Контрольные нормативы для абитуриентов с поражением опорно-двигательного аппарата

|  |
| --- |
| Поражение нижних конечностей: Юноши |
| Бег 60м (с) | Бег 500м (мин) | Поднимание и опускание туловища из положения лежа на спине(количество раз в 1 мин) | Подтягивание на высокой перекладине(раз) | Метание гранаты(700 гр)(м) | Наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами (см) | Баллы |
| 9.0 | 1.40 | 40 | 20 | 25 | 14 | 100 |
| 9.1 | 1.41 | 38 | - | 24 | - | 96 |
| 9.2 | 1.42 | 36 | - | 23 | - | 92 |
| 9.3 | 1.43 | 34 | 18 | 22 | 13 | 88 |
| 9.4 | 1.44 | 32 | - | 21 | - | 84 |
| 9.5 | 1.45 | 30 | - | 20 | - | 80 |
| 9.6 | 1.46 | 29 | 16 | 19 | 12 | 76 |
| 9.7 | 1.47 | 28 | - | 18 | - | 72 |
| 9.8 | 1.48 | 27 | - | 17 | - | 68 |
| 9.9 | 1.49 | 26 | 14 | 16 | 11 | 64 |
| 10.0 | 1.50 | 25 | - | 15 | - | 60 |
| 10.1 | 1.51 | 24 | - | 14 | - | 56 |
| 10.2 | 1.52 | 23 | 12 | 13 | 10 | 52 |
| 10.3 | 1.53 | 22 | - | 12 | - | 48 |
| 10.4 | 1.54 | 21 | - | 11 | - | 44 |
| 10.5 | 1.55 | 20 | 10 | 10 | 9 | 40 |
| 10.6 | 1.56 | 19 | 9 | 9 | 8 | 36 |
| 10.7 | 1.57 | 18 | 8 | 8 | 7 | 32 |
| 10.8 | 1.58 | 17 | 7 | 7 | 6 | 28 |
| 10.9 | 1.59 | 16 | 6 | 6 | 5 | 24 |
| 11.0 | 2.00 | 15 | 5 | 5 | 4 | 20 |
| 11.1 | 2.01 | 14 | 4 | 4 | 3 | 16 |
| 11.2 | 2.02 | 13 | 3 | 3 | 2 | 12 |
| 11.3 | 2.03 | 12 | 2 | 2 | - | 8 |
| 11.4 | 2.04 | 11 | 1 | 1 | 1 | 4 |

|  |
| --- |
| Поражение нижних конечностей: Девушки |
| Бег 60 м (с) | Бег 500м (мин) | Поднимание и опускание туловища из положения лежа на спине(количество раз в 1 мин) | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа(раз) | Метание гранаты(500 гр)(м) | Наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами (см) | Баллы |
| 10.0 | 1.55 | 40 | 25 | 20 | 16 | 100 |
| 10.1 | 1.56 | 38 | 24 | - | - | 96 |
| 10.2 | 1.57 | 36 | 23 | - | - | 92 |
| 10.3 | 1.58 | 34 | 22 | 18 | 15 | 88 |
| 10.4 | 1.59 | 32 | 21 | - | - | 84 |
| 10.5 | 2.00 | 30 | 20 | - | - | 80 |
| 10.6 | 2.01 | 29 | 19 | 16 | 14 | 76 |
| 10.7 | 2.02 | 28 | 18 | - | - | 72 |
| 10.8 | 2.03 | 27 | 17 | - | - | 68 |
| 10.9 | 2.04 | 26 | 16 | 14 | 13 | 64 |
| 11.0 | 2.05 | 25 | 15 | - | - | 60 |
| 11.1 | 2.06 | 24 | 14 | - | - | 56 |
| 11.2 | 2.07 | 23 | 13 | 12 | 12 | 52 |
| 11.3 | 2.08 | 22 | 12 | - | 11 | 48 |
| 11.4 | 2.09 | 21 | 11 | - | 10 | 44 |
| 11.5 | 2.10 | 20 | 10 | 10 | 9 | 40 |
| 11.6 | 2.11 | 19 | 9 | 9 | 8 | 36 |
| 11.7 | 2.12 | 18 | 8 | 8 | 7 | 32 |
| 11.8 | 2.13 | 17 | 7 | 7 | 6 | 28 |
| 11.9 | 2.14 | 16 | 6 | 6 | 5 | 24 |
| 12.0 | 2.15 | 15 | 5 | 5 | 4 | 20 |
| 12.1 | 2.16 | 14 | 4 | 4 | 3 | 16 |
| 12.2 | 2.17 | 13 | 3 | 3 | 2 | 12 |
| 12.3 | 2.18 | 12 | 2 | 2 | - | 8 |
| 12.4 | 2.19 | 11 | 1 | 1 | 1 | 4 |

