

Таблица оценки результатов по физической подготовке

Баллы	Подтягивание на перекладине	Бег на 100 м	Бег на 3 км
	Количество раз	Сек.	Мин. сек.
100	30	11,8	09,45
99	-	-	09,49
98	29	11,9	09,53
97	-	-	09,57
96	28	12,0	10,01
95	-	-	10,05
94	27	12,1	10,09
93	-	-	10,13
92	26	12,2	10,17
91	-	-	10,21
90	25	12,3	10,25
89	-	-	10,29
88	24	12,4	10,33
87	-	-	10,37
86	23	12,5	10,41
85	-	-	10,45
84	22	12,6	10,49
83	-	-	10,53
82	21	12,7	10,57
81	-	-	11,01
80	20	12,8	11,05
79	-	-	11,10
78	19	12,9	11,15
77	-	-	11,20
76	18	13,0	11,25
75	-	-	11,30
74	-	13,1	11,32
73	17	-	11,34
72	-	13,2	11,36
71	-	-	11,38
70	16	-	11,40
69	-	13,3	11,42
68	-	-	11,44
67	-	-	11,46
66	15	13,4	11,48
65	-	-	11,50
64	-	-	11,52
63	-	13,5	11,54
62	14	-	11,56

61	-	-	11,58
60	-	13,6	12,00
59	-	-	12,06
58	13	-	12,12
57	-	13,7	12,18
56	-	-	12,24
55			12,30
54	12	13,8	12,36
53	-	-	12,42
52	-	-	12,48
51	-	13,9	12,54
50	11	-	13,00
49	-	-	13,06
48	-	14,0	13,12
47	-	-	13,18
46	10	14.1	13,24
45	-	-	13,30
44	-	14,2	13,36
43			13,42
42	9	14,3	13,48
41	-	-	13,54
40	-	14,4	14,00
39	-	-	14,05
38	8	14,5	14,10
37	-	-	14,15
36	-	14,6	14,20
35	-	-	14,25
34	7	14,7	14,30
33	-	-	14,35
32	-	14,8	14,40
31	-	14,9	14,45
30	6	15,0	14,50
29	-	15,1	14,55

Таблица перевода суммы набранных баллов в 100-бальную шкалу

Сумма набранных баллов	Баллы по 100-бальной шкале	Сумма набранных баллов	Баллы по 100-бальной шкале	Сумма набранных баллов	Баллы по 100-бальной шкале
300	100	216	67	150	34
297	99	214	66	148	33
294	98	212	65	146	32
291	97	210	64	144	31
288	96	208	63	142	30
285	95	206	62	140	29
282	94	204	61	138	28
279	93	202	60	136	27
276	92	200	59	134	26
273	91	198	58	132	25
270	90	196	57	130	24
267	89	194	56	128	23
264	88	192	55	126	22
261	87	190	54	124	21
258	86	188	53	122	20
255	85	186	52	120	19
252	84	184	51	118	18
249	83	182	50	116	17
246	82	180	49	114	16
244	81	178	48	112	15
242	80	176	47	110	14
240	79	174	46	108	13
238	78	172	45	106	12
236	77	170	44	104	11
234	76	168	43	102	10
232	75	166	42	100	9
230	74	164	41	98	8
228	73	162	40	96	7
226	72	160	39	94	6
224	71	158	38	92	5
222	70	156	37	90	4
220	69	154	36	88	3
218	68	152	35	86	2