

Міністерство освіти і науки України
Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту

ЗАТВЕРДЖУЮ
Голова приймальної комісії,
професор

_____ В.Г.Савченко
«18» лютого 2020 р., наказ № 33-заг

**ПРОГРАМА
ТВОРЧОГО КОНКУРСУ**

нормативні вимоги з оцінки фізичних здібностей вступників за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» освітні програми: «тренерсько-викладацька діяльність», «фізичне виховання» за ступенем вищої освіти «Бакалавр»

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Творчий конкурс з оцінки фізичних здібностей особи включає в себе вправи і нормативи, які відображають рівень фізичної підготовленості вступників і складається з варіативних модулів програми, схваленої для використання в загальноосвітніх навчальних закладах Міністерством освіти і науки України та завдань для державної підсумкової атестації з фізичної культури (Навчальна програма з фізичної культури (рівень стандарту) для 10 – 11 класів, наказ МОН України № 1407 від 23.10.2017 року)).

В тестових завданнях передбачено визначення рівня розвитку: швидкості, витривалості, гнучкості, силової витривалості, швидкісно-силових якостей.

Творчий конкурс з оцінки фізичних здібностей особи проводиться згідно з розкладом затвердженого головою приймальної комісії, умовами виконання державних тестів та правилами змагань.

Перед початком творчого конкурсу з оцінки фізичних здібностей особи з вступниками проводиться консультація щодо умов виконання тестових завдань та місця проведення. Час виконання екзаменаційного завдання складає на одного вступника 15 хвилин. Загальний обсяг проведення вступного випробування (організація, почергове виконання, відпочинок між вправами) складає шість годин.

Особливості проведення творчого конкурсу.

Оцінка за творчий конкурс обчислюється як середнє арифметичне отриманих балів за кожну сесію конкурсу, яких не може бути більше трьох. Вступники, які отримали оцінку нижче мінімально встановленого приймальною комісією балу (мінімальна оцінка – 140) на одній з них, не допускаються до участі у наступній сесії творчого конкурсу та не допускаються до подачі документів, до участі у конкурсному відборі на навчання.

Оцінка за кожну сесію творчого конкурсу обчислюється як середнє арифметичне отриманих балів за кожне тестове завдання.

У програмі творчого заліку з оцінки фізичних здібностей вступників містяться критерії оцінювання до кожного тестового завдання.

Норматив з плавання є обов'язковим.

Виконання вправ.

Біг 100 метрів – тест призначений для контролю швидкісних здібностей.

Обладнання. Секундоміри, які фіксують десяті долі секунди. Відміряна 100 (30) метрова дистанція. Стартовий прапорець. Фінішна позначка.

Виконання тесту. За командою «На старт!» вступники стають біля стартової лінії у положенні високого старту (можна використовувати низький старт). При команді «Увага!» вступники приймають правильне стартове положення. За сигналом стартера вступники повинні якомога швидше подолати дану дистанцію, не знижуючи темпу бігу перед фінішем.

Результат. Час подолання дистанції з точністю до десятої долі секунди.

Загальні вказівки та зауваження. 1. У забігу можуть брати участь три вступника. 2. При виконанні фальстарту вступник до подальшої участі у забігу не допускається. 3. Вступники повинні бігти кожний по свої доріжки, у разі переходу на сусідню доріжку результат вступника не фіксується. 4. Виконується одна спроба.

Біг 1000 метрів – тест призначений для контролю загальної витривалості.

Обладнання. Секундоміри, які фіксують десяті долі секунди. Відміряна 1000 (800) метрова дистанція. Стартовий прапорець. Фінішна позначка.

Виконання тесту. За командою «На старт!» вступники стають біля стартової лінії у положенні високого старту. Коли всі готові за командою «Марш!» починається біг. Вступники повинні намагатися пробігти дистанцію якнайшвидше. При потребі дозволяється переходити на ходьбу але не покидати доріжку.

Результат. Час подолання дистанції з точністю до секунди.

Загальні вказівки та зауваження. 1. При виконанні фальстарту вступник до подальшої участі у забігу не допускається. 2. Виконується одна спроба.

Підтягування (чоловіки) – тест призначений для контролю розвитку динамічної сили.

Обладнання. Горизонтальна перекладина діаметром 2 – 3 см, лавка, магnezія. Перекладина розташована на такій висоті, щоб вступник міг виконати вис на прямих руках.

Виконання тестового завдання. Учасник тестування стає на лавку і хватом зверху (долонями вперед) береться за перекладину на ширині плечей, потім робить вис на прямих руках (ноги не торкаються підлоги). Після команди «Марш!», згинаючи руки, він підтягується до такого положення, коли його підборіддя буде над перекладиною. Потім вступник повністю випрямляє руки, опускаючись у вихідне положення. Вправа повторюється стільки разів, скільки це можливо.

Результат. Кількість безпомилкових підтягувань.

Загальні вказівки та зауваження. 1. Кожному учаснику дається лише одна спроба. 2. Не дозволяється розгойдуватися під час підтягування, допомагати собі, роблячи махи ногами. 3. Тест припиняється: а) якщо вступник робить зупинку на 2 і більше секунди; б) якщо вступнику не вдається зафіксувати положення підборіддя над перекладиною 2 рази підряд.

Нахил тулуба вниз (із положення стоячи) – тест використовується для визначення гнучкості хребетного стовпа.

Обладнання. Платформа або стілець. Планка з розміткою або жорстка лінійка (з розміткою від 0 до 50 см вгору і вниз).

Виконання тестового завдання. Вступник стає на платформу, ноги разом, носки біля краю платформи. Не згинаючи колін (при потребі вступнику допомагає екзаменатор), він нахиляється вперед, намагаючись дотягнутися руками якомога нижче. Положення максимального нахилу зберігається приблизно протягом 3 секунд.

Результат. Результатом тестування є визначення положення рук (або верхнього краю планки) в сантиметрах, що показує величину нахилу тулуба вниз. Якщо пальці рук не опускаються нижче рівня опорної платформи, то результат вимірювання записується із знаком «мінус», якщо ж опускається нижче – із знаком «плюс».

Загальні вказівки та зауваження. 1. При виконанні тесту стежать, щоб носки і п'яти вступника були разом, великі пальці ніг були на рівні переднього краю платформи, коліна не згиналися. Якщо учасник тестування згинає коліна, спроба не зараховується. 2. Тест виконується без ривків. 3. Виконується одна спроба.

Підтягування на перекладені із вису лежачі (жінки) – тест призначений для контролю розвитку динамічної сили.

Обладнання. Горизонтальна перекладина діаметром 2 – 3 см, лавка, магnezія. Перекладина розташована на такій висоті, щоб вступник міг виконати вис на прямих руках із положення лежачі.

Виконання тестового завдання. Учасник тестування стає перед перекладиною і хватом зверху (долонями вперед) береться за перекладину на ширині плечей, потім робить вис на прямих руках із положення лежачі (ноги торкаються підлоги). Після команди «Марш!», згинаючи руки, він підтягується до такого положення, коли його підборіддя буде над перекладиною. Потім учасник випрямляє руки, опускаючись у вихідне положення. Вправа повторюється стільки разів, скільки це можливо.

Результат. Кількість безпомилкових підтягувань.

