

**ТАБЛИЦА
НАЧИСЛЕНИЯ БАЛЛОВ ЗА ВЫПОЛНЕНИЕ УПРАЖНЕНИЙ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ**

(выписка из приложения № 14 Наставления по физической
подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации)

Баллы	Упражнение № 4 подтягивание на перекладине	Упражнение № 41 бег на 100 м	Упражнение № 46 бег на 3 км
	Количество раз	с	мин, с
100	30	11,8	10.30
99	-	-	10.32
98	29	11,9	10.34
97	-	-	10.35
96	28	12,0	10.38
95	-	-	10.40
94	27	12,1	10.42
93	-	-	10.44
92	26	12,2	10.46
91	-	-	10.48
90	25	12,3	10.50
89	-	-	10.52
88	24	12,4	10.54
87	-	-	10.56
86	23	12,5	10.58
85	-	-	11.00
84	22	12,6	11.04
83	-	-	11.08
82	21	12,7	11.12
81	-	-	11.16
80	20	12,8	11.20
79	-	-	11.24
78	19	12,9	11.28
77	-	-	11.32
76	18	13,0	11.36
75	-	-	11.40

Баллы	Упражнение № 4 подтягивание на перекладине	Упражнение № 41 бег на 100 м	Упражнение № 46 бег на 3 км
	Количество раз	с	мин, с
74	17	13,1	11.44
73	-	-	11.48
72	16	13,2	11.52
71	-	-	11.56
70	15	-	12.00
69	-	13,3	12.04
68	-	-	12.08
67	-	-	12.12
66	14	13,4	12.16
65	-	-	12.20
64	-	-	12.24
63	-	13,5	12.28
62	13	-	12.32
61	-	-	12.36
60	-	13,6	12.40
59	-	-	12.44
58	12	-	12.48
57	-	13,7	12.52
56	-	-	12.56
55	-	-	13.00
54	11	13,8	13.04
53	-	-	13.08
52	-	-	13.12
51	-	13,9	13.16
50	10	-	13.20
49	-	-	13.24
48	-	14,0	13.28
47	-	-	13.32
46	9	14,1	13.36

Баллы	Упражнение № 4 подтягивание на перекладине	Упражнение № 41 бег на 100 м	Упражнение № 46 бег на 3 км
	Количество раз	с	мин, с
45	-	-	13.40
44	-	14,2	13.44
43	-	-	13.48
42	8	14,3	13.52
41	-	-	13.56
40	-	14,4	14.00
39	-	-	14.04
38	7	14,5	14.08
37	-	-	14.12
36	-	14,6	14.16
35	-	-	14.20
34	6	14,7	14.24
33	-	-	14.28
32	-	14,8	14.32
31	-	14,9	14.36
30	5	15,0	14.40
29	-	15,1	14.44
28	-	15,2	14.48
27	-	15,3	14.52
26	4	15,4	14.56
25	-	15,6	15.00
24	-	15,8	15.04
23	-	16,0	15.08
22	3	16,2	15.12
21	-	16,4	15.16
20	-	16,7	15.20
19	-	16,9	15.24
18	-	17,1	15.28
17	-	17,3	15.32

Баллы	Упражнение № 4 подтягивание на перекладине	Упражнение № 41 бег на 100 м	Упражнение № 46 бег на 3 км
	Количество раз	с	мин, с
16	2	17,5	15.36
15	-	17,6	15.40
14	-	17,7	15.44
13	-	17,8	15.48
12	-	18,0	15.52
11	-	18,1	15.56
10	-	18,2	16.00
9	-	18,3	16.06
8	-	18,4	16.12
7	-	18,5	16.18
6	1	18,9	16.24

**Выписка из таблицы
оценки физической подготовленности военнослужащих**

Категория военнослужащих	Пороговый уровень, минимум баллов в одном упражнении	Пороговый уровень, минимум баллов в трех упражнениях
Кандидаты на военную кафедру из числа гражданской молодежи и военнослужащих	26	120