

Зачетные нормативы по кроссовой подготовке (на открытом воздухе) для студентов основной 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	15,30	15,40	15,50	16,00	16,10	16,20	16,30	16,40	16,50	17,00	17,10	17,20	17,30	17,40	17,50	Более 17,50
Бег на 2000 м (мин, с) - Девушки	Девушки	13,10	13,20	13,30	13,40	13,50	14,00	14,10	14,20	14,30	14,40	14,50	15,00	15,10	15,20	15,30	Более 15,30
Плавание свободным стилем в течение 20 минут (м) - для студентов, занимающихся в бассейне	Юноши	425	400	375	350	325	300	275	250	225	200	175	150	125	100	75	Менее 75
	Девушки	375	350	325	300	275	250	225	200	175	150	125	100	75	50	25	Менее 25

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	14,50	15,00	15,10	15,20	15,30	15,40	15,50	16,00	16,10	16,20	16,30	16,40	16,50	17,00	17,10	Более 17,10
Бег на 2000 м (мин, с) - Девушки	Девушки	12,10	12,20	12,30	12,40	12,50	13,00	13,10	13,20	13,30	13,40	13,50	14,00	14,10	14,20	14,30	Более 14,30
	Юноши	450	425	400	375	350	325	300	275	250	225	200	175	150	125	100	Менее 100

Бег на 3000 м (мин, с) - Юноши	Юноши	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	16,4 0	16,5 0	17,0 0	Более 17,00
Бег на 2000 м (мин, с) - Девушки	Девушки	12,0 0	12,1 0	12,2 0	12,3 0	12,4 0	12,5 0	13,0 0	13,1 0	13,2 0	13,3 0	13,4 0	13,5 0	14,0 0	14,1 0	14,2 0	Более 14,20
Плавание свободным стилем в течение 30 минут (м) - для студентов, занимающихся в бассейне	Юноши	650	625	600	575	550	525	500	475	450	425	400	375	350	325	300	Менее 300
	Девушки	575	550	525	500	475	450	425	400	375	350	325	300	275	250	225	Менее 225

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)

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	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
Бег на 2000 м (мин, с) - Девушки	Девушки	12,5 0	13,0 0	13,1 0	13,2 0	13,3 0	13,4 0	13,5 0	14,0 0	14,1 0	14,2 0	14,3 0	14,4 0	14,5 0	15,0 0	15,1 0	Более 15,10
Плавание свободным стилем в течение 30 минут (м) - для студентов, занимающихся в бассейне	Юноши	700	675	650	625	600	575	550	525	500	475	450	425	400	375	350	Менее 350
	Девушки	600	575	550	525	500	475	450	425	400	375	350	325	300	275	250	Менее 250