

«УТВЕРЖДАЮ»  
министр физической культуры  
и спорта Ставропольского  
края

  
Р.К. Марков  
«20» 2016 г.

«УТВЕРЖДАЮ»  
министр образования и  
молодежной политики  
Ставропольского края

  
Е.Н. Козюра  
«20» 2016 г.

## ПОЛОЖЕНИЕ

о краевом Зимнем фестивале Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди обучающихся образовательных организаций Ставропольского края, посвященном 85-летию отечественного комплекса ГТО

### I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Краевой Зимний фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» среди обучающихся образовательных организаций Ставропольского края, посвященный 85-летию отечественного комплекса ГТО (далее – Зимний фестиваль) проводится в соответствии с планом мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (далее – комплекс ГТО) в Ставропольском крае, утверждённым Губернатором Ставропольского края 30 июля 2014 года.

1.2. Целью проведения Зимнего фестиваля является вовлечение обучающихся образовательных организаций всех типов в систематические занятия физической культурой и спортом.

1.3. Задачи Зимнего фестиваля:

- популяризация комплекса ГТО среди подрастающего поколения;
- повышение уровня физической подготовленности обучающихся;
- пропаганда здорового образа жизни;
- создание условий, мотивирующих к занятиям физической культурой и спортом;
- поощрение обучающихся, показавших лучшие результаты по выполнению нормативов и требований комплекса ГТО и активно участвующих в деятельности по продвижению комплекса ГТО среди сверстников.

### II. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ ЗИМНЕГО ФЕСТИВАЛЯ

Зимний фестиваль проводится в два этапа:

2.1. I этап (муниципальный) – с 1 по 20 февраля 2016 года, проводится в муниципальных образованиях;

2.2. II этап краевой –

26-27 февраля 2016 года, участвуют обучающиеся, относящиеся ко II и III ступеням комплекса ГТО;

03-04 марта 2016 года, участвуют обучающиеся, относящиеся к IV и V ступеням комплекса ГТО;

10-11 марта 2016 года, участвуют обучающиеся, относящиеся к VI ступени комплекса ГТО.

2.3. Соревнования проводятся по адресу: г. Ставрополь, ул. Тухачевского, д. 18, ГБПОУ СК «Ставропольское училище олимпийского резерва (техникум)».

### **III. ОРГАНИЗАТОРЫ ЗИМНЕГО ФЕСТИВАЛЯ**

3.1. Общее руководство организацией и проведением Зимнего фестиваля осуществляют министерство физической культуры и спорта Ставропольского края и министерство образования и молодежной политики Ставропольского края.

3.2. Организация и проведение I этапа Зимнего фестиваля возлагается на организационные комитеты муниципальных образований и профессиональных образовательных организации и образовательных организаций высшего образования (далее – образовательные организации) Ставропольского края.

3.3. Непосредственное проведение II этапа возлагается на организационный комитет по проведению на территории Ставропольского края I и II этапов Зимнего фестиваля, главную судейскую коллегия (далее – ГСК). Состав ГСК формируется из судей, имеющих судейскую категорию по видам спорта, входящим в комплекс ГТО.

### **IV. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ I И II ЭТАПОВ ЗИМНЕГО ФЕСТИВАЛЯ**

4.1. К участию в Зимнем фестивале на I (муниципальном) и II (краевом) этапах допускаются обучающиеся 9-29 лет, относящиеся ко II, III, IV, V, VI ступеням комплекса ГТО. Составы команд-классов или команд учебных групп на первом этапе рекомендуется формировать не менее чем из восьми участников независимо от пола.

4.2. К участию во II этапе Зимнего фестиваля допускаются победители I (муниципального) этапа в личном и командном зачетах.

4.3. В состав сборных команд муниципальных образований, сформированных из числа обучающихся, относящихся ко II, III, IV, V ступеням необходимо включить по четыре человека (2 юноши, 2 девушки) в каждой возрастной группе и один представитель.

4.4. Образовательные организации I этап Зимнего фестиваля проводят внутри образовательных организаций среди групп, курсов. В состав сборных команд образовательных организаций для участия во II (краевом) этапе должны быть включены 8 человек (4 юноши, 4 девушки) в каждой возрастной группе и один представитель.

К участию во II этапе Зимнего фестиваля не допускаются:

- обучающиеся, не участвовавшие в I этапе Зимнего фестиваля;  
 - обучающиеся, не указанные в предварительной заявке (за исключением случаев внесения в заявку изменений, заранее согласованных с органами исполнительной власти субъекта Российской Федерации в области физической культуры и спорта).

К участию в Зимнем фестивале на I (муниципальном) этапе допускаются обучающиеся, относящиеся по состоянию здоровья к основной медицинской группе при наличии допуска врача, заявки от организации и, при необходимости, согласия одного из родителей (законных представителей).

## V. ПРОГРАММА ЗИМНЕГО ФЕСТИВАЛЯ

Спортивная программа Зимнего фестиваля состоит из тестов II-VI ступеней комплекса ГТО.

### Мальчики (юноши, мужчины)

| №  | Вид испытания (тест)   | II ступень<br>9-10 лет | III ступень<br>11-12 лет | IV ступень<br>13-15 лет | V ступень<br>16-17 лет | VI ступень<br>18-29 лет |
|----|--|------------------------|--------------------------|-------------------------|------------------------|-------------------------|
| 1. | Бег на выносливость (мин. с)   | 1 км                   | 1.5 км                   | 2 км                    | 2 км                   | 3 км                    |
| 2. | Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)                   | +                      | +                        | +                       | +                      | +                       |
|    | или сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу                             | (3 мин)                | (3 мин)                  | (3 мин)                 | (4 мин)                | (4 мин)                 |
| 3. | или сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу                             | +                      | +                        | -                       | -                      | -                       |
|    | Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см) | +                      | +                        | +                       | +                      | +                       |
| 4. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)                               | +                      | +                        | +                       | +                      | +                       |
| 5. | Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)       | +                      | +                        | +                       | +                      | +                       |
| 6. | Стрельба из пневматической винтовки (очки)                                     | -                      | 10 м с упора             | 10 м с опорой локтей    | 10 м с опорой локтей   | 10 м с опорой локтей    |

**Девочки (девушки, женщины)**

| №  | Вид испытания (тест)   | II<br>ступень<br>9-10 лет | III<br>ступень<br>11-12 лет | IV<br>ступень<br>13-15<br>лет | V<br>ступень<br>16-17<br>лет | VI<br>ступень<br>18-29 лет |
|----|--|---------------------------|-----------------------------|-------------------------------|------------------------------|----------------------------|
| 1. | Бег на выносливость<br>(мин. с)  | 1 км                      | 1.5 км                      | 2 км                          | 2 км                         | 2 км                       |
| 2. | Сгибание и разгибание<br>рук в упоре лёжа на<br>полу (количество раз за<br>3 мин)          | +                         | +                           | +                             | +                            | +                          |
|    |  | (3 мин)                   | (3 мин)                     | (3 мин)                       | (4 мин)                      | (4 мин)                    |
| 3. | Наклон вперед из<br>положения стоя с<br>прямыми ногами на<br>гимнастической скамье<br>(см) | +                         | +                           | +                             | +                            | +                          |
| 4. | Прыжок в длину с места<br>толчком двумя ногами<br>(см)                                     | +                         | +                           | +                             | +                            | +                          |
| 5. | Поднимание туловища<br>из положения лежа на<br>спине (количество раз за<br>1 мин)          | +                         | +                           | +                             | +                            | +                          |
| 6. | Стрельба из<br>пневматической<br>винтовки (очки)   | -                         | 10 м<br>с упора             | 10 м<br>с опорой<br>локтей    | 10 м<br>с опорой<br>локтей   | 10 м<br>с опорой<br>локтей |

**VI. УСЛОВИЯ УЧАСТИЯ В ЗИМНЕМ ФЕСТИВАЛЕ**

6.1. Участие в программе Зимнего фестиваля обязательно для всех членов сборных команд.

