

Зачетные нормативы по кроссовой подготовке (на открытом воздухе) для студентов специальной медицинской группы по дисциплине "Элективные курсы по физической культуре и спорту" (1 курс, 2-ой семестр)

Наименование норматива		Баллы															
		15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0
		Результат															
Бег на 3000 м (мин, с) - Юноши	Юноши	18,0 0	18,1 0	18,2 0	18,3 0	18,4 0	18,5 0	19,0 0	19,1 0	19,2 0	19,3 0	19,4 0	19,5 0	20,0 0	20,1 0	20,2 0	Более 20,20
Бег на 2000 м (мин, с) - Девушки	Девушки	15,1 0	15,2 0	15,3 0	15,4 0	15,5 0	16,0 0	16,1 0	16,2 0	16,3 0	16,4 0	16,5 0	17,0 0	17,1 0	17,2 0	17,3 0	Более 17,30
Плавание свободным стилем в течение 20 минут (м) - для студентов, занимающихся в бассейне	Юноши	375	350	325	300	275	250	225	200	175	150	125	100	75	50	25	Менее 25
	Девушки	325	300	275	250	225	200	175	150	125	100	75	50	37,5	25	12,5	Менее 12,5

Зачетные нормативы по кроссовой подготовке (в спортивном зале) для студентов основной медицинской группы по дисциплине "Элективные курсы по физической культуре и спорту" (2 курс, 3-ий семестр)

Наименование норматива		Баллы															
		15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0
		Результат															
Бег на 3000 м (мин, с) - Юноши	Юноши	17,2 0	17,3 0	17,4 0	17,5 0	18,0 0	18,1 0	18,2 0	18,3 0	18,4 0	18,5 0	19,0 0	19,1 0	19,2 0	19,3 0	19,4 0	Более 19,40
Бег на 2000 м (мин, с) - Девушки	Девушки	14,1 0	14,2 0	14,3 0	14,4 0	14,5 0	15,0 0	15,1 0	15,2 0	15,3 0	15,4 0	15,5 0	16,0 0	16,1 0	16,2 0	16,3 0	Более 16,30
	Юноши	400	375	350	325	300	275	250	225	200	175	150	125	100	75	50	Менее 50

Бег на 3000 м (мин, с) - Юноши	Юноши	17,1 0	17,2 0	17,3 0	17,4 0	17,5 0	18,0 0	18,1 0	18,2 0	18,3 0	18,4 0	18,5 0	19,0 0	19,1 0	19,2 0	19,3 0	Более 19,30
Бег на 2000 м (мин, с) - Девушки	Девуш ки	14,0 0	14,1 0	14,2 0	14,3 0	14,4 0	14,5 0	15,0 0	15,1 0	15,2 0	15,3 0	15,4 0	15,5 0	16,0 0	16,1 0	16,2 0	Более 16,20
Плавание свободным стилем в течение 30 минут (м) - для студентов, занимающихс я в бассейне	Юноши	600	575	550	525	500	475	450	425	400	375	350	325	300	275	250	Менее 250
	Девуш ки	525	500	475	450	425	400	375	350	325	300	275	250	225	200	175	Менее 175

Зачетные нормативы по кроссовой подготовке (на открытом воздухе) для студентов основной медицинской группы по дисциплине "Элективные курсы по физической культуре и спорту" (3 курс, 6-ой семестр)

Наименовани е норматива		Баллы															
		15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0
		Результат															
Бег на 3000 м (мин, с) - Юноши	Юноши	17,4 0	17,5 0	18,0 0	18,1 0	18,2 0	18,3 0	18,4 0	18,5 0	19,0 0	19,1 0	19,2 0	19,3 0	19,4 0	19,5 0	20,0 0	Более 20,00
Бег на 2000 м (мин, с) - Девушки	Девуш ки	14,5 0	15,0 0	15,1 0	15,2 0	15,3 0	15,4 0	15,5 0	16,0 0	16,1 0	16,2 0	16,3 0	16,4 0	16,5 0	17,0 0	17,1 0	Более 17,00
Плавание свободным стилем в течение 30 минут (м) - для студентов, занимающихс я в бассейне	Юноши	650	625	600	575	550	525	500	475	450	425	400	375	350	325	300	Менее 300
	Девуш ки	550	525	500	475	450	425	400	375	350	325	300	275	250	225	200	Менее 200