|  |
| --- |
| Поражение верхних конечностей: Юноши |
| Бег 30 м (с) | Бег 60 м (с) | Бег 500м (мин) | Поднимание и опускание туловища из положения лежа на спине(количество раз в 1 мин) | Прыжок в длину с места(см) | Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье(см) | Баллы |
| 4,5 | 8.5 | 1.35 | 40 | 225 | 14 | 100 |
| 4,6 | 8.6 | 1.36 | 38 | 224 | - | 96 |
| 4,7 | 8.7 | 1.37 | 36 | 223 | - | 92 |
| 4,8 | 8.8 | 1.38 | 34 | 222 | 13 | 88 |
| 4,9 | 8.9 | 1.39 | 32 | 221 | - | 84 |
| 5,0 | 9.0 | 1.40 | 30 | 220 | - | 80 |
| 5,1 | 9.1 | 1.41 | 29 | 219 | 12 | 76 |
| 5,2 | 9.2 | 1.42 | 28 | 218 | - | 72 |
| 5,3 | 9.3 | 1.43 | 27 | 217 | - | 68 |
| 5,4 | 9.4 | 1.44 | 26 | 216 | 11 | 64 |
| 5,5 | 9.5 | 1.45 | 25 | 215 | - | 60 |
| 5,6 | 9.6 | 1.46 | 24 | 214 | - | 56 |
| 5,7 | 9.7 | 1.47 | 23 | 213 | 10 | 52 |
| 5,8 | 9.8 | 1.48 | 22 | 212 | - | 48 |
| 5,9 | 9.9 | 1.49 | 21 | 211 | - | 44 |
| 6,0 | 10.0 | 1.50 | 20 | 210 | 9 | 40 |
| 6,1 | 10.1 | 1.51 | 19 | 209 | 8 | 36 |
| 6,2 | 10.2 | 1.52 | 18 | 208 | 7 | 32 |
| 6,3 | 10.3 | 1.53 | 17 | 207 | 6 | 28 |
| 6,4 | 10.4 | 1.54 | 16 | 206 | 5 | 24 |
| 6,5 | 10.5 | 1.55 | 15 | 205 | 4 | 20 |
| 6,6 | 10.6 | 1.56 | 14 | 204 | 3 | 16 |
| 6,7 | 10.7 | 1.57 | 13 | 203 | 2 | 12 |
| 6,8 | 10.8 | 1.58 | 12 | 202 | - | 8 |
| 6,9 | 10.9 | 1.59 | 11 | 201 | 1 | 4 |

|  |
| --- |
| Поражение верхних конечностей: Девушки |
| Бег 30м (с) | Бег 60м (с) | Бег 500м (мин) | Поднимание и опускание туловища из положения лежа на спине(количество раз в 1 мин) | Прыжок в длину с места(см) | Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье(см) | Баллы |
| 5,0 | 9.5 | 1.50 | 40 | 190 | 20 | 100 |
| 5,1 | 9.6 | 1.51 | 38 | 189 | - | 96 |
| 5,2 | 9.7 | 1.52 | 36 | 188 | 18 | 92 |
| 5,3 | 9.8 | 1.53 | 34 | 187 | - | 88 |
| 5,5 | 9.9 | 1.54 | 32 | 186 | 16 | 84 |
| 5,6 | 10.0 | 1.55 | 30 | 185 | - | 80 |
| 5,8 | 10.1 | 1.56 | 29 | 184 | 14 | 76 |
| 6,0 | 10.2 | 1.57 | 28 | 183 | - | 72 |
| 6,1 | 10.3 | 1.58 | 27 | 182 | 12 | 68 |
| 6,2 | 10.4 | 1.59 | 26 | 181 | - | 64 |
| 6,3 | 10.5 | 2.00 | 25 | 180 | 10 | 60 |
| 6,4 | 10.6 | 2.01 | 24 | 179 | - | 56 |
| 6,5 | 10.7 | 2.02 | 23 | 178 | - | 52 |
| 6,6 | 10.8 | 2.03 | 22 | 177 | 8 | 48 |
| 6,7 | 10.9 | 2.04 | 21 | 176 | - | 44 |
| 6,8 | 11.0 | 2.05 | 20 | 175 | - | 40 |
| 6,9 | 11.1 | 2.06 | 19 | 174 | 6 | 36 |
| 7,0 | 11.2 | 2.07 | 18 | 173 | - | 32 |
| 7,1 | 11.3 | 2.08 | 17 | 172 | - | 28 |
| 7,2 | 11.4 | 2.09 | 16 | 171 | 4 | 24 |
| 7,3 | 11.5 | 2.10 | 15 | 170 | - | 20 |
| 7,4 | 11.6 | 2.11 | 14 | 169 | - | 16 |
| 7,5 | 11.7 | 2.12 | 13 | 168 | 2 | 12 |
| 7,6 | 11.8 | 2.13 | 12 | 167 | - | 8 |
| 7,7 | 11.9 | 2.14 | 11 | 166 | 1 | 4 |