6.2. Участники Зимнего фестиваля должны быть зарегистрированы в системе АИС ГТО.

6.3. Соревнования проводятся в соответствии с методическими рекомендациями по тестированию населения в рамках комплекса ГТО, одобренными на заседаниях Координационной комиссии Минспорта России по введению и реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса (протокол № 1 от 23 июля 2014 г. пункт II/1) и Экспертного совета по вопросам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса 28 мая 2014 г. и 27 августа 2014 года.

6.4. Участники выполняют стрельбу на дистанции 10 метров по мишени № 8. Изготовка сидя – с опорой локтей о стол из упора для винтовки.

6.5. Разрешено использование пневматических винтовок отечественного образца типа ИЖ-38, ИЖ-60, МР-60, МР-512, ИЖ-32, МР-532. Прицел открытый, мушка пеньковая. Для участников I этапа Зимнего фестиваля допускается определение достоинства пробойн по прозрачной

копии мишени № 8 с выносом средней точки попадания. Количество выстрелов – 3 пробных и 5 зачетных. Мишеней – 1 пробная и 1-2 зачетные.

6.6. Порядок проведения и количество тестов программы Зимнего фестиваля определяется для I (муниципального) этапа организационным комитетом муниципального образования или образовательной организации, II этап Зимнего фестиваля проводится по программе шестиборья.

В соревнованиях I этапа Зимнего фестиваля участники могут выступать в течении нескольких дней.

6.7. На I и II этапах Зимнего фестиваля результаты участников определяются в соответствии со 100-очковыми таблицами оценки результатов (приложение № 2).

6.8. Личное первенство среди участников определяется отдельно для каждой ступени комплекса ГТО среди мальчиков и девочек, юношей и девушек, мужчин и женщин по наибольшей сумме очков, набранных во всех видах программы Зимнего фестиваля согласно 100-очковой таблице оценки результатов.

6.9. В случае равенства сумм очков у двух или более участников преимущество получает участник, показавший лучший результат в беге на выносливость. Командное первенство определяется по группам по сумме очков, набранных в спортивных программах всеми участниками команды в соответствующих возрастных ступенях комплекса ГТО.

## **VII. НАГРАЖДЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ ЗИМНЕГО ФЕСТИВАЛЯ**

7.1. Участники, занявшие 1-3 места в личном первенстве среди мальчиков и девочек, юношей и девушек, мужчин и женщин в программе Зимнего фестиваля в каждой из возрастных групп награждаются грамотами и медалями; команды, занявшие 1-3 места в командном первенстве награждаются дипломами и кубками.

7.2. Участники, зарегистрировавшиеся в системе АИС ГТО и выполнившие необходимое количество нормативов для получения знака отличия комплекса ГТО при участии соответствующих Центров тестирования, представляются к награждению соответствующим знаком: «Золотой знак», «Серебряный знак», «Бронзовый знак» комплекса ГТО.

## **VIII. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ ЗИМНЕГО ФЕСТИВАЛЯ**

8.1. Финансовое обеспечение I (муниципального) этапа Зимнего фестиваля, а также расходы по командированию участников сборных команд муниципальных образований и образовательных организаций Ставропольского края на II этап Зимнего фестиваля (проезд до места проведения и обратно, проживание, суточные в пути, страхование участников) осуществляется за счёт средств направляющей стороны.

8.2. Финансовое обеспечение II этапа Зимнего фестиваля осуществляется за счет бюджета Ставропольского края:

- питание судей, обслуживающего персонала за счет средств министерства физической культуры и спорта Ставропольского края;

- награждение победителей и призеров Зимнего фестиваля за счет средств министерства образования и молодежной политики Ставропольского края.

## **IX. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ**

Обеспечение безопасности участников и зрителей осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 года № 353, а также требованиям правил по соответствующим видам спорта. Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 9 августа 2010 года № 613Н «Об утверждении порядка оказания медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий».

## **X. СТРАХОВАНИЕ УЧАСТНИКОВ ЗИМНЕГО ФЕСТИВАЛЯ**

Участие во II этапе Зимнего фестиваля осуществляется только при наличии договора (оригинала) страхования жизни и здоровья от несчастных случаев, который представляется в комиссию по допуску участников в день приезда на соревнования.

## **XI. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ В ЗИМНЕМ ФЕСТИВАЛЕ**

Для участия в II (краевом) этапе Зимнего фестиваля необходимо направить:

11.1. Предварительную заявку в оригинальном виде по установленной форме (Приложение № 1), заверенную руководителем органа местного самоуправления, по адресу: г. Ставрополь, ул. Советская, 12,а, министерство физической культуры и спорта Ставропольского края, до 20 февраля 2016 г. – II и III ступени, до 25 февраля – IV и V ступени, до 01 марта – VI ступень;

11.2. Краткий отчет о проведении I (муниципального) этапа Зимнего фестиваля, составленный в произвольной форме с указанием количества участников, участвовавших в I (муниципальном) этапе, программы мероприятий, количества судей, их категории, протоколы I (муниципального) этапа Зимнего фестиваля с результатами членов сборной команды.

11.3. Руководители команд представляют в комиссию по допуску участников следующие документы:

- официальный вызов;
- заявку по форме согласно приложению № 1 (идентичную предварительной заявке без запасных участников), заверенную руководителем соответствующего органа исполнительной власти муниципального образования, осуществляющего управление в сфере образования и (или) в области физической культуры и спорта, врачебно-физкультурным диспансером (медицинский допуск действителен не более 10 дней);

- свидетельство о рождении или паспорт (оригинал) на каждого участника;
- страховой полис обязательного медицинского страхования на каждого участника;
- оригинал договора о страховании жизни и здоровья от несчастных случаев на каждого участника команды или на команду в целом с указанием Ф.И.О. всех участников;
- справки школьников на каждого участника с фотографиями 3x4 см, заверенные подписью директора общеобразовательной организации и печатью, которая ставится на угол фотографии обучающегося;
- согласие родителей (законных представителей) на обработку персональных данных обучающихся (приложение 2 к Положению о Зимнем фестивале);
- сводный протокол I этапа Зимнего фестиваля с результатами, показанными на них членами команды.

11.4. По всем организационным вопросам обращаться в краевой Центр тестирования моб. тел. 8-903-41-500-41 Костин Сергей Павлович.

**ЗАЯВКА**

на участие в программе II этапа (регионального) зимнего Фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного  
комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди обучающихся образовательных организаций

(Наименование муниципального образования)

| № п/п | Фамилия. имя. отчество | Дата рождения<br>(д.м.г.) | ИД номер в<br>АИС ГТО<br>(при<br>наличии) | Название<br>общеобразовательной<br>организации (в<br>соответствии с<br>Уставом) | Виза врача   |
|-------|------------------------|---------------------------|---|---|--|
| 1.    |                        |                           |   |   | допущен.<br>подпись врача.<br>дата. печать<br>напротив<br>каждого<br>участника<br>соревнований |
| 2.    |                        |                           |   |   |  |
| 3.    |                        |                           |   |   |  |
| 4.    |                        |                           |   |   |  |
| 5.    |                        |                           |   |   |  |
| 6.    |                        |                           |   |   |  |
| 7.    |                        |                           |   |   |  |
| 8.    |                        |                           |   |   |  |

**Предварительную заявку необходимо составлять с учётом запасных участников. без визы врача.**

Допущено к II этапу Фестиваля комплекса ГТО \_\_\_\_\_ обучающихся.  
(прописью)

Врач \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
(ФИО) (подпись)  
ДАТА (М.П. медицинского учреждения)

Руководитель делегации \_\_\_\_\_  
(подпись. Ф.И.О. полностью)

Руководитель организации \_\_\_\_\_  
МП (подпись. Ф.И.О.)