Загальні вказівки та зауваження. 1. Кожному учаснику дається лише одна спроба. 2. Не дозволяється прогинатися в спині під час підтягування. 3. Ноги повинні бути випрямлені і знаходитися разом. 4. При опусканні тіла руки повинні повністю випрямлятися. 5. Тест припиняється: а) якщо вступник робить зупинку на 2 і більше секунди; б) якщо вступнику не вдається зафіксувати положення підборіддя над перекладиною 2 рази підряд.

Стрибок у довжину з розбігу – тест призначений для контролю розвитку стрибучості, швидкісно-силових якостей.

Обладнання. Бігова доріжка, стрибкова яма, рулетка, прапорець.

Виконання тестового завдання. Вступники можуть виконувати стрибки в довжину з розбігу способами «зігнув ноги» та «прогнувшись».

Результат. Довжина стрибка вимірюється в сантиметрах.

Загальні вказівки та зауваження. 1. Виконується дві спроби. 2. Вимірювання кожного стрибка проводиться одразу після його виконання. Результат вимірюється від найближчого сліду в ямі для приземлення до лінії відштовхування. 3. Спроба не зараховується: вступник заступає за лінію відштовхування; вступник робить сальто під час стрибка; відштовхується збоку від місця відштовхування.

Стрибок угору з місця (по Абалакову) – тест призначений для контролю швидкісно-силових якостей.

Обладнання. Розмітка на стіні. Магnezія або крейда.

Виконання тестового завдання. Вступник змащує кінчики пальців рук магnezією або крейдою, стає боком до стіни, де зроблена розмітка, ноги на ширині плечей, руки опущені. За командою «Можна!» вступник піднімає руки у гору і торкається кінчиками пальців розмітки. Потім він опускає руки донизу, ледь присідає і робить різкий змах зігнутими руками угору, відштовхується в тому ж напрямку ногами, стрибає вертикально угору, намагаючись якомога вище торкнутися кінчиками пальців рук розмітки.

Результат. Відстань визначена в сантиметрах між позначками, зробленими на стіні кінчиками пальців до і після стрибка.

Загальні вказівки та зауваження. 1. Зараховується кращий результат із двох спроб. 2. Не дозволяється під час підготовки до виконання стрибка згинати ноги або руки, стрибати з розбігу, торкатися розмітки після стрибка однією рукою.

Згинання і розгинання рук в упорі лежачі (жінки) – тест призначений для контролю розвитку силових здібностей вступників.

Обладнання. Рівний майданчик.

Виконання тестового завдання. Вступник приймає положення упору лежачи, руки випрямлені і розведені на ширину плечей кистями вперед, тулуб і ноги утворюють пряму лінію, пальці ступней опираються на підлогу. За командою «Марш!» вступник починає ритмічно з повною амплітудою згинати і розгинати руки.

Результат. Кількість безпомилкових згинань і розгинань рук за одну спробу.

Загальні вказівки та зауваження. 1. При згинанні рук необхідно торкатися грудьми опори. 2. Не дозволяється торкатися опори стегнами, згинати тіло і ноги, перебувати у вихідному положенні та із зігнутими руками більш як 3 с, лягати на підлогу, розгинати руки почергово, розгинати і згинати руки не з повною амплітудою. Згинання і розгинання рук, що виконується з помилками, не зараховується.

Згинання і розгинання рук в упорі на паралельних брусах (чоловіки) - тест призначений для контролю розвитку силових здібностей вступників.

Обладнання. Гімнастичні бруса, магnezія.

Виконання тестового завдання. Учасник тестування набуває положення упору на брусах, руки випрямлені, ноги не торкаються підлоги. Після команди «Можна» учасник починає ритмічно з повною амплітудою згинати і розгинати руки. Згинати руки до кута не більше 90° між плечем та передпліччям. Розгинання рук виконується повністю. Не допускається розкачування тулуба.

Результат. Кількість безпомилкових згинань і розгинань рук за одну спробу.

Загальні вказівки та зауваження. 1. Розгинати руки почергово, розгинати і згинати руки не з повною амплітудою. Згинання і розгинання рук, що виконується з помилками, не зараховується.

**Спеціальність 017 «Фізична культура і спорт», перша сесія
Гімнастика (чоловіки до 35 років)**

ВИД	ЗГИНАННЯ І РОЗГИНАННЯ РУК В УПОРІ НА ПАРАЛЕЛЬНИХ БРУСАХ, РАЗИ														
Бал	200	199	198	197	196	195	194	193	192	191	190	189	188	187	186
Рез-тат	36		35			34			33			32			31
Бал	185	184	183	182	181	180	179	178	177	176	175	174	173	172	171
Рез-тат			30			29			28			27			26
Бал	170	169	168	167	166	165	164	163	162	161	160	159	158	157	156
Рез-тат			25			24			23			22			21
Бал	155	154	153	152	151	150	149	148	147	146	145	144	143	142	141
Рез-тат			20			19			18			17			16
Бал	140	139	138	137	136	135	134	133	132	131	130	129	128	127	126
Рез-тат			15			14			13			12			11
Бал	125	124	123	122	121	120	119	118	117	116	115	114	113	112	111
Рез-тат			10			9			8			7			6
Бал	110	109	108	107	106	105	104	103	102	101	100				
Рез-тат			5			3			2		1				
ВИД	НАХИЛ ВПЕРЕД, СТОЯЧИ НА ГІМНАСТИЧНІЙ ЛАВЦІ НИЖЧЕ ОПОРИ, СМ														
Бал	200	199	198	197	196	195	194	193	192	191	190	189	188	187	186
Рез-тат	30		29			28			27			26			25
Бал	185	184	183	182	181	180	179	178	177	176	175	174	173	172	171
Рез-тат				24			23			22			21		
Бал	170	169	168	167	166	165	164	163	162	161	160	159	158	157	156
Рез-тат	20			19			18			17			16		
Бал	155	154	153	152	151	150	149	148	147	146	145	144	143	142	141
Рез-тат		15				14			13			12			11
Бал	140	139	138	137	136	135	134	133	132	131	130	129	128	127	126
Рез-тат			10			9			8					7	

Бал	125	124	123	122	121	120	119	118	117	116	115	114	113	112	111
Рез-тат			6				5					4			
Бал	110	109	108	107	106	105	104	103	102	101	100				
Рез-тат	3					2					1				
ВИД	ПІДТЯГУВАННЯ НА ПЕРЕКЛАДЕНІ (ХВАТОМ З ВЕРХУ), РАЗИ														
Бал	200	199	198	197	196	195	194	193	192	191	190	189	188	187	186
Рез-тат	30		29			28			27			26			25
Бал	185	184	183	182	181	180	179	178	177	176	175	174	173	172	171
Рез-тат				24			23			22			21		
Бал	170	169	168	167	166	165	164	163	162	161	160	159	158	157	156
Рез-тат	20			19			18			17			16		
Бал	155	154	153	152	151	150	149	148	147	146	145	144	143	142	141
Рез-тат		15				14			13			12			11
Бал	140	139	138	137	136	135	134	133	132	131	130	129	128	127	126
Рез-тат			10			9			8					7	
Бал	125	124	123	122	121	120	119	118	117	116	115	114	113	112	111
Рез-тат			6				5					4			
Бал	110	109	108	107	106	105	104	103	102	101	100				
Рез-тат	3					2					1				

