

**Нормативы по общей физической подготовке (ОФП) для поступающих на очную форму обучения  
по специальности 49.02.01 «Физическая культура»**

Баллы	Испытание - очная форма обучения (до 18 лет)									
	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 30 сек.)		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи- см.)		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см.)		Челночный бег 3 x10 м (сек.)	
	юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки
<b>1</b>	10	10	5	1	-6	-6	171	162	9,4	9,9
<b>2</b>	11	11	5	1	-5	-5	173	164	9,3	9,8
<b>3</b>	-	-	6	2	-4	-4	175	166	9,2	9,7
<b>4</b>	-	-	6	2	-3	-3	177	168	9,1	9,6
<b>5</b>	12	12	7	3	-2	-2	179	170	9,0	9,5
<b>6</b>	13	13	7	3	-1	-1	181	172	8,9	9,4
<b>7</b>	14	14	8	4	0	0	183	174	8,8	9,3
<b>8</b>	15	-	8	4	+1	+1	187	176	8,7	9,2
<b>9</b>	16	15	9	5	+1	+2	191	178	8,6	9,1
<b>10</b>	17	16	10	5	+2	+3	195	180	8,5	9,0
<b>11</b>	18	17	11	6	+2	+4	199	182	8,4	8,9
<b>12</b>	19	18	12	7	+3	+5	203	184	8,3	8,8
<b>13</b>	20	19	13	8	+4	+6	207	186	8,2	8,7
<b>14</b>	-	-	14	9	+5	+7	211	188	8,1	8,6
<b>15</b>	21	20	15	10	+6	+8	215	190	8,0	8,5
<b>16</b>	22	21	16	11	+6	+9	217	192	7,9	8,4
<b>17</b>	23	22	17	12	+7	+10	219	194	7,8	8,3
<b>18</b>	24	23	18	13	+8	+11	221	196	7,7	8,2
<b>19</b>	25	24	19	14	+9	+13	223	198	7,6	8,1
<b>20</b>	26	25	20	15	+10	+14	225	200	7,5	8,0

Баллы	Испытания - очная форма обучения (от 18 лет)									
	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 30 сек.)		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи- см.)		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см.)		Челночный бег 3 x10 м (сек.)	
	мужчины	женщины	мужчины	женщины	мужчины	женщины	мужчины	женщины	мужчины	женщины
<b>1</b>	11	10	5	1	-6	-6	184	161	9,0	9,6
<b>2</b>	12	11	6	2	-5	-5	186	163	8,9	9,5
<b>3</b>	-	-	7	2	-4	-4	188	165	8,8	9,4
<b>4</b>	13	12	8	3	-3	-3	190	167	8,7	9,3
<b>5</b>	14	13	9	3	-2	-2	192	169	8,6	9,2
<b>6</b>	-	-	10	4	-1	-1	194	171	8,5	9,1
<b>7</b>	15	14	11	5	0	0	196	173	8,4	9,0
<b>8</b>	16	15	12	6	+1	+1	198	175	8,3	8,9
<b>9</b>	17	16	13	7	+1	+1	200	177	8,2	8,8
<b>10</b>	18	17	14	8	+2	+2	204	180	8,1	8,7
<b>11</b>	19	18	15	9	+2	+3	207	183	8,0	8,6
<b>12</b>	20	19	16	10	+3	+4	211	186	7,9	8,5
<b>13</b>	21	20	17	11	+3	+5	214	189	7,8	8,4
<b>14</b>	22	-	18	12	+4	+6	217	192	7,7	8,3
<b>15</b>	23	21	19	13	+5	+7	220	195	7,6	8,2
<b>16</b>	24	22	20	14	+6	+8	223	197	7,5	8,1
<b>17</b>	25	23	22	15	+6	+9	226	199	7,4	8,0
<b>18</b>	26	24	24	16	+7	+10	229	201	7,3	7,9
<b>19</b>	27	25	26	17	+8	+11	232	203	7,2	7,8
<b>20</b>	28	26	28	18	+9	+12	235	205	7,1	7,7