Ф.И.О. исполнителя (полностью) \_\_\_\_\_

Контактный телефон. E-mail: \_\_\_\_\_



**Таблица оценки результатов в видах испытаний ВФСК ГТО  
мальчики 9-10 лет**

**Приложение 2**

**Таблица 1**

| Очки |                  |                            |         |         | Стрельба<br>ВП | Гибкость<br>(+/-см) | Плавание<br>25м | Поднимание<br>туловища из<br>положения лежа на<br>спине |       | Подтяги-<br>вание<br>3 мин |
|------|------------------|----------------------------|---------|---------|----------------|---------------------|-----------------|---|-------|----------------------------|
|      | Длина с<br>места | Сгиб-<br>разг рук<br>3 мин | Бег 60м | Бег 1км |                |                     |                 | 1 мин   | 3 мин |                            |
| 100  | 230              | 100                        | 8,4     | 3,20    | 3,30           | 50                  | 25              | 15,0  | 70    | 28                         |
| 99   | 229              | 98                         | -       | 3,21    | 3,33           | -                   | -               | 15,2  | -     | -                          |
| 98   | 228              | 96                         | -       | 3,22    | 3,36           | -                   | -               | 15,4  | 69    | 27                         |
| 97   | 227              | 94                         | 8,5     | 3,23    | 3,39           | 49                  | 24              | 15,6  | -     | -                          |
| 96   | 226              | 92                         | -       | 3,24    | 3,42           | -                   | -               | 15,8  | 68    | 26                         |
| 95   | 225              | 90                         | -       | 3,25    | 3,45           | -                   | -               | 16,0  | -     | -                          |
| 94   | 224              | 88                         | 8,6     | 3,26    | 3,48           | 48                  | 23              | 16,2  | 67    | 25                         |
| 93   | 223              | 86                         | -       | 3,27    | 3,51           | -                   | -               | 16,4  | -     | -                          |
| 92   | 222              | 84                         | -       | 3,28    | 3,54           | -                   | -               | 16,6  | 66    | 24                         |
| 91   | 221              | 82                         | 8,7     | 3,29    | 3,57           | 47                  | 22              | 16,8  | -     | -                          |
| 90   | 220              | 80                         | -       | 3,30    | 4,00           | -                   | -               | 17,0  | 65    | 23                         |
| 89   | 219              | 78                         | -       | 3,32    | 4,03           | -                   | -               | 17,2  | -     | -                          |
| 88   | 218              | 76                         | 8,8     | 3,34    | 4,06           | 46                  | 21              | 17,4  | 64    | 22                         |
| 87   | 217              | 74                         | -       | 3,36    | 4,09           | -                   | -               | 17,6  | -     | -                          |
| 86   | 216              | 72                         | -       | 3,38    | 4,12           | -                   | -               | 17,8  | 63    | 21                         |
| 85   | 215              | 70                         | 8,9     | 3,40    | 4,15           | 45                  | 20              | 18,0  | -     | -                          |
| 84   | 214              | 68                         | -       | 3,42    | 4,18           | -                   | -               | 18,2  | 62    | 20                         |
| 83   | 213              | 66                         | -       | 3,44    | 4,21           | -                   | -               | 18,4  | -     | -                          |
| 82   | 212              | 64                         | 9,0     | 3,46    | 4,24           | 44                  | 19              | 18,6  | 61    | 19                         |
| 81   | 211              | 62                         | -       | 3,48    | 4,27           | -                   | -               | 18,8  | -     | -                          |
| 80   | 210              | 60                         | -       | 3,50    | 4,30           | -                   | -               | 19,0  | 60    | 18                         |
| 79   | 209              | 58                         | 9,1     | 3,52    | 4,33           | 43                  | 18              | 19,3  | -     | -                          |
| 78   | 208              | 56                         | -       | 3,54    | 4,36           | -                   | -               | 19,6  | 59    | 17                         |
| 77   | 207              | 54                         | -       | 3,56    | 4,39           | -                   | -               | 19,9  | -     | -                          |
| 76   | 206              | 52                         | 9,2     | 3,58    | 4,42           | 42                  | 17              | 20,2  | 58    | 16                         |
| 75   | 205              | 50                         | -       | 4,00    | 4,45           | -                   | -               | 20,5  | -     | -                          |
| 74   | 204              | 48                         | -       | 4,02    | 4,48           | -                   | -               | 20,8  | 57    | 15                         |
| 73   | 203              | 46                         | 9,3     | 4,04    | 4,51           | 41                  | 16              | 21,1  | -     | -                          |
| 72   | 202              | 44                         | -       | 4,06    | 4,54           | -                   | -               | 21,4  | 56    | 14                         |
| 71   | 201              | 42                         | -       | 4,08    | 4,57           | -                   | -               | 21,7  | -     | -                          |
| 70   | 200              | 40                         | 9,4     | 4,10    | 5,00           | 40                  | 15              | 22,0  | 55    | 13                         |
| 69   | 199              | 39                         | -       | 4,12    | 5,03           | -                   | -               | 22,3  | -     | -                          |
| 68   | 198              | 38                         | -       | 4,14    | 5,06           | 39                  | -               | 22,6  | 54    | -                          |
| 67   | 197              | 37                         | 9,5     | 4,16    | 5,09           | -                   | 14              | 22,9  | -     | 12                         |
| 66   | 196              | 36                         | -       | 4,18    | 5,12           | 38                  | -               | 23,2  | 53    | -                          |
| 65   | 195              | 35                         | -       | 4,20    | 5,15           | -                   | -               | 23,5  | -     | -                          |
| 64   | 194              | 34                         | 9,6     | 4,22    | 5,18           | 37                  | 13              | 23,8  | 52    | 11                         |
| 63   | 193              | 33                         | -       | 4,24    | 5,21           | -                   | -               | 24,1  | -     | -                          |
| 62   | 192              | 32                         | -       | 4,26    | 5,24           | 36                  | -               | 24,4  | 51    | -                          |
| 61   | 191              | 31                         | 9,7     | 4,28    | 5,27           | -                   | 12              | 24,7  | -     | -                          |
| 60   | 190              | 30                         | -       | 4,30    | 5,30           | 35                  | -               | 25,0  | 50    | 10                         |
| 59   | 189              | 29                         | -       | 4,32    | 5,33           | -                   | -               | 25,3  | -     | -                          |
| 58   | 188              | 28                         | 9,8     | 4,34    | 5,36           | 34                  | 11              | 25,6  | 49    | -                          |
| 57   | 187              | 27                         | -       | 4,36    | 5,39           | -                   | -               | 25,9  | -     | -                          |
| 56   | 186              | 26                         | -       | 4,38    | 5,42           | 33                  | -               | 26,2  | 48    | 9                          |
| 55   | 185              | 25                         | 42256,0 | 4,40    | 5,45           | -                   | 10              | 26,5  | -     | -                          |
| 54   | 184              | 24                         | -       | 4,42    | 5,48           | 32                  | -               | 26,8  | 47    | -                          |
| 53   | 183              | 23                         | -       | 4,44    | 5,51           | -                   | -               | 27,1  | -     | -                          |
| 52   | 182              | 22                         | 10,0    | 4,46    | 5,54           | 31                  | 9               | 27,4  | 46    | 8                          |
| 51   | 181              | 21                         | -       | 4,48    | 5,57           | -                   | -               | 27,7  | -     | -                          |