**Спеціальність 017 «Фізична культура і спорт», перша сесія
Гімнастика (жінки до 35 років)**

ВИД	ЗГИНАННЯ І РОЗГИНАННЯ РУК В УПОРІ ЛЕЖАЧИ, РАЗИ														
Бал	200	199	198	197	196	195	194	193	192	191	190	189	188	187	186
Рез-тат	28			27			26			25			24		
Бал	185	184	183	182	181	180	179	178	177	176	175	174	173	172	171
Рез-тат	23			22			21			20			19		
Бал	170	169	168	167	166	165	164	163	162	161	160	159	158	157	156
Рез-тат	18			17			16			15			14		

Бал	155	154	153	152	151	150	149	148	147	146	145	144	143	142	141
Рез-тат		13				12				11				10	
Бал	140	139	138	137	136	135	134	133	132	131	130	129	128	127	126
Рез-тат			9				8				7				6
Бал	125	124	123	122	121	120	119	118	117	116	115	114	113	112	111
Рез-тат						5						4			
Бал	110	109	108	107	106	105	104	103	102	101	100				
Рез-тат			3				2				1				
ВИД	НАХИЛ ВПЕРЕД, СТОЯЧИ НА ГІМНАСТИЧНІЙ ЛАВЦІ НИЖЧЕ ОПОРИ, СМ														
Бал	200	199	198	197	196	195	194	193	192	191	190	189	188	187	186
Рез-тат	35			34			33			32			31		
Бал	185	184	183	182	181	180	179	178	177	176	175	174	173	172	171
Рез-тат	30			29			28			27			26		
Бал	170	169	168	167	166	165	164	163	162	161	160	159	158	157	156
Рез-тат	25			24			23			22			21		
Бал	155	154	153	152	151	150	149	148	147	146	145	144	143	142	141
Рез-тат	20			19			18			17			16		
Бал	140	139	138	137	136	135	134	133	132	131	130	129	128	127	126
Рез-тат	15			14			13			12			11		
Бал	125	124	123	122	121	120	119	118	117	116	115	114	113	112	111
Рез-тат	10			9			8			7			6		5
Бал	110	109	108	107	106	105	104	103	102	101	100				
Рез-тат	4				3			2			1				
ВИД	ПІДТЯГУВАННЯ НА ПЕРЕКЛАДЕНІ ІЗ ВИСУ ЛЕЖАЧИ (ХВАТОМ З ВЕРХУ), РАЗИ														
Бал	200	199	198	197	196	195	194	193	192	191	190	189	188	187	186
Рез-тат	26			25			24			23			22		
Бал	185	184	183	182	181	180	179	178	177	176	175	174	173	172	171
Рез-тат	21			20			19			18			17		

Бал	170	169	168	167	166	165	164	163	162	161	160	159	158	157	156
Рез-тат	16			15				14				13			
Бал	155	154	153	152	151	150	149	148	147	146	145	144	143	142	141
Рез-тат	12				11					10					
Бал	140	139	138	137	136	135	134	133	132	131	130	129	128	127	126
Рез-тат	9						8					7			
Бал	125	124	123	122	121	120	119	118	117	116	115	114	113	112	111
Рез-тат			6					5							4
Бал	110	109	108	107	106	105	104	103	102	101	100				
Рез-тат	3					2					1				

**Спеціальність 017 «Фізична культура і спорт», перша сесія
Гімнастика (чоловіки після 35 років)**

ВИД	ЗГИНАННЯ І РОЗГИНАННЯ РУК В УПОРІ НА ПАРАЛЕЛЬНИХ БРУСАХ, РАЗИ														
Бал	200	199	198	197	196	195	194	193	192	191	190	189	188	187	186
Рез-тат	34			33			32			31			30		
Бал	185	184	183	182	181	180	179	178	177	176	175	174	173	172	171
Рез-тат	29			28			27			26			25		
Бал	170	169	168	167	166	165	164	163	162	161	160	159	158	157	156
Рез-тат	24			23			22			21			20		
Бал	155	154	153	152	151	150	149	148	147	146	145	144	143	142	141
Рез-тат	19			18			17			16			15		
Бал	140	139	138	137	136	135	134	133	132	131	130	129	128	127	126
Рез-тат	14			13			12			11			10		
Бал	125	124	123	122	121	120	119	118	117	116	115	114	113	112	111
Рез-тат	9			8			7			6			5		
Бал	110	109	108	107	106	105	104	103	102	101	100				
Рез-тат	4			3			2				1				

ВИД	НАХИЛ ВПЕРЕД, СТОЯЧИ НА ГІМНАСТИЧНІЙ ЛАВЦІ НИЖЧЕ ОПОРИ, СМ														
Бал	200	199	198	197	196	195	194	193	192	191	190	189	188	187	186
Рез-тат	28			27			26			25			24		
Бал	185	184	183	182	181	180	179	178	177	176	175	174	173	172	171
Рез-тат	23			22			21			20			19		
Бал	170	169	168	167	166	165	164	163	162	161	160	159	158	157	156
Рез-тат	18			17			16			15			14		
Бал	155	154	153	152	151	150	149	148	147	146	145	144	143	142	141
Рез-тат		13				12				11				10	
Бал	140	139	138	137	136	135	134	133	132	131	130	129	128	127	126
Рез-тат			9				8				7				6
Бал	125	124	123	122	121	120	119	118	117	116	115	114	113	112	111
Рез-тат						5						4			
Бал	110	109	108	107	106	105	104	103	102	101	100				
Рез-тат			3				2				1				
ВИД	ПІДТЯГУВАННЯ НА ПЕРЕКЛАДЕНІ (ХВАТОМ З ВЕРХУ), РАЗИ														
Бал	200	199	198	197	196	195	194	193	192	191	190	189	188	187	186
Рез-тат	28			27			26			25			24		
Бал	185	184	183	182	181	180	179	178	177	176	175	174	173	172	171
Рез-тат	23			22			21			20			19		
Бал	170	169	168	167	166	165	164	163	162	161	160	159	158	157	156
Рез-тат	18			17			16			15			14		
Бал	155	154	153	152	151	150	149	148	147	146	145	144	143	142	141
Рез-тат		13				12				11				10	
Бал	140	139	138	137	136	135	134	133	132	131	130	129	128	127	126
Рез-тат			9				8				7				6
Бал	125	124	123	122	121	120	119	118	117	116	115	114	113	112	111
Рез-тат						5						4			

