

### Приложение 3

к Порядку заключения в интересах Министерства обороны Российской Федерации договоров о целевом обучении по образовательным программам высшего образования с гражданами, поступающими в Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского для обучения в военном учебном центре по программам военной подготовки офицеров для военной службы по контракту

#### Нормативы по физической подготовленности для граждан, желающих поступить на обучение по программам военной подготовки офицеров для службы по контракту в военном учебном центре при ННГУ им. Н.И. Лобачевского

Упражнение	Баллы/ Ед. изм.	100	99	98	97	96	95	94	93	92	91	90	89	88	87	86	85	84	83	82	81	80	79
Подтягивание на перекладине	Кол-во раз	30	-	29	-	28	-	27	-	26	-	25	-	24	-	23	-	22	-	21	-	20	-
Бег на 100 м	с.	11,8	-	11,9	-	12,0	-	12,1	-	12,2	-	12,3	-	12,4	-	12,5	-	12,6	-	12,7	-	12,8	-
Бег на 3 км	мин., с.	10,30	10,32	10,34	10,35	10,38	10,40	10,42	10,44	10,46	10,48	10,50	10,52	10,54	10,56	10,58	11,00	11,04	11,08	11,12	11,16	11,20	11,24

Упражнение	Баллы/ Ед. изм.	78	77	76	75	74	73	72	71	70	69	68	67	66	65	64	63	62	61	60	59	58	57
Подтягивание на перекладине	Кол-во раз	19	-	18	-	17	-	16	-	15	-	-	-	14	-	-	-	13	-	-	-	12	-
Бег на 100 м	с.	12,9	-	13,0	-	13,1	-	13,2	-	-	13,3	-	-	13,4	-	-	13,5	-	-	13,6	-	-	13,7
Бег на 3 км	мин., с.	11,28	11,32	11,36	11,40	11,44	11,48	11,52	11,56	12,00	12,04	12,08	12,12	12,16	12,20	12,24	12,28	12,32	12,36	12,40	12,44	12,48	12,52

Упражнение	Баллы/ Ед. изм.	56	55	54	53	52	51	50	49	48	47	46	45	44	43	42	41	40	39	38	37	36	35
Подтягивание на перекладине	Кол-во раз	-	-	11	-	-	-	10	-	-	-	9	-	-	-	8	-	-	-	7	-	-	-
Бег на 100 м	с.	-	-	13,8	-	-	13,9	-	-	14,0	-	14,1	-	14,2	-	14,3	-	14,4	-	14,5	-	14,6	-
Бег на 3 км	мин., с.	12,56	13,00	13,04	13,08	13,12	13,16	13,20	13,24	13,28	13,32	13,36	13,40	13,44	13,48	13,52	13,56	14,00	14,04	14,08	14,12	14,16	14,20

Упражнение	Баллы/ Ед. изм.	34	33	32	31	30	29	28	27	26
Подтягивание на перекладине	Кол-во раз	6	-	-	-	5	-	-	-	4
Бег на 100 м	с.	14,7	-	14,8	14,9	15,0	15,1	15,2	15,3	15,4
Бег на 3 км	мин., с.	14,24	14,28	14,32	14,36	14,40	14,44	14,48	14,52	14,56

В соответствии с требованиями приложения № 14 к «Наставлению по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации», утвержденному приказом Министра обороны Российской Федерации от 21 апреля 2009 г. № 200

15