**Таблица 1 (продолжение)**

| Очки |                  |                            |         |         | Стрельба<br>ВП | Гибкость<br>(+/-см) | Плавание<br>25м | Поднимание<br>туловища из<br>положения лежа на<br>спине |       | Подтяги-<br>вание<br>3 мин |
|------|------------------|----------------------------|---------|---------|----------------|---------------------|-----------------|---|-------|----------------------------|
|      | Длина с<br>места | Сгиб-<br>разг рук<br>3 мин | Бег 60м | Бег 1км |                |                     |                 | 1 мин   | 3 мин |                            |
| 50   | 189              | 20                         | -       | 4,50    | 6,00           | 30                  | -               | 28,0  | 45    | -                          |
| 49   | 178              | -                          | 10,1    | 4,52    | 6,03           | -                   | 8               | 28,4  | -     | -                          |
| 48   | 176              | 19                         | -       | 4,54    | 6,06           | 29                  | -               | 28,8  | 44    | -                          |
| 47   | 174              | -                          | -       | 4,56    | 6,09           | -                   | -               | 29,2  | -     | 7                          |
| 46   | 172              | 18                         | 10,2    | 4,58    | 6,12           | 28                  | 7               | 29,6  | 43    | -                          |
| 45   | 170              | -                          | -       | 5,00    | 6,15           | -                   | -               | 30,0  | -     | -                          |
| 44   | 168              | 17                         | 10,3    | 5,02    | 6,18           | 27                  | -               | 30,4  | 42    | -                          |
| 43   | 166              | -                          | -       | 5,04    | 6,21           | -                   | 6               | 30,8  | -     | -                          |
| 42   | 164              | 16                         | 10,4    | 5,06    | 6,24           | 26                  | -               | 31,2  | 41    | 6                          |
| 41   | 162              | -                          | -       | 5,08    | 6,27           | -                   | -               | 31,6  | -     | -                          |
| 40   | 160              | 15                         | 10,5    | 5,10    | 6,30           | 25                  | 5               | 32,0  | 40    | -                          |
| 39   | 158              | -                          | -       | 5,13    | 6,33           | -                   | -               | 32,5  | 39    | -                          |
| 38   | 156              | 14                         | 10,6    | 5,16    | 6,36           | 24                  | -               | 33,0  | 38    | -                          |
| 37   | 154              | -                          | -       | 5,19    | 6,39           | -                   | 4               | 33,5  | 37    | 5                          |
| 36   | 152              | 13                         | 10,7    | 5,22    | 6,42           | 23                  | -               | 34,0  | 36    | -                          |
| 35   | 150              | -                          | -       | 5,25    | 6,45           | -                   | -               | 34,5  | 35    | -                          |
| 34   | 148              | 12                         | 10,8    | 5,28    | 6,48           | 22                  | 3               | 35,0  | 34    | -                          |
| 33   | 146              | -                          | 10,9    | 5,31    | 6,51           | -                   | -               | 35,5  | 33    | -                          |
| 32   | 144              | 11                         | 11,0    | 5,34    | 6,54           | 21                  | -               | 36,0  | 32    | 4                          |
| 31   | 142              | -                          | 11,1    | 5,37    | 6,57           | -                   | 2               | 36,5  | 31    | -                          |
| 30   | 140              | 10                         | 11,2    | 5,40    | 7,00           | 20                  | -               | 37,0  | 30    | -                          |
| 29   | 138              | -                          | 11,3    | 5,43    | 7,03           | -                   | -               | 37,5  | 29    | -                          |
| 28   | 136              | -                          | 11,4    | 5,46    | 7,06           | 19                  | 1               | 38,0  | 28    | -                          |
| 27   | 134              | 9                          | 11,5    | 5,49    | 7,09           | -                   | -               | 38,6  | 27    | -                          |
| 26   | 132              | -                          | 11,6    | 5,52    | 7,12           | 18                  | -               | 39,2  | 26    | 3                          |
| 25   | 130              | -                          | 11,7    | 5,55    | 7,15           | -                   | 0               | 39,8  | 25    | -                          |
| 24   | 128              | 8                          | 11,8    | 5,58    | 7,18           | 17                  | -               | 40,4  | 24    | -                          |
| 23   | 126              | -                          | 11,9    | 6,01    | 7,21           | -                   | -               | 41,0  | 23    | -                          |
| 22   | 124              | -                          | 12,0    | 6,04    | 7,24           | 16                  | -1              | 41,8  | 22    | -                          |
| 21   | 122              | 7                          | 12,1    | 6,07    | 7,27           | -                   | -               | 42,6  | 21    | -                          |
| 20   | 120              | -                          | 12,2    | 6,10    | 7,30           | 15                  | -               | 43,4  | 20    | -                          |
| 19   | 117              | -                          | 12,3    | 6,13    | 7,34           | -                   | -2              | 44,2  | 19    | -                          |
| 18   | 114              | 6                          | 12,4    | 6,16    | 7,38           | 14                  | -               | 45,0  | 18    | 2                          |
| 17   | 111              | -                          | 12,5    | 6,19    | 7,43           | -                   | -               | 46,0  | 17    | -                          |
| 16   | 108              | -                          | 12,6    | 6,22    | 7,48           | 13                  | -3              | 47,0  | 16    | -                          |
| 15   | 105              | 5                          | 12,7    | 6,25    | 7,53           | -                   | -               | 48,0  | 15    | -                          |
| 14   | 102              | -                          | 12,8    | 6,28    | 7,58           | 12                  | -               | 49,0  | 14    | -                          |
| 13   | 99               | -                          | 12,9    | 6,31    | 8,04           | -                   | -4              | 50,0  | 13    | -                          |
| 12   | 96               | 4                          | 13,0    | 6,34    | 8,10           | 11                  | -               | 51,0  | 12    | -                          |
| 11   | 93               | -                          | 13,2    | 6,37    | 8,17           | -                   | -               | 52,0  | 11    | -                          |
| 10   | 90               | -                          | 13,4    | 6,40    | 8,25           | 10                  | -               | 53,0  | 10    | 1                          |
| 9    | 86               | 3                          | 13,6    | 6,44    | 8,33           | 9                   | -5              | 54,0  | 9     | -                          |
| 8    | 82               | -                          | 13,8    | 6,48    | 8,41           | 8                   | -               | 55,0  | 8     | -                          |
| 7    | 78               | -                          | 14,0    | 6,52    | 8,50           | 7                   | -               | 56,0  | 7     | -                          |
| 6    | 74               | 2                          | 14,2    | 6,56    | 9,00           | 6                   | -               | 57,0  | 6     | -                          |
| 5    | 70               | -                          | 14,5    | 7,00    | 9,10           | 5                   | -6              | 58,0  | 5     | -                          |
| 4    | 66               | -                          | 14,8    | 7,05    | 9,20           | 4                   | -               | 1,00  | 4     | -                          |
| 3    | 61               | 1                          | 15,1    | 7,10    | 9,31           | 3                   | -               | 1,02  | 3     | -                          |
| 2    | 56               | -                          | 15,5    | 7,20    | 9,44           | 2                   | -               | 1,05  | 2     | -                          |
| 1    | 50               | -                          | 16,0    | 7,40    | 10,00          | 1                   | -7              | 1,10  | 1     | -                          |

Результат, превышающий максимальный в таблице, дополнительными очками НЕ ОЦЕНИВАЕТСЯ