Бал	110	109	108	107	106	105	104	103	102	101	100				
Рез-тат			3				2				1				

**Спеціальність 017 «Фізична культура і спорт», перша сесія
Гімнастика (жінки після 35 років)**

ВИД	ЗГИНАННЯ І РОЗГИНАННЯ РУК В УПОРІ ЛЕЖАЧИ, РАЗИ														
Бал	200	199	198	197	196	195	194	193	192	191	190	189	188	187	186
Рез-тат	26			25			24			23			22		
Бал	185	184	183	182	181	180	179	178	177	176	175	174	173	172	171
Рез-тат	21			20			19			18			17		
Бал	170	169	168	167	166	165	164	163	162	161	160	159	158	157	156
Рез-тат	16			15				14				13			
Бал	155	154	153	152	151	150	149	148	147	146	145	144	143	142	141
Рез-тат	12				11					10					
Бал	140	139	138	137	136	135	134	133	132	131	130	129	128	127	126
Рез-тат	9						8					7			
Бал	125	124	123	122	121	120	119	118	117	116	115	114	113	112	111
Рез-тат			6					5							4
Бал	110	109	108	107	106	105	104	103	102	101	100				
Рез-тат	3					2					1				
ВИД	НАХИЛ ВПЕРЕД, СТОЯЧИ НА ГІМНАСТИЧНІЙ ЛАВЦІ НИЖЧЕ ОПОРИ, СМ														
Бал	200	199	198	197	196	195	194	193	192	191	190	189	188	187	186
Рез-тат	30		29			28			27			26			25
Бал	185	184	183	182	181	180	179	178	177	176	175	174	173	172	171
Рез-тат				24			23			22			21		
Бал	170	169	168	167	166	165	164	163	162	161	160	159	158	157	156
Рез-тат	20			19			18			17			16		
Бал	155	154	153	152	151	150	149	148	147	146	145	144	143	142	141
Рез-тат		15				14			13			12			11

Бал	140	139	138	137	136	135	134	133	132	131	130	129	128	127	126
Рез-тат			10			9			8					7	
Бал	125	124	123	122	121	120	119	118	117	116	115	114	113	112	111
Рез-тат			6				5					4			
Бал	110	109	108	107	106	105	104	103	102	101	100				
Рез-тат	3					2					1				
ВИД	ПІДТЯГУВАННЯ НА ПЕРЕКЛАДЕНІ ІЗ ВИСУ ЛЕЖАЧИ (ХВАТОМ З ВЕРХУ), РАЗИ														
Бал	200	199	198	197	196	195	194	193	192	191	190	189	188	187	186
Рез-тат	24			23			22			21			20		
Бал	185	184	183	182	181	180	179	178	177	176	175	174	173	172	171
Рез-тат	19				18				17				16		
Бал	170	169	168	167	166	165	164	163	162	161	160	159	158	157	156
Рез-тат			15					14					13		
Бал	155	154	153	152	151	150	149	148	147	146	145	144	143	142	141
Рез-тат			12					11						10	
Бал	140	139	138	137	136	135	134	133	132	131	130	129	128	127	126
Рез-тат				9					8					7	
Бал	125	124	123	122	121	120	119	118	117	116	115	114	113	112	111
Рез-тат				6					5					4	
Бал	110	109	108	107	106	105	104	103	102	101	100				
Рез-тат			3				2				1				

**Спеціальність 017 «Фізична культура і спорт», друга сесія
Легка атлетика – біг 1000 метрів**

Бали	Чоловіки до 35 років	Жінки до 35 років	Чоловіки після 35 років	Жінки після 35 років
200	3:00,0	3:25,0	3:10,0	3:35,0
199	3:00,5	3:25,5	3:10,5	3:35,5
198	3:01,0	3:26,0	3:11,0	3:36,0
197	3:01,5	3:26,5	3:11,5	3:36,5
196	3:02,0	3:27,0	3:12,0	3:37,0
195	3:02,5	3:27,5	3:12,5	3:37,5
194	3:03,0	3:28,0	3:13,0	3:38,0
193	3:03,5	3:28,5	3:13,5	3:38,5
192	3:04,0	3:29,0	3:14,0	3:39,0
191	3:04,5	3:29,5	3:14,5	3:39,5
190	3:05,0	3:30,0	3:15,0	3:40,0
189	3:05,5	3:30,5	3:15,5	3:40,5
188	3:06,0	3:31,0	3:16,0	3:41,0
187	3:06,5	3:31,5	3:16,5	3:41,5
186	3:07,0	3:32,0	3:17,0	3:42,0
185	3:07,5	3:32,5	3:17,5	3:42,5
184	3:08,0	3:33,0	3:18,0	3:43,0
183	3:08,5	3:33,5	3:18,5	3:43,5
182	3:09,0	3:34,0	3:19,0	3:44,0
181	3:09,5	3:34,5	3:19,5	3:44,5
180	3:10,0	3:35,0	3:20,0	3:45,0
179	3:10,5	3:35,5	3:20,5	3:45,5
178	3:11,0	3:36,0	3:21,0	3:46,0
177	3:11,5	3:36,5	3:21,5	3:46,5
176	3:12,0	3:37,0	3:22,0	3:47,0
175	3:12,5	3:37,5	3:22,5	3:47,5
174	3:13,0	3:38,0	3:23,0	3:48,0
173	3:13,5	3:38,5	3:23,5	3:48,5
172	3:14,0	3:39,0	3:24,0	3:49,0
171	3:14,5	3:39,5	3:24,5	3:49,5
170	3:15,0	3:40,0	3:25,0	3:50,0
169	3:15,5	3:40,5	3:25,5	3:50,5
168	3:16,0	3:41,0	3:26,0	3:51,0
167	3:16,5	3:41,5	3:26,5	3:51,5
166	3:17,0	3:42,0	3:27,0	3:52,0
165	3:17,5	3:42,5	3:27,5	3:52,5
164	3:18,0	3:43,0	3:28,0	3:53,0
163	3:18,5	3:43,5	3:28,5	3:53,5
162	3:19,0	3:44,0	3:29,0	3:54,0
161	3:19,5	3:44,5	3:29,5	3:54,5
160	3:20,0	3:45,0	3:30,0	3:55,0
159	3:20,5	3:45,5	3:30,5	3:55,5
158	3:21,0	3:46,0	3:31,0	3:56,0
157	3:21,5	3:46,5	3:31,5	3:56,5
156	3:22,0	3:47,0	3:32,0	3:57,0
155	3:22,5	3:47,5	3:32,5	3:57,5

154	3:23,0	3:48,0	3:33,0	3:58,0
153	3:23,5	3:48,5	3:33,5	3:58,5
152	3:24,0	3:49,0	3:34,0	3:59,0
151	3:24,5	3:49,5	3:34,5	3:59,5
150	3:25,0	3:50,0	3:35,0	4:00,0
149	3:25,5	3:50,5	3:35,5	4:00,5
148	3:26,0	3:51,0	3:36,0	4:01,0
147	3:26,5	3:51,5	3:36,5	4:01,5
146	3:27,0	3:52,0	3:37,0	4:02,0
145	3:27,5	3:52,5	3:37,5	4:02,5
144	3:28,0	3:53,0	3:38,0	4:03,0
143	3:28,5	3:53,5	3:38,5	4:03,5
142	3:29,0	3:54,0	3:39,0	4:04,0
141	3:29,5	3:54,5	3:39,5	4:04,5
140	3:30,0	3:55,0	3:40,0	4:05,0
139	3:30,5	3:55,5	3:40,5	4:05,5
138	3:31,0	3:56,0	3:41,0	4:06,0
137	3:31,5	3:56,5	3:41,5	4:06,5
136	3:32,0	3:57,0	3:42,0	4:07,0
135	3:32,5	3:57,5	3:42,5	4:07,5
134	3:33,0	3:58,0	3:43,0	4:08,0
133	3:33,5	3:58,5	3:43,5	4:08,5
132	3:34,0	3:59,0	3:44,0	4:09,0
131	3:34,5	3:59,5	3:44,5	4:09,5
130	3:35,0	4:00,0	3:45,0	4:10,0
129	3:35,5	4:00,5	3:45,5	4:10,5
128	3:36,0	4:01,0	3:46,0	4:11,0
127	3:36,5	4:01,5	3:46,5	4:11,5
126	3:37,0	4:02,0	3:47,0	4:12,0
125	3:37,5	4:02,5	3:47,5	4:12,5
124	3:38,0	4:03,0	3:48,0	4:13,0
123	3:38,5	4:03,5	3:48,5	4:13,5
122	3:39,0	4:04,0	3:49,0	4:14,0
121	3:39,5	4:04,5	3:49,5	4:14,5
120	3:40,0	4:05,0	3:50,0	4:15,0
119	3:40,5	4:05,5	3:50,5	4:15,5
118	3:41,0	4:06,0	3:51,0	4:16,0
117	3:41,5	4:06,5	3:51,5	4:16,5
116	3:42,0	4:07,0	3:52,0	4:17,0
115	3:42,5	4:07,5	3:52,5	4:17,5
114	3:43,0	4:08,0	3:53,0	4:18,0
113	3:43,5	4:08,5	3:53,5	4:18,5
112	3:44,0	4:09,0	3:54,0	4:19,0
111	3:44,5	4:09,5	3:54,5	4:19,5
110	3:45,0	4:10,0	3:55,0	4:20,0
109	3:45,5	4:10,5	3:55,5	4:20,5
108	3:46,0	4:11,0	3:56,0	4:21,0
107	3:46,5	4:11,5	3:56,5	4:21,5
106	3:47,0	4:12,0	3:57,0	4:22,0
105	3:47,5	4:12,5	3:57,5	4:22,5
104	3:48,0	4:13,0	3:58,0	4:23,0

