчальних закладів цивільного захисту

№ з/п	Найменування вправ	Результати та бали вступників																		
Для осіб чоловічої статі																				
1	**Біг на 100 м (с)**	13,0	13,1	13,2	13,3	13,4	13,5	13,6	13,7	13,8	13,9	14,0	14,1	14,2	14,3	14,4	14,5	14,6	14,7	14,8	14,9
	Оцінка за 100-бальною шкалою	200	192	185	177	170	163	156	149	142	135	128	121	114	107	100	96	92	88	84	80
	Рівень фізичної підготовки	достатній															недостатній				
2	**Підтягування на перекладині (кількість підтягувань)**	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6								
	Оцінка за 100-бальною шкалою	200	187	174	161	148	136	124	112	100	90	85	80								
	Рівень фізичної підготовки	достатній									недостатній										
3	**Біг на 1000 м (хв,с)**	3,14	3,15	3,16	3,17	3,18	3,19	3,20	3,21	3,22	3,23	3,24	3,25	3,26	3,27	3,28	3,29	3,30	3,31	3,32	3,33	3,34	3,35	3,36	3,37	3,38	3,39	3,40	3,41	3,42	3,43	3,44	3,45	3,46	3,47	3,48	3,49	3,50
	Оцінка за 100-бальною шкалою	200	196	192	188	184	180	176	172	168	164	160	156	152	148	144	140	136	133	130	127	124	121	118	115	112	109	106	103	100	97	94	91	88	86	84	82	80
	Рівень фізичної підготовки	достатній																													недостатній							

Для осіб жіночої статі

№	Вправа																						
1	**Біг на 100 м (с)**	15,1	15,2	15,3	15,4	15,5	15,6	15,7	15,8	15,9	16,0	16,1	16,2	16,3	16,4	16,5	16,6	16,7	16,8	16,9	17,0	17,1	17,2
	Оцінка за 100-бальною шкалою	200	193	186	179	172	166	160	154	148	142	136	130	124	118	112	106	100	96	92	88	84	80
	Рівень фізичної підготовки	достатній																	недостатній				

№	Вправа												
2	**Згинання, розгинання рук з упору лежачи (кількість разів)**	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11
	Оцінка за 100-бальною шкалою	200	187	174	161	148	136	124	112	100	90	85	80
	Рівень фізичної підготовки	достатній									недостатній		

№	Вправа																																								
3	**Біг на 1000 м (хв, с)**	3,40	3,41	3,42	3,43	3,44	3,45	3,46	3,47	3,48	3,49	3,50	3,51	3,52	3,53	3,54	3,55	3,56	3,57	3,58	3,59	4,00	4,01	4,02	4,03	4,04	4,05	4,06	4,07	4,08	4,09	4,10	4,11	4,12	4,13	4,14	4,15	4,16	4,17	4,18	4,19
	Оцінка за 100-бальною шкалою	200	199	198	197	196	195	194	193	192	191	190	189	188	187	186	185	184	183	182	181	180	179	178	177	176	175	174	173	172	171	170	169	168	167	166	165	164	163	162	161
	Біг на 1000 м (хв, с)	4,20	4,21	4,22	4,23	4,24	4,25	4,26	4,27	4,28	4,29	4,30	4,31	4,32	4,33	4,34	4,35	4,36	4,37	4,38	4,39	4,40	4,41	4,42	4,43	4,44	4,45	4,46	4,47	4,48	4,49	4,50	4,51	4,52	4,53	4,54	4,55	4,56	4,57	4,58	4,59
	Оцінка за 100-бальною шкалою	160	159	158	157	156	155	154	153	152	151	150	149	148	147	146	145	144	143	142	141	140	139	138	137	136	135	134	133	132	131	130	129	128	127	126	125	124	123	122	120
	Біг на 1000 м (хв, с)	5,00	5,01	5,02	5,03	5,04	5,05	5,06	5,07	5,08	5,09	5,10	5,11	5,12	5,13	5,14	5,15	5,16	5,17	5,18	5,19	5,20	5,21	5,22	5,23	5,24	5,25	5,26	5,27	5,28	5,29	5,30	5,31	5,32	5,33	5,34	5,35	5,36	5,37	5,38	5,39
	Оцінка за 100-бальною шкалою	118	116	114	112	110	108	106	104	102	100	99	99	98	97	97	96	95	95	94	93	93	92	91	91	90	89	89	88	87	87	86	85	85	84	83	83	82	81	81	80
	Рівень фізичної підготовки	достатній										недостатній																													

Примітки:

1. Вступні випробування з фізичної підготовки проводяться протягом одного дня.
2. Вправа з бігу на 1000 м виконується останньою.