**Таблица оценки результатов в видах испытаний ВФСК ГТО  
девочки 9-10 лет**

Таблица 2

| Очки | Бег              |     |      | Лыжи<br>1 км | Стрельба<br>ВП<br>5в | Гибкость<br>(+/-см) | Плавание<br>25м | Поднимание<br>туловища из<br>положения<br>лежа на спине<br>1 мин | Сгибание-<br>разгиб рук<br>3 мин |     |
|------|------------------|-----|------|--------------|----------------------|---------------------|-----------------|--|----------------------------------|-----|
|      | Длина с<br>места | 30м | 60м  |              |                      |                     |                 |  |                                  | 1км |
| 100  | 215              | 4,9 | 9,0  | 3,40         | 3,50                 | 50                  | 28              | 16,0   | 65                               | 80  |
| 99   | 214              | -   | -    | 3,41         | 3,53                 | -                   | -               | 16,2   | -                                | 78  |
| 98   | 213              | -   | -    | 3,42         | 3,56                 | -                   | -               | 16,4   | 64                               | 76  |
| 97   | 212              | -   | 9,1  | 3,43         | 3,59                 | 49                  | 27              | 16,6   | -                                | 74  |
| 96   | 211              | -   | -    | 3,44         | 4,02                 | -                   | -               | 16,8   | 63                               | 72  |
| 95   | 210              | 5,0 | -    | 3,45         | 4,05                 | -                   | -               | 17,0   | -                                | 70  |
| 94   | 209              | -   | 9,2  | 3,46         | 4,08                 | 48                  | 26              | 17,2   | 62                               | 68  |
| 93   | 208              | -   | -    | 3,47         | 4,11                 | -                   | -               | 17,4   | -                                | 66  |
| 92   | 207              | -   | -    | 3,48         | 4,14                 | -                   | -               | 17,6   | 61                               | 64  |
| 91   | 206              | -   | 9,3  | 3,49         | 4,17                 | 47                  | 25              | 17,8   | -                                | 62  |
| 90   | 205              | 5,1 | -    | 3,50         | 4,20                 | -                   | -               | 18,0   | 60                               | 60  |
| 89   | 204              | -   | -    | 3,52         | 4,23                 | -                   | -               | 18,2   | -                                | 58  |
| 88   | 203              | -   | 9,4  | 3,54         | 4,26                 | 46                  | 24              | 18,4   | 59                               | 56  |
| 87   | 202              | -   | -    | 3,56         | 4,29                 | -                   | -               | 18,6   | -                                | 54  |
| 86   | 201              | -   | -    | 3,58         | 4,32                 | -                   | -               | 18,8   | 58                               | 52  |
| 85   | 200              | 5,2 | 9,5  | 4,00         | 4,35                 | 45                  | 23              | 19,0   | -                                | 50  |
| 84   | 199              | -   | -    | 4,02         | 4,38                 | -                   | -               | 19,2   | 57                               | 48  |
| 83   | 198              | -   | -    | 4,04         | 4,41                 | -                   | -               | 19,4   | -                                | 47  |
| 82   | 197              | -   | 9,6  | 4,06         | 4,44                 | 44                  | 22              | 19,6   | 56                               | 46  |
| 81   | 196              | -   | -    | 4,08         | 4,47                 | -                   | -               | 19,8   | -                                | 45  |
| 80   | 195              | 5,3 | -    | 4,10         | 4,50                 | -                   | -               | 20,0   | 55                               | 44  |
| 79   | 194              | -   | 9,7  | 4,12         | 4,53                 | 43                  | 21              | 20,3   | -                                | 43  |
| 78   | 193              | -   | -    | 4,14         | 4,56                 | -                   | -               | 20,6   | 54                               | 42  |
| 77   | 192              | -   | -    | 4,16         | 4,59                 | -                   | -               | 20,9   | -                                | 41  |
| 76   | 191              | -   | 9,8  | 4,18         | 5,02                 | 42                  | 20              | 21,2   | 53                               | 40  |
| 75   | 190              | 5,4 | -    | 4,20         | 5,05                 | -                   | -               | 21,5   | -                                | 39  |
| 74   | 189              | -   | -    | 4,22         | 5,08                 | -                   | -               | 21,8   | 52                               | 38  |
| 73   | 188              | -   | 9,9  | 4,24         | 5,11                 | 41                  | 19              | 22,1   | -                                | 37  |
| 72   | 187              | -   | -    | 4,26         | 5,14                 | -                   | -               | 22,4   | 51                               | 36  |
| 71   | 186              | -   | -    | 4,28         | 5,17                 | -                   | -               | 22,7   | -                                | 35  |
| 70   | 185              | 5,5 | 10,0 | 4,30         | 5,20                 | 40                  | 18              | 23,0   | 50                               | 34  |
| 69   | 184              | -   | -    | 4,32         | 5,23                 | -                   | -               | 23,3   | -                                | 33  |
| 68   | 183              | -   | -    | 4,34         | 5,26                 | 39                  | -               | 23,6   | 49                               | 32  |
| 67   | 182              | -   | 10,1 | 4,36         | 5,29                 | -                   | 17              | 23,9   | -                                | 31  |
| 66   | 181              | -   | -    | 4,38         | 5,32                 | 38                  | -               | 24,2   | 48                               | 30  |
| 65   | 180              | 5,6 | -    | 4,40         | 5,35                 | -                   | -               | 24,5   | -                                | 29  |
| 64   | 179              | -   | 10,2 | 4,42         | 5,38                 | 37                  | 16              | 24,8   | 47                               | 28  |
| 63   | 178              | -   | -    | 4,44         | 5,41                 | -                   | -               | 25,1   | -                                | 27  |
| 62   | 177              | -   | -    | 4,46         | 5,44                 | 36                  | -               | 25,4   | 46                               | 26  |
| 61   | 176              | -   | 10,3 | 4,48         | 5,47                 | -                   | 15              | 25,7   | -                                | 25  |
| 60   | 175              | 5,7 | -    | 4,50         | 5,50                 | 35                  | -               | 26,0   | 45                               | 24  |
| 59   | 174              | -   | -    | 4,52         | 5,53                 | -                   | -               | 26,3   | -                                | 23  |
| 58   | 173              | -   | 10,4 | 4,54         | 5,56                 | 34                  | 14              | 26,6   | 44                               | 22  |
| 57   | 172              | -   | -    | 4,56         | 5,59                 | -                   | -               | 26,9   | -                                | 21  |
| 56   | 171              | -   | -    | 4,58         | 6,02                 | 33                  | -               | 27,2   | 43                               | 20  |
| 55   | 170              | 5,8 | 10,5 | 5,00         | 6,05                 | -                   | 13              | 27,5   | -                                | -   |
| 54   | 169              | -   | -    | 5,02         | 6,08                 | 32                  | -               | 27,8   | 42                               | 19  |
| 53   | 168              | -   | -    | 5,04         | 6,11                 | -                   | -               | 28,1   | -                                | -   |
| 52   | 167              | -   | 10,6 | 5,06         | 6,14                 | 31                  | 12              | 28,4   | 41                               | 18  |
| 51   | 166              | -   | -    | 5,08         | 6,17                 | -                   | -               | 28,7   | -                                | -   |