103	3:48,5	4:13,5	3:58,5	4:23,5
102	3:49,0	4:14,0	3:59,0	4:24,0
101	3:49,5	4:14,5	3:59,5	4:24,5
100	3:50,0	4:15,0	4:00,0	4:25,0

Спеціальність 017 «Фізична культура і спорт», друга сесія
Легка атлетика - біг 100 метрів

Бали	Чоловіки до 35 років	Жінки до 35 років	Чоловіки після 35 років	Жінки після 35 років
200	12,50	13,50	12,90	13,90
199	12,54	13,54	12,94	13,94
198	12,58	13,58	12,98	13,98
197	12,62	13,62	13,02	14,02
196	12,66	13,66	13,06	14,06
195	12,70	13,70	13,10	14,10
194	12,74	13,74	13,14	14,14
193	12,78	13,78	13,18	14,18
192	12,82	13,82	13,22	14,22
191	12,86	13,86	13,26	14,26
190	12,90	13,90	13,30	14,30
189	12,94	13,94	13,34	14,34
188	12,98	13,98	13,38	14,38
187	13,02	14,02	13,42	14,42
186	13,06	14,06	13,46	14,46
185	13,10	14,10	13,50	14,50
184	13,14	14,14	13,54	14,54
183	13,18	14,18	13,58	14,58
182	13,22	14,22	13,62	14,62
181	13,26	14,26	13,66	14,66
180	13,30	14,30	13,70	14,70
179	13,34	14,34	13,74	14,74
178	13,38	14,38	13,78	14,78
177	13,42	14,42	13,82	14,82
176	13,46	14,46	13,86	14,86
175	13,50	14,50	13,90	14,90
174	13,54	14,54	13,94	14,94
173	13,58	14,58	13,98	14,98
172	13,62	14,62	14,02	15,02
171	13,66	14,66	14,06	15,06
170	13,70	14,70	14,10	15,10
169	13,74	14,74	14,14	15,14
168	13,78	14,78	14,18	15,18
167	13,82	14,82	14,22	15,22
166	13,86	14,86	14,26	15,26
165	13,90	14,90	14,30	15,30
164	13,94	14,94	14,34	15,34
163	13,98	14,98	14,38	15,38
162	14,02	15,02	14,42	15,42
161	14,06	15,06	14,46	15,46
160	14,10	15,10	14,50	15,50
159	14,14	15,14	14,54	15,54
158	14,18	15,18	14,58	15,58

157	14,22	15,22	14,62	15,62
156	14,26	15,26	14,66	15,66
155	14,30	15,30	14,70	15,70
154	14,34	15,43	14,74	15,74
153	14,38	15,38	14,78	15,78
152	14,42	15,42	14,82	15,82
151	14,46	15,46	14,86	15,86
150	14,50	15,50	14,90	15,90
149	14,54	15,54	14,94	15,94
148	14,58	15,58	14,98	15,98
147	14,62	15,62	15,02	16,02
146	14,66	15,66	15,06	16,06
145	14,70	15,70	15,10	16,10
144	14,74	15,74	15,14	16,14
143	14,78	15,78	15,18	16,18
142	14,82	15,82	15,22	16,22
141	14,86	15,86	15,26	16,26
140	14,90	15,90	15,30	16,30
139	14,94	15,94	15,34	16,34
138	14,98	15,98	15,38	16,38
137	15,02	16,02	15,42	16,42
136	15,06	16,06	15,46	16,46
135	15,10	16,10	15,50	16,50
134	15,14	16,14	15,54	16,54
133	15,18	16,18	15,58	16,58
132	15,22	16,22	15,62	16,62
131	15,26	16,26	15,66	16,66
130	15,30	16,30	15,70	16,70
129	15,34	16,34	15,74	16,74
128	15,38	16,38	15,78	16,78
127	15,42	16,42	15,82	16,82
126	15,46	16,46	15,86	16,86
125	15,50	16,50	15,90	16,90
124	15,54	16,54	15,94	16,94
123	15,58	16,58	15,98	16,98
122	15,62	16,62	16,02	17,02
121	15,66	16,66	16,06	17,06
120	15,70	16,70	16,10	17,10
119	15,74	16,74	16,14	17,14
118	15,78	16,78	16,18	17,18
117	15,82	16,82	16,22	17,22
116	15,86	16,86	16,26	17,26
115	15,90	16,90	16,30	17,30
114	15,94	16,94	16,34	17,34
113	15,98	16,98	16,38	17,38
112	16,02	17,02	16,42	17,42
111	16,04	17,06	16,46	17,46
110	16,08	17,08	16,50	17,50
109	16,12	17,12	16,54	17,54
108	16,16	17,16	16,58	17,58
107	16,20	17,20	16,62	17,62

106	16,24	17,24	16,66	17,66
105	16,28	17,28	16,70	17,70
104	16,32	17,32	16,74	17,74
103	16,36	17,36	16,78	17,78
102	16,40	17,40	16,82	17,82
101	16,45	17,45	16,86	17,86
100	16,50	17,50	16,90	17,90

Спеціальність 017 Фізична культура і спорт, друга сесія
Легка атлетика - Стрибок у довжину з розбігу