Контрольные нормативы для абитуриентов с нарушением зрения

|  |
| --- |
| слепые: Юноши |
| Бег 60м (с) | Бег 1000м (мин) | Прыжок в длину с места(см) | Подтягивание из виса на высокой перекладине(раз) | Метание гранаты(700 гр)(м) | Наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами (см) | Баллы |
| 1 | 2-3 | 1 | 2-3 | 1 | 2-3 | 1 | 2-3 | 1 | 2-3 |  |  |
| 9.7 | 9.5 | 4.30 | 4.15 | 2.10 | 2.15 | 10 | 12 |  | 20 | 16 | 100 |
| 9.8 | 9.6 | 4.31 | 4.16 | 2.09 | 2.14 | - | - |  | - | - | 96 |
| 9.9 | 9.7 | 4.32 | 4.17 | 2.08 | 2.13 | - | - |  | - | - | 92 |
| 10.0 | 9.8 | 4.33 | 4.18 | 2.07 | 2.12 | - | - |  | 18 | 15 | 88 |
| 10.1 | 9.9 | 4.34 | 4.19 | 2.06 | 2.11 | 8 | 10 |  | - | - | 84 |
| 10.2 | 10.0 | 4.35 | 4.20 | 2.05 | 2.10 | - | - |  | - | - | 80 |
| 10.3 | 10.1 | 4.36 | 4.21 | 2.04 | 2.09 | - | - |  | 16 | 14 | 76 |
| 10.4 | 10.2 | 4.37 | 4.22 | 2.03 | 2.08 | - | - |  | - | - | 72 |
| 10.5 | 10.3 | 4.38 | 4.23 | 2.02 | 2.07 | 7 | 8 |  | - | - | 68 |
| 10.6 | 10.4 | 4.39 | 4.24 | 2.01 | 2.06 | - | - |  | 14 | 13 | 64 |
| 10.7 | 10.5 | 4.40 | 4.25 | 2.00 | 2.05 | - | - |  | - | - | 60 |
| 10.8 | 10.6 | 4.41 | 4.26 | 1.99 | 2.04 | - | - |  | - | - | 56 |
| 10.9 | 10.7 | 4.42 | 4.27 | 1.98 | 2.03 | 6 | 6 |  | 12 | 12 | 52 |
| 11.0 | 10.8 | 4.43 | 4.28 | 1.97 | 2.02 | - | - |  | - | 11 | 48 |
| 11.1 | 10.9 | 4.44 | 4.29 | 1.96 | 2.01 | 5 | 5 |  | - | 10 | 44 |
| 11.2 | 11.0 | 4.45 | 4.30 | 1.95 | 2.00 | - | - |  | 10 | 9 | 40 |
| 11.3 | 11.1 | 4.46 | 4.31 | 1.94 | 1.99 | 4 | 4 |  | 9 | 8 | 36 |
| 11.4 | 11.2 | 4.47 | 4.32 | 1.93 | 1.98 | - | - |  | 8 | 7 | 32 |
| 11.5 | 11.3 | 4.48 | 4.33 | 1.92 | 1.97 | 3 | - |  | 7 | 6 | 28 |
| 11.6 | 11.4 | 4.49 | 4.34 | 1.91 | 1.96 | - | - |  | 6 | 5 | 24 |
| 11.7 | 11.5 | 4.50 | 4.35 | 1.90 | 1.95 | 2 | 2 |  | 5 | 4 | 20 |
| 11.8 | 11.6 | 4.51 | 4.36 | 1.89 | 1.94 | - | - |  | 4 | 3 | 16 |
| 11.9 | 11.7 | 4.52 | 4.37 | 1.88 | 1.93 | - | - |  | 3 | 2 | 12 |
| 12.0 | 11.8 | 4.53 | 4.38 | 1.87 | 1.92 | - | - |  | 2 | - | 8 |
| 12.1 | 11.9 | 4.54 | 4.39 | 1.86 | 1.90 | 1 | 1 |  | 1 | 1 | 4 |