Таблица 2 (продолжение)

| Очки | Длина с<br>места | Бег |      |      | Лыжи<br>1 км | Стрельба<br>ВП<br>5в | Гибкость<br>(+/-см) | Плавание<br>25м | Поднимание<br>туловища из<br>положения<br>лежа на спине<br>1 мин | Сгибание<br>разгиб<br>рук<br>3 мин |
|------|------------------|-----|------|------|--------------|----------------------|---------------------|-----------------|--|------------------------------------|
|      |                  | 30м | 60м  | 1км  |              |                      |                     |                 |  |                                    |
| 50   | 165              | 5,9 | -    | 5,10 | 6,20         | 30                   | -                   | 29,0            | 40   | 17                                 |
| 49   | 163              | -   | 10,7 | 5,12 | 6,23         | -                    | 11                  | 29,4            | -  | -                                  |
| 48   | 161              | -   | -    | 5,14 | 6,26         | 29                   | -                   | 29,8            | 39   | 16                                 |
| 47   | 159              | -   | -    | 5,16 | 6,29         | -                    | -                   | 30,2            | -  | -                                  |
| 46   | 157              | 6,0 | 10,8 | 5,18 | 6,32         | 28                   | 10                  | 30,6            | 38   | 15                                 |
| 45   | 155              | -   | -    | 5,20 | 6,35         | -                    | -                   | 31,0            | -  | -                                  |
| 44   | 153              | -   | -    | 5,22 | 6,38         | 27                   | -                   | 31,5            | 37   | 14                                 |
| 43   | 151              | -   | 10,9 | 5,24 | 6,41         | -                    | 9                   | 32,0            | -  | -                                  |
| 42   | 149              | 6,1 | -    | 5,26 | 6,44         | 26                   | -                   | 32,5            | 36   | 13                                 |
| 41   | 147              | -   | -    | 5,28 | 6,47         | -                    | -                   | 33,0            | -  | -                                  |
| 40   | 145              | -   | 11,0 | 5,30 | 6,50         | 25                   | 8                   | 33,5            | 35   | 12                                 |
| 39   | 143              | -   | -    | 5,33 | 6,53         | -                    | -                   | 34,0            | -  | -                                  |
| 38   | 141              | 6,2 | 11,1 | 5,36 | 6,56         | 24                   | -                   | 34,5            | 34   | 11                                 |
| 37   | 139              | -   | -    | 5,39 | 6,59         | -                    | 7                   | 35,0            | -  | -                                  |
| 36   | 137              | -   | 11,2 | 5,42 | 7,02         | 23                   | -                   | 35,5            | 33   | 10                                 |
| 35   | 135              | 6,3 | -    | 5,45 | 7,05         | -                    | -                   | 36,0            | -  | -                                  |
| 34   | 133              | -   | 11,3 | 5,48 | 7,08         | 22                   | 6                   | 36,5            | 32   | 9                                  |
| 33   | 131              | -   | -    | 5,51 | 7,11         | -                    | -                   | 37,0            | -  | -                                  |
| 32   | 129              | 6,4 | 11,4 | 5,54 | 7,14         | 21                   | -                   | 37,5            | 31   | -                                  |
| 31   | 127              | -   | 11,5 | 5,57 | 7,17         | -                    | 5                   | 38,0            | -  | 8                                  |
| 30   | 125              | -   | 11,6 | 6,00 | 7,20         | 20                   | -                   | 38,6            | 30   | -                                  |
| 29   | 123              | 6,5 | 11,7 | 6,03 | 7,24         | -                    | -                   | 39,2            | 29   | -                                  |
| 28   | 121              | -   | 11,8 | 6,06 | 7,28         | 19                   | 4                   | 39,8            | 28   | 7                                  |
| 27   | 119              | -   | 11,9 | 6,09 | 7,32         | -                    | -                   | 40,4            | 27   | -                                  |
| 26   | 117              | 6,6 | 12,0 | 6,12 | 7,36         | 18                   | -                   | 41,0            | 26   | -                                  |
| 25   | 115              | -   | 12,1 | 6,15 | 7,40         | -                    | 3                   | 41,8            | 25   | 6                                  |
| 24   | 113              | -   | 12,2 | 6,18 | 7,44         | 17                   | -                   | 42,6            | 24   | -                                  |
| 23   | 111              | 6,7 | 12,3 | 6,21 | 7,48         | -                    | -                   | 43,4            | 23   | -                                  |
| 22   | 109              | -   | 12,4 | 6,24 | 7,52         | 16                   | 2                   | 44,2            | 22   | 5                                  |
| 21   | 107              | -   | 12,5 | 6,27 | 7,56         | -                    | -                   | 45,0            | 21   | -                                  |
| 20   | 105              | 6,8 | 12,6 | 6,30 | 8,00         | 15                   | -                   | 46,0            | 20   | -                                  |
| 19   | 103              | -   | 12,7 | 6,33 | 8,05         | -                    | 1                   | 47,0            | 19   | -                                  |
| 18   | 101              | -   | 12,8 | 6,36 | 8,10         | 14                   | -                   | 48,0            | 18   | 4                                  |
| 17   | 99               | 6,9 | 12,9 | 6,39 | 8,15         | -                    | -                   | 49,0            | 17   | -                                  |
| 16   | 97               | -   | 13,0 | 6,42 | 8,20         | 13                   | 0                   | 50,0            | 16   | -                                  |
| 15   | 95               | -   | 13,1 | 6,45 | 8,26         | -                    | -                   | 51,0            | 15   | -                                  |
| 14   | 92               | 7,0 | 13,2 | 6,48 | 8,32         | 12                   | -                   | 52,0            | 14   | 3                                  |
| 13   | 89               | -   | 13,4 | 6,51 | 8,38         | -                    | -1                  | 53,0            | 13   | -                                  |
| 12   | 86               | 7,1 | 13,6 | 6,54 | 8,44         | 11                   | -                   | 54,0            | 12   | -                                  |
| 11   | 83               | -   | 13,8 | 6,57 | 8,52         | -                    | -                   | 55,0            | 11   | -                                  |
| 10   | 80               | 7,2 | 14,0 | 7,00 | 9,00         | 10                   | -2                  | 56,0            | 10   | 2                                  |
| 9    | 76               | -   | 14,2 | 7,04 | 9,10         | 9                    | -                   | 58,0            | 9  | -                                  |
| 8    | 72               | 7,3 | 14,4 | 7,08 | 9,20         | 8                    | -                   | 1,00            | 8  | -                                  |
| 7    | 68               | -   | 14,6 | 7,12 | 9,35         | 7                    | -3                  | 1,02            | 7  | -                                  |
| 6    | 64               | 7,4 | 14,8 | 7,16 | 9,50         | 6                    | -                   | 1,04            | 6  | -                                  |
| 5    | 60               | 7,5 | 15,1 | 7,20 | 10,10        | 5                    | -                   | 1,06            | 6  | 1                                  |
| 4    | 56               | 7,6 | 15,4 | 7,25 | 10,35        | 4                    | -4                  | 1,09            | 4  | -                                  |
| 3    | 51               | 7,8 | 16,0 | 7,30 | 11,00        | 3                    | -                   | 1,12            | 3  | -                                  |
| 2    | 46               | 8,0 | 16,5 | 7,40 | 11,30        | 2                    | -                   | 1,15            | 2  | -                                  |
| 1    | 40               | 8,2 | 17,0 | 8,00 | 12,00        | 1                    | -5                  | 1,20            | 1  | -                                  |

Результат, превышающий максимальный в таблице, дополнительными очками НЕ ОЦЕНИВАЕТСЯ