Бали	Чоловіки до 35 років	Жінки до 35 років	Чоловіки після 35 років	Жінки після 35 років
200	5,00	4,50	4,50	4,00
199	4,99	4,49	4,49	3,99
198	4,98	4,48	4,48	3,98
197	4,97	4,47	4,47	3,97
196	4,96	4,46	4,46	3,96
195	4,95	4,45	4,45	3,95
194	4,94	4,44	4,44	3,94
193	4,93	4,43	4,43	3,93
192	4,92	4,42	4,42	3,92
191	4,91	4,41	4,41	3,91
190	4,90	4,40	4,40	3,90
189	4,89	4,39	4,39	3,89
188	4,88	4,38	4,38	3,88
187	4,87	4,37	4,37	3,87
186	4,86	4,36	4,36	3,86
185	4,85	4,35	4,35	3,85
184	4,84	4,34	4,34	3,84
183	4,83	4,33	4,33	3,83
182	4,82	4,32	4,32	3,82
181	4,81	4,31	4,31	3,81
180	4,80	4,30	4,30	3,80
179	4,79	4,29	4,29	3,79
178	4,78	4,28	4,28	3,78
177	4,77	4,27	4,27	3,77
176	4,76	4,26	4,26	3,76
175	4,75	4,25	4,25	3,75
174	4,74	4,24	4,24	3,74
173	4,73	4,23	4,23	3,73
172	4,72	4,22	4,22	3,72
171	4,71	4,21	4,21	3,71
170	4,70	4,20	4,20	3,70
169	4,69	4,19	4,19	3,69
168	4,68	4,18	4,18	3,68
167	4,67	4,17	4,17	3,67
166	4,66	4,16	4,16	3,66
165	4,65	4,15	4,15	3,65
164	4,64	4,14	4,14	3,64

163	4,63	4,13	4,13	3,63
162	4,62	4,12	4,12	3,62
161	4,61	4,11	4,11	3,61
160	4,60	4,10	4,10	3,60
159	4,59	4,09	4,09	3,59
158	4,58	4,08	4,08	3,58
157	4,57	4,07	4,07	3,57
156	4,56	4,06	4,06	3,56
155	4,55	4,05	4,05	3,55
154	4,54	4,04	4,04	3,54
153	4,53	4,03	4,03	3,53
152	4,52	4,02	4,02	3,52
151	4,51	4,01	4,01	3,51
150	4,50	4,00	4,00	3,50
149	4,49	3,99	3,99	3,49
148	4,48	3,98	3,98	3,48
147	4,47	3,97	3,97	3,47
146	4,46	3,96	3,96	3,46
145	4,45	3,95	3,95	3,45
144	4,44	3,94	3,94	3,44
143	4,43	3,93	3,93	3,43
142	4,42	3,92	3,92	3,42
141	4,41	3,91	3,91	3,41
140	4,40	3,90	3,90	3,40
139	4,39	3,89	3,89	3,39
138	4,38	3,88	3,88	3,38
137	4,37	3,87	3,87	3,37
136	4,36	3,86	3,86	3,36
135	4,35	3,85	3,85	3,35
134	4,34	3,84	3,84	3,34
133	4,33	3,83	3,83	3,33
132	4,32	3,82	3,82	3,32
131	4,31	3,81	3,81	3,31
130	4,30	3,80	3,80	3,30
129	4,29	3,79	3,79	3,29
128	4,28	3,78	3,78	3,28
127	4,27	3,77	3,77	3,27
126	4,26	3,76	3,76	3,26
125	4,25	3,75	3,75	3,25
124	4,24	3,74	3,74	3,24
123	4,23	3,73	3,73	3,23
122	4,22	3,72	3,72	3,22
121	4,21	3,71	3,71	3,21
120	4,20	3,70	3,70	3,20
119	4,19	3,69	3,69	3,19
118	4,18	3,68	3,68	3,18
117	4,17	3,67	3,67	3,17
116	4,16	3,66	3,66	3,16
115	4,15	3,65	3,65	3,15
114	4,14	3,64	3,64	3,14
113	4,13	3,63	3,63	3,13

112	4,12	3,62	3,62	3,12
111	4,11	3,61	3,61	3,11
110	4,10	3,60	3,60	3,10
109	4,09	3,59	3,59	3,09
108	4,08	3,58	3,58	3,08
107	4,07	3,57	3,57	3,07
106	4,06	3,56	3,56	3,06
105	4,05	3,55	3,55	3,05
104	4,04	3,54	3,54	3,04
103	4,03	3,53	3,53	3,03
102	4,02	3,52	3,52	3,02
101	4,01	3,51	3,51	3,01
100	4,00	3,50	3,50	3,00

Спеціальність 017 Фізична культура і спорт, друга сесія
Легка атлетика - Стрибок по Абалакову

Бали	Чоловіки до 35 років	Жінки до 35 років	Чоловіки після 35 років	Жінки після 35 років
200	70	60	64	54
199				
198				
197				
196				
195	68	58	62	52
194				
193				
192				
191				
190	66	56	60	50
189				
188				
187				
186				
185	64	54	58	48
184				
183				
182				
181				
180	62	52	56	46
179				
178				
177				
176				
175	60	50	54	44
174				
173				
172				
171				
170	58	48	52	42
169				

168				
167				
166				
165	56	46	50	40
164				
163				
162				
161				
160	54	44	48	38
159				
158				
157				
156				
155	52	42	46	36
154				
153				
152				
151				
150	50	40	44	34
149				
148				
147				
146				
145	48	38	42	32
144				
143				
142				
141				
140	46	36	40	30
139				
138				
137				
136				
135	44	34	38	28
134				
133				
132				
131				
130	42	32	36	26
129				
128				
127				
126				
125	40	30	34	24
124				
123				
122				
121				
120	38	28	32	22
119				
118				

117				
116				
115	36	26	30	20
114				
113				
112				
111				
110	34	24	28	18
109				
108				
107				
106				
105	32	22	26	16
104				
103				
102				
101				
100	30	20	24	14

ДЛЯ ОСІБ З ІНВАЛІДНІСТЮ

**Спеціальність 017 «Фізична культура і спорт», для осіб, які мають вади ОРА
(з нормальною функцією верхніх кінцівок) (чоловіки до 35 років) – перша сесія Гімнастика**

Вид \ Бал	200	193	186	174	166	158	150	140	124	119	110	100
Підтягування із вису лежачи на перекладені (хватором з верху), рази	24	22	20	18	16	14	12	10	6	4	2	1
З в.п. лежачи руки за голову, підйом тулуба в сід за 1 хв, рази	60	58	56	50	48	46	44	42	40	38	36	34

**Спеціальність 017 «Фізична культура і спорт», для осіб, які мають вади ОРА
(з нормальною функцією верхніх кінцівок) (жінки до 35 років) – перша сесія Гімнастика**

Вид \ Бал	200	193	186	174	166	158	150	140	124	119	110	100
Підтягування із вису лежачи на перекладені (хватором з верху), рази	22	20	18	16	14	12	10	8	6	4	2	1
З в.п. лежачи руки за голову, підйом тулуба в сід за 1 хв, рази	58	56	50	48	46	44	42	40	38	36	34	32

**Спеціальність 017 «Фізична культура і спорт», для осіб, які мають вади ОРА
(з нормальною функцією верхніх кінцівок) (чоловіки після 35 років) – перша сесія Гімнастика**

Вид \ Бал	200	193	186	174	166	158	150	140	124	119	110	100
Підтягування із вису лежачи на перекладені (хватором з верху), рази	22	20	18	16	14	12	10	6	4	2	1	1
З в.п. лежачи руки за голову, підйом тулуба в сід за 1 хв, рази	58	56	50	48	46	44	42	40	38	36	34	32

**Спеціальність 017 «Фізична культура і спорт», для осіб, які мають вади ОРА
(з нормальною функцією верхніх кінцівок) (жінки після 35 років) – перша сесія Гімнастика**