|  |
| --- |
| слепые: Девушки |
| Бег 60м (с) | Бег 1000м (мин) | Прыжок в длину с места(см) | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа(количество раз) | Метание гранаты(500 гр)(м) | Наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами (см) | Баллы |
| 1 | 2-3 | 1 | 2-3 | 1 | 2-3 | 1 | 2-3 | 1 | 2-3 |  |  |
| 10.5 | 10.0 | 5.00 | 4.40 | 170 | 180 | 16 | 18 | 14 | 16 | 18 | 100 |
| 10.6 | 10.1 | 5.01 | 4.41 | 169 | 179 | - | - | - | - | - | 96 |
| 10.7 | 10.2 | 5.02 | 4.42 | 168 | 178 | 14 | 16 | - | - | - | 92 |
| 10.8 | 10.3 | 5.03 | 4.43 | 167 | 177 | - | - | 12 | 14 | 16 | 88 |
| 10.9 | 10.4 | 5.04 | 4.44 | 166 | 176 | - | - | - | - | - | 84 |
| 11.0 | 10.5 | 5.05 | 4.45 | 165 | 175 | 12 | 14 | - | - | - | 80 |
| 11.1 | 10.6 | 5.06 | 4.46 | 164 | 174 | - | - | - | - | 14 | 76 |
| 11.2 | 10.7 | 5.07 | 4.47 | 163 | 173 | - | - | 10 | 12 | - | 72 |
| 11.3 | 10.8 | 5.08 | 4.48 | 162 | 172 | 10 | 12 | - | - | - | 68 |
| 11.4 | 10.9 | 5.09 | 4.49 | 161 | 171 | - | - | - | - | 13 | 64 |
| 11.5 | 11.0 | 5.10 | 4.50 | 160 | 170 | - | - | 9 | 10 | - | 60 |
| 11.6 | 11.1 | 5.11 | 4.51 | 159 | 169 | 8 | 10 | - | - | - | 56 |
| 11.7 | 11.2 | 5.12 | 4.52 | 158 | 168 | - | - | - | - | 12 | 52 |
| 11.8 | 11.3 | 5.13 | 4.53 | 157 | 167 | - | - | 8 | - | 11 | 48 |
| 11.9 | 11.4 | 5.14 | 4.54 | 156 | 166 | 6 | 8 | - | 8 | 10 | 44 |
| 12.0 | 11.5 | 5.15 | 4.55 | 155 | 165 | - | - | 7 | - | 9 | 40 |
| 12.1 | 11.6 | 5.16 | 4.56 | 154 | 164 | - | - | - | - | 8 | 36 |
| 12.2 | 11.7 | 5.17 | 4.57 | 153 | 163 | 4 | 6 | 6 | 6 | 7 | 32 |
| 12.3 | 11.8 | 5.18 | 4.58 | 152 | 162 | - | - | - | - | 6 | 28 |
| 12.4 | 11.9 | 5.19 | 4.59 | 151 | 161 | - | - | 5 | - | 5 | 24 |
| 12.5 | 12.0 | 5.20 | 5.00 | 150 | 160 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 20 |
| 12.6 | 12.1 | 5.21 | 5.01 | 149 | 159 | - | - | - | - | 3 | 16 |
| 12.7 | 12.2 | 5.22 | 5.02 | 148 | 158 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 12 |
| 12.8 | 12.3 | 5.23 | 5.03 | 147 | 157 | - | - | - | - | - | 8 |
| 12.9 | 12.4 | 5.24 | 5.04 | 146 | 156 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 |