Таблица оценки результатов в видах испытаний ВФСК ГТО

мальчики 11-12 лет

Таблица 3

| Очки | Бег              |     |       | Льжи<br>2 км | Стр ВП<br>5в | Стр ВП<br>10в | Гибкость<br>(+/- см) | Плавание<br>50м | Поднимание<br>туловища из<br>положения лёжа<br>на спине 1 мин | Сгиб-разгиб<br>рук лежа<br>3 мин | Подтягивание<br>3 мин |
|------|------------------|-----|-------|--------------|--------------|---------------|----------------------|-----------------|---|----------------------------------|-----------------------|
|      | Длина с<br>места | 60м | 1,5км |              |              |               |                      |                 |   |                                  |                       |
| 100  | 260              | 7,6 | 4.50  | 6,00         | 50           | 98            | 30                   | 29,0            | 80  | 120                              | 38                    |
| 99   | 259              | -   | 4.51  | 6,05         | -            | -             | -                    | 29,2            | -   | 119                              | -                     |
| 98   | 258              | -   | 4.52  | 6,10         | -            | 97            | -                    | 29,4            | 79  | 118                              | 37                    |
| 97   | 257              | 7,7 | 4.53  | 6,15         | 49           | -             | 29                   | 29,6            | -   | 117                              | -                     |
| 96   | 256              | -   | 4.54  | 6,20         | -            | 96            | -                    | 29,8            | 78  | 116                              | 36                    |
| 95   | 255              | -   | 4.55  | 6,25         | -            | -             | -                    | 30,0            | -   | 115                              | -                     |
| 94   | 254              | 7,8 | 4.56  | 6,30         | 48           | 95            | 28                   | 30,2            | 77  | 114                              | 35                    |
| 93   | 253              | -   | 4.57  | 6,35         | -            | -             | -                    | 30,4            | -   | 113                              | -                     |
| 92   | 252              | -   | 4.58  | 6,40         | -            | 94            | -                    | 30,6            | 76  | 112                              | 34                    |
| 91   | 251              | 7,9 | 4.59  | 6,45         | 47           | -             | 27                   | 30,8            | -   | 111                              | -                     |
| 90   | 250              | -   | 5.00  | 6,50         | -            | 93            | -                    | 31,0            | 75  | 110                              | 33                    |
| 89   | 249              | -   | 5.02  | 6,56         | -            | -             | -                    | 31,3            | -   | 109                              | -                     |
| 88   | 248              | 8,0 | 5.04  | 7,02         | 46           | 92            | 26                   | 31,6            | 74  | 108                              | 32                    |
| 87   | 247              | -   | 5.06  | 7,08         | -            | -             | -                    | 31,9            | -   | 107                              | -                     |
| 86   | 246              | -   | 5.08  | 7,14         | -            | 91            | -                    | 32,2            | 73  | 106                              | 31                    |
| 85   | 245              | 8,1 | 5.10  | 7,20         | 45           | -             | 25                   | 32,5            | -   | 105                              | -                     |
| 84   | 244              | -   | 5.12  | 7,26         | -            | 90            | -                    | 32,8            | 72  | 104                              | 30                    |
| 83   | 243              | -   | 5.14  | 7,32         | -            | -             | -                    | 33,1            | -   | 103                              | -                     |
| 82   | 242              | 8,2 | 5.16  | 7,38         | 44           | 89            | 24                   | 33,4            | 71  | 102                              | 29                    |
| 81   | 241              | -   | 5.18  | 7,44         | -            | -             | -                    | 33,7            | -   | 101                              | -                     |
| 80   | 240              | -   | 5.20  | 7,50         | -            | 88            | -                    | 34,0            | 70  | 100                              | 28                    |
| 79   | 239              | 8,3 | 5.22  | 7,56         | 43           | -             | 23                   | 34,4            | -   | 99                               | -                     |
| 78   | 238              | -   | 5.24  | 8,02         | -            | 87            | -                    | 34,8            | 69  | 98                               | 27                    |
| 77   | 237              | -   | 5.26  | 8,08         | -            | -             | -                    | 35,2            | -   | 97                               | -                     |
| 76   | 236              | 8,4 | 5.28  | 8,14         | 42           | 86            | 22                   | 35,6            | 68  | 96                               | 26                    |
| 75   | 235              | -   | 5.30  | 8,20         | -            | 85            | -                    | 36,0            | -   | 95                               | -                     |
| 74   | 234              | -   | 5.32  | 8,26         | -            | 84            | -                    | 36,4            | 67  | 94                               | 25                    |
| 73   | 233              | 8,5 | 5.34  | 8,32         | 41           | 83            | 21                   | 36,8            | -   | 93                               | -                     |
| 72   | 232              | -   | 5.36  | 8,38         | -            | 82            | -                    | 37,2            | 66  | 92                               | 24                    |
| 71   | 231              | -   | 5.38  | 8,44         | -            | 81            | -                    | 37,6            | -   | 91                               | -                     |
| 70   | 230              | 8,6 | 5.40  | 8,50         | 40           | 80            | 20                   | 38,0            | 65  | 90                               | 23                    |
| 69   | 229              | -   | 5.42  | 8,57         | -            | 79            | -                    | 38,4            | -   | 89                               | -                     |
| 68   | 228              | -   | 5.44  | 9,04         | 39           | 78            | -                    | 38,8            | 64  | 88                               | 22                    |
| 67   | 227              | 8,7 | 5.46  | 9,11         | -            | 77            | 19                   | 39,2            | -   | 87                               | -                     |
| 66   | 226              | -   | 5.48  | 9,18         | 38           | 76            | -                    | 39,6            | 63  | 86                               | 21                    |
| 65   | 225              | -   | 5.50  | 9,25         | -            | 75            | -                    | 40,0            | -   | 85                               | -                     |
| 64   | 224              | 8,8 | 5.52  | 9,32         | 37           | 74            | 18                   | 40,5            | 62  | 84                               | 20                    |
| 63   | 223              | -   | 5.54  | 9,39         | -            | 73            | -                    | 41,0            | -   | 83                               | -                     |
| 62   | 222              | -   | 5.56  | 9,46         | 36           | 72            | -                    | 41,5            | 61  | 82                               | 19                    |
| 61   | 221              | 8,9 | 5.58  | 9,53         | -            | 71            | 17                   | 42,0            | -   | 81                               | -                     |
| 60   | 220              | -   | 6.00  | 10,00        | 35           | 70            | -                    | 42,6            | 60  | 80                               | 18                    |
| 59   | 218              | -   | 6.03  | 10,08        | -            | 69            | -                    | 43,2            | -   | 78                               | -                     |
| 58   | 216              | 9,0 | 6.06  | 10,16        | 34           | 68            | 16                   | 43,8            | 59  | 76                               | 17                    |
| 57   | 214              | -   | 6.09  | 10,24        | -            | 67            | -                    | 44,4            | -   | 74                               | -                     |
| 56   | 212              | -   | 6.12  | 10,32        | 33           | 66            | -                    | 45,0            | 58  | 72                               | -                     |
| 55   | 210              | 9,1 | 6.15  | 10,40        | -            | 65            | 15                   | 45,8            | -   | 70                               | 16                    |
| 54   | 208              | -   | 6.18  | 10,48        | 32           | 64            | -                    | 46,6            | 57  | 68                               | -                     |
| 53   | 206              | -   | 6.21  | 10,56        | -            | 63            | -                    | 47,4            | -   | 66                               | -                     |
| 52   | 204              | 9,2 | 6.24  | 11,04        | 31           | 62            | 14                   | 48,2            | 56  | 64                               | 15                    |
| 51   | 202              | -   | 6.27  | 11,12        | -            | 61            | -                    | 49,0            | -   | 62                               | -                     |