Бал	200	193	186	174	166	158	150	140	124	119	110	100
Вид												
Підтягування із вису лежачи на перекладені (хвatom зверху), рази	20	18	16	14	12	10	8	6	4	2	1	1
З в.п. лежачи руки за голову, підйом тулуба в сід за 1 хв, рази	56	50	48	46	44	42	40	38	36	34	32	30

**Спеціальність 017 «Фізична культура і спорт», для осіб, які мають вади ОРА
(з нормальною функцією нижніх кінцівок) (чоловіки до 35 років) – перша сесія Гімнастика**

Бал	200	193	186	174	166	158	150	140	124	119	110	100
Вид												
З в.п. лежачи руки за голову, підйом тулуба в сід за 1 хв, рази	62	60	58	56	54	52	50	48	46	44	42	40
Стрибок у довжину з місця, см	250	245	240	235	230	225	220	215	210	205	200	195

**Спеціальність 017 «Фізична культура і спорт», для осіб, які мають вади ОРА
(з нормальною функцією нижніх кінцівок) (жінки до 35 років) – перша сесія Гімнастика**

Бал	200	193	186	174	166	158	150	140	124	119	110	100
Вид												
З в.п. лежачи руки за голову, підйом тулуба в сід за 1 хв, рази	53	51	49	47	45	43	41	39	37	35	33	31
Стрибок у довжину з місця, см	245	240	235	230	225	220	215	210	205	200	195	190

**Спеціальність 017 «Фізична культура і спорт», для осіб, які мають вади ОРА
(з нормальною функцією нижніх кінцівок) (чоловіки після 35 років) – перша сесія Гімнастика**

Бал	200	193	186	174	166	158	150	140	124	119	110	100
Вид												
З в.п. лежачи руки за голову, підйом тулуба в сід за 1 хв, рази	60	58	56	54	52	50	48	46	44	42	40	38
Стрибок у довжину з місця, см	245	240	235	230	225	220	215	210	205	200	195	190

**Спеціальність 017 «Фізична культура і спорт», для осіб, які мають вади ОРА
(з нормальною функцією нижніх кінцівок) (жінки після 35 років) – перша сесія Гімнастика**

Бал	200	193	186	174	166	158	150	140	124	119	110	100
Вид												
З в.п. лежачи руки за голову, підйом тулуба в сід за 1 хв, рази	51	49	47	45	43	41	39	37	35	33	31	29
Стрибок у довжину з місця, см	240	235	230	225	220	215	210	205	200	195	190	185

**Спеціальність 017 «Фізична культура і спорт», друга сесія
Легка атлетика – біг 1000 метрів, для осіб, які мають вади ОРА
(з нормальною функцією нижніх кінцівок)**

Бали	Чоловіки до 35 років	Жінки до 35 років	Чоловіки після 35 років	Жінки після 35 років
200	3:45,0	4:10,0	3:55,0	4:20,0
199	3:45,5	4:10,5	3:55,5	4:20,5
198	3:46,0	4:11,0	3:56,0	4:21,0
197	3:46,5	4:11,5	3:56,5	4:21,5
196	3:47,0	4:12,0	3:57,0	4:22,0
195	3:47,5	4:12,5	3:57,5	4:22,5
194	3:48,0	4:13,0	3:58,0	4:23,0
193	3:48,5	4:13,5	3:58,5	4:23,5
192	3:49,0	4:14,0	3:59,0	4:24,0
191	3:49,5	4:14,5	3:59,5	4:24,5
190	3:50,0	4:15,0	4:00,0	4:25,0
189	3:50,5	4:15,5	4:00,5	4:25,5
188	3:51,0	4:16,0	4:01,0	4:26,0
187	3:51,5	4:16,5	4:01,5	4:26,5
186	3:52,0	4:17,0	4:02,0	4:27,0
185	3:52,5	4:17,5	4:02,5	4:27,5
184	3:53,0	4:18,0	4:03,0	4:28,0
183	3:53,5	4:18,5	4:03,5	4:28,5
182	3:54,0	4:19,0	4:04,0	4:29,0
181	3:54,5	4:19,5	4:04,5	4:29,5
180	3:55,0	4:20,0	4:05,0	4:30,0
179	3:55,5	4:20,5	4:05,5	4:30,5
178	3:56,0	4:21,0	4:06,0	4:31,0
177	3:56,5	4:21,5	4:06,5	4:31,5
176	3:57,0	4:22,0	4:07,0	4:32,0
175	3:57,5	4:22,5	4:07,5	4:32,5
174	3:58,0	4:23,0	4:08,0	4:33,0
173	3:58,5	4:23,5	4:08,5	4:33,5
172	3:59,0	4:24,0	4:09,0	4:34,0
171	3:59,5	4:24,5	4:09,5	4:34,5
170	4:00,0	4:25,0	4:10,0	4:35,0
169	4:00,5	4:25,5	4:10,5	4:35,5
168	4:01,0	4:26,0	4:11,0	4:36,0
167	4:01,5	4:26,5	4:11,5	4:36,5
166	4:02,0	4:27,0	4:12,0	4:37,0
165	4:02,5	4:27,5	4:12,5	4:37,5
164	4:03,0	4:28,0	4:13,0	4:38,0
163	4:03,5	4:28,5	4:13,5	4:38,5
162	4:04,0	4:29,0	4:14,0	4:39,0
161	4:04,5	4:29,5	4:14,5	4:39,5
160	4:05,0	4:30,0	4:15,0	4:40,0
159	4:05,5	4:30,5	4:15,5	4:40,5
158	4:06,0	4:31,0	4:16,0	4:41,0
157	4:06,5	4:31,5	4:16,5	4:41,5
156	4:07,0	4:32,0	4:17,0	4:42,0
155	4:07,5	4:32,5	4:17,5	4:42,5

154	4:08,0	4:33,0	4:18,0	4:43,0
153	4:08,5	4:33,5	4:18,5	4:43,5
152	4:09,0	4:34,0	4:19,0	4:44,0
151	4:09,5	4:34,5	4:19,5	4:44,5
150	4:10,0	4:35,0	4:20,0	4:45,0
149	4:10,5	4:35,5	4:20,5	4:45,5
148	4:11,0	4:36,0	4:21,0	4:46,0
147	4:11,5	4:36,5	4:21,5	4:46,5
146	4:12,0	4:37,0	4:22,0	4:47,0
145	4:12,5	4:37,5	4:22,5	4:47,5
144	4:13,0	4:38,0	4:23,0	4:48,0
143	4:13,5	4:38,5	4:23,5	4:48,5
142	4:14,0	4:39,0	4:24,0	4:49,0
141	4:14,5	4:39,5	4:24,5	4:49,5
140	4:15,0	4:40,0	4:25,0	4:50,0
139	4:15,5	4:40,5	4:25,5	4:50,5
138	4:16,0	4:41,0	4:26,0	4:51,0
137	4:16,5	4:41,5	4:26,5	4:51,5
136	4:17,0	4:42,0	4:27,0	4:52,0
135	4:17,5	4:42,5	4:27,5	4:52,5
134	4:18,0	4:43,0	4:28,0	4:53,0
133	4:18,5	4:43,5	4:28,5	4:53,5
132	4:19,0	4:44,0	4:29,0	4:54,0
131	4:19,5	4:44,5	4:29,5	4:54,5
130	4:20,0	4:45,0	4:30,0	4:55,0
129	4:20,5	4:45,5	4:30,5	4:55,5
128	4:21,0	4:46,0	4:31,0	4:56,0
127	4:21,5	4:46,5	4:31,5	4:56,5
126	4:22,0	4:47,0	4:32,0	4:57,0
125	4:22,5	4:47,5	4:32,5	4:57,5
124	4:23,0	4:48,0	4:33,0	4:58,0
123	4:23,5	4:48,5	4:33,5	4:58,5
122	4:24,0	4:49,0	4:34,0	4:59,0
121	4:24,5	4:49,5	4:34,5	4:59,5
120	4:25,0	4:50,0	4:35,0	5:00,0
119	4:25,5	4:50,5	4:35,5	5:00,5
118	4:26,0	4:51,0	4:36,0	5:01,0
117	4:26,5	4:51,5	4:36,5	5:01,5
116	4:27,0	4:52,0	4:37,0	5:02,0
115	4:27,5	4:52,5	4:37,5	5:02,5
114	4:28,0	4:53,0	4:38,0	5:03,0
113	4:28,5	4:53,5	4:38,5	5:03,5
112	4:29,0	4:54,0	4:39,0	5:04,0
111	4:29,5	4:54,5	4:39,5	5:04,5
110	4:30,0	4:55,0	4:40,0	5:05,0
109	4:30,5	4:55,5	4:40,5	5:05,5
108	4:31,0	4:56,0	4:41,0	5:06,0
107	4:31,5	4:56,5	4:41,5	5:06,5
106	4:32,0	4:57,0	4:42,0	5:07,0
105	4:32,5	4:57,5	4:42,5	5:07,5
104	4:33,0	4:58,0	4:43,0	5:08,0

103	4:33,5	4:58,5	4:43,5	5:08,5
102	4:34,0	4:59,0	4:44,0	5:09,0
101	4:34,5	4:59,5	4:44,5	5:09,5
100	4:35,0	5:00,0	4:45,0	5:10,0

Спеціальність 017 «Фізична культура і спорт», друга сесія

Легка атлетика - біг 100 метрів

Бали	Чоловіки до 35 років	Жінки до 35 років	Чоловіки після 35 років	Жінки після 35 років
200	14,90	15,90	15,30	16,30
199	14,94	15,94	15,34	16,34
198	14,98	15,98	15,38	16,38
197	15,02	16,02	15,42	16,42
196	15,06	16,06	15,46	16,46
195	15,10	16,10	15,50	16,50
194	15,14	16,14	15,54	16,54
193	15,18	16,18	15,58	16,58
192	15,22	16,22	15,62	16,62
191	15,26	16,26	15,66	16,66
190	15,30	16,30	15,70	16,70
189	15,34	16,34	15,74	16,74
188	15,38	16,38	15,78	16,78
187	15,42	16,42	15,82	16,82
186	15,46	16,46	15,86	16,86
185	15,50	16,50	15,90	16,90
184	15,54	16,54	15,94	16,94
183	15,58	16,58	15,98	16,98
182	15,62	16,62	16,02	17,02
181	15,66	16,66	16,06	17,06
180	15,70	16,70	16,10	17,10
179	15,74	16,74	16,14	17,14
178	15,78	16,78	16,18	17,18
177	15,82	16,82	16,22	17,22
176	15,86	16,86	16,26	17,26
175	15,90	16,90	16,30	17,30
174	15,94	16,94	16,34	17,34
173	15,98	16,98	16,38	17,38
172	16,02	17,02	16,42	17,42
171	16,04	17,06	16,46	17,46
170	16,08	17,08	16,50	17,50
169	16,12	17,12	16,54	17,54
168	16,16	17,16	16,58	17,58
167	16,20	17,20	16,62	17,62
166	16,24	17,24	16,66	17,66
165	16,28	17,28	16,70	17,70
164	16,32	17,32	16,74	17,74
163	16,36	17,36	16,78	17,78
162	16,40	17,40	16,82	17,82
161	16,45	17,45	16,86	17,86
160	16,50	17,50	16,90	17,90
159	16,51	17,51	16,91	17,91
158	16,52	17,52	16,92	17,92

157	16,53	17,53	16,93	17,93
156	16,54	17,54	16,94	17,94
155	16,55	17,55	16,95	17,95
154	16,56	17,56	16,96	17,96
153	16,57	17,57	16,97	17,97
152	16,58	17,58	16,98	17,98
151	16,59	17,59	16,99	17,99
150	16,60	17,60	17,00	18,00
149	16,61	17,61	17,12	18,12
148	16,62	17,62	17,16	18,16
147	16,63	17,63	17,20	18,20
146	16,64	17,64	17,24	18,24
145	16,65	17,65	17,28	18,28
144	16,66	17,66	17,32	18,32
143	16,67	17,67	17,36	18,36
142	16,68	17,68	17,40	18,40
141	16,69	17,69	17,45	18,45
140	16,70	17,70	17,50	18,50
139	16,71	17,71	17,51	18,51
138	16,72	17,72	17,52	18,52
137	16,73	17,73	17,53	18,53
136	16,74	17,74	17,54	18,54
135	16,75	17,75	17,55	18,55
134	16,76	17,76	17,56	18,56
133	16,77	17,77	17,57	18,57
132	16,78	17,78	17,58	18,58
131	16,79	17,79	17,59	18,59
130	16,80	17,80	17,60	18,60
129	16,81	17,81	17,61	18,61
128	16,82	17,82	17,62	18,62
127	16,83	17,83	17,63	18,63
126	16,84	17,84	17,64	18,64
125	16,85	17,85	17,65	18,65
124	16,86	17,86	17,66	18,66
123	16,87	17,87	17,67	18,67
122	16,88	17,88	17,68	18,68
121	16,89	17,89	17,69	18,69
120	16,90	17,90	17,70	18,70
119	16,91	17,91	17,71	18,71
118	16,92	17,92	17,72	18,72
117	16,93	17,93	17,73	18,73
116	16,94	17,94	17,74	18,74
115	16,95	17,95	17,75	18,75
114	16,96	17,96	17,76	18,76
113	16,97	17,97	17,77	18,77
112	16,98	17,98	17,78	18,78
111	16,99	17,99	17,79	18,79
110	17,00	18,00	17,80	18,80
109	17,12	18,12	17,81	18,81
108	17,16	18,16	17,82	18,82
107	17,20	18,20	17,83	18,83

106	17,24	18,24	17,84	18,84
105	17,28	18,28	17,85	18,85
104	17,32	18,32	17,86	18,86
103	17,36	18,36	17,87	18,87
102	17,40	18,40	17,88	18,88
101	17,45	18,45	17,89	18,89
100	17,50	18,50	17,90	18,90

**Спеціальність 017 «Фізична культура і спорт», друга сесія
 Легка атлетика – метання набивного м'яча,
 для осіб, які мають вади ОРА
 (з нормальною функцією верхніх кінцівок)**

Бали	Чоловіки до 35 років	Жінки до 35 років	Чоловіки після 35 років	Жінки після 35 років
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				
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				
121				
120				
119				
118				
117				
116				
115				
114				
113				

112				
111				
110				
109				
108				
107				
106				
105				
104				
103				
102				
101				
100				