Таблица 3 (продолжение)

| Очки | Бег              |      |       | Льжи<br>2 км | Стр ВП<br>5в | Стр ВП<br>10в | Гибкость<br>(+/- см) | Плавание<br>50м | Поднимание<br>туловища из<br>положения лёжа<br>на спине 1 мин | Сгиб-разгиб<br>рук лежа<br>3 мин | Подтягивание<br>3 мин |
|------|------------------|------|-------|--------------|--------------|---------------|----------------------|-----------------|---|----------------------------------|-----------------------|
|      | Длина с<br>места | 60м  | 1,5км |              |              |               |                      |                 |   |                                  |                       |
| 50   | 200              | -    | 6.30  | 11,20        | 30           | 60            | -                    | 50,0            | 55  | 60                               | -                     |
| 49   | 198              | 9,3  | 6.33  | 11,28        | -            | 59            | 13                   | 51,0            | -   | 58                               | 14                    |
| 48   | 196              | -    | 6.36  | 11,36        | 29           | 58            | -                    | 52,0            | 54  | 56                               | -                     |
| 47   | 194              | -    | 6.39  | 11,44        | -            | 57            | -                    | 53,0            | -   | 54                               | -                     |
| 46   | 192              | 9,4  | 6.42  | 11,52        | 28           | 56            | 12                   | 54,0            | 53  | 52                               | 13                    |
| 45   | 190              | -    | 6.45  | 12,00        | -            | 55            | -                    | 55,0            | -   | 50                               | -                     |
| 44   | 188              | 9,5  | 6.49  | 12,08        | 27           | 54            | -                    | 56,0            | 52  | 48                               | -                     |
| 43   | 186              | -    | 6.53  | 12,16        | -            | 53            | 11                   | 57,0            | -   | 46                               | 12                    |
| 42   | 184              | 9,6  | 6.57  | 12,24        | 26           | 52            | -                    | 58,0            | 51  | 44                               | -                     |
| 41   | 182              | -    | 6.61  | 12,32        | -            | 51            | -                    | 59,0            | -   | 42                               | -                     |
| 40   | 180              | 9,7  | 7.05  | 12,40        | 25           | 50            | 10                   | 1,00,0          | 50  | 40                               | 11                    |
| 39   | 178              | -    | 7.09  | 12,48        | -            | 49            | -                    | 1,01,0          | 49  | 39                               | -                     |
| 38   | 176              | 9,8  | 7.13  | 12,56        | 24           | 48            | -                    | 1,02,0          | 48  | 38                               | -                     |
| 37   | 174              | -    | 7.17  | 13,04        | -            | 47            | 9                    | 1,03,0          | 47  | 37                               | 10                    |
| 36   | 172              | 9,9  | 7.21  | 13,12        | 23           | 46            | -                    | 1,04,0          | 46  | 36                               | -                     |
| 35   | 170              | -    | 7.25  | 13,20        | -            | 45            | -                    | 1,05,0          | 45  | 35                               | -                     |
| 34   | 168              | 10,0 | 7.30  | 13,28        | 22           | 44            | 8                    | 1,06,0          | 44  | 34                               | 9                     |
| 33   | 166              | -    | 7.35  | 13,36        | -            | 43            | -                    | 1,07,0          | 43  | 33                               | -                     |
| 32   | 164              | 10,1 | 7.40  | 13,44        | 21           | 42            | -                    | 1,08,0          | 42  | 32                               | -                     |
| 31   | 162              | -    | 7.45  | 13,52        | -            | 41            | 7                    | 1,09,0          | 41  | 31                               | -                     |
| 30   | 160              | 10,2 | 7.50  | 14,00        | 20           | 40            | -                    | 1,10,0          | 40  | 30                               | 8                     |
| 29   | 157              | 10,3 | 7.55  | 14,08        | -            | 39            | -                    | 1,12,0          | 39  | 29                               | -                     |
| 28   | 154              | 10,4 | 8.00  | 14,16        | 19           | 38            | 6                    | 1,14,0          | 38  | 28                               | -                     |
| 27   | 151              | 10,5 | 8.05  | 14,24        | -            | 37            | -                    | 1,16,0          | 37  | 27                               | -                     |
| 26   | 148              | 10,6 | 8.10  | 14,32        | 18           | 36            | -                    | 1,18,0          | 36  | 26                               | 7                     |
| 25   | 145              | 10,7 | 8.15  | 14,40        | -            | 35            | 5                    | 1,20,0          | 35  | 25                               | -                     |
| 24   | 142              | 10,8 | 8.20  | 14,48        | 17           | 34            | -                    | 1,12,0          | 34  | 24                               | -                     |
| 23   | 139              | 10,9 | 8.25  | 14,56        | -            | 33            | -                    | 1,14,0          | 33  | 23                               | -                     |
| 22   | 136              | 11,0 | 8.30  | 15,04        | 16           | 32            | 4                    | 1,16,0          | 32  | 22                               | 6                     |
| 21   | 133              | 11,1 | 8.35  | 15,12        | -            | 31            | -                    | 1,18,0          | 31  | 21                               | -                     |
| 20   | 130              | 11,2 | 8.40  | 15,20        | 15           | 30            | -                    | 1,20,0          | 30  | 20                               | -                     |
| 19   | 127              | 11,3 | 8.46  | 15,30        | -            | 29            | 3                    | 1,23,0          | 29  | 19                               | -                     |
| 18   | 124              | 11,4 | 8.52  | 15,40        | 14           | 28            | -                    | 1,26,0          | 28  | 18                               | 5                     |
| 17   | 121              | 11,1 | 8.58  | 15,50        | -            | 27            | -                    | 1,29,0          | 27  | 17                               | -                     |
| 16   | 118              | 11,6 | 9.04  | 16,00        | 13           | 26            | 2                    | 1,32,0          | 26  | 16                               | -                     |
| 15   | 115              | 11,3 | 9.10  | 16,10        | -            | 25            | -                    | 1,35,0          | 25  | 15                               | -                     |
| 14   | 112              | 11,8 | 9.16  | 16,20        | 12           | 24            | -                    | 1,38,0          | 24  | 14                               | 4                     |
| 13   | 109              | 11,5 | 9.22  | 16,30        | -            | 23            | 1                    | 1,41,0          | 23  | 13                               | -                     |
| 12   | 106              | 12,0 | 9.28  | 16,40        | 11           | 22            | -                    | 1,44,0          | 22  | 12                               | -                     |
| 11   | 103              | 11,8 | 9.34  | 16,50        | -            | 21            | -                    | 1,47,0          | 21  | 11                               | -                     |
| 10   | 100              | 12,4 | 9.40  | 17,00        | 10           | 20            | 0                    | 1,50,0          | 20  | 10                               | 3                     |
| 9    | 96               | 12,2 | 9.47  | 17,15        | 9            | 18            | -                    | 1,54,0          | 18  | 9                                | -                     |
| 8    | 92               | 12,8 | 9.54  | 17,30        | 8            | 16            | -1                   | 1,58,0          | 16  | 8                                | -                     |
| 7    | 88               | 13,0 | 10.02 | 17,45        | 7            | 14            | -                    | 2,02,0          | 14  | 7                                | -                     |
| 6    | 84               | 13,2 | 10.10 | 18,00        | 6            | 12            | -2                   | 2,06,0          | 12  | 6                                | 2                     |
| 5    | 80               | 13,5 | 10.20 | 18,20        | 5            | 10            | -                    | 2,10,0          | 10  | 5                                | -                     |
| 4    | 76               | 13,8 | 10.35 | 18,40        | 4            | 8             | -3                   | 2,14,0          | 8   | 4                                | -                     |
| 3    | 71               | 14,1 | 10.50 | 19,00        | 3            | 6             | -                    | 2,18,0          | 6   | 3                                | -                     |
| 2    | 66               | 14,5 | 11.10 | 19,30        | 2            | 4             | -4                   | 2,23,0          | 4   | 2                                | 1                     |
| 1    | 60               | 15,0 | 11.30 | 20,00        | 1            | 2             | -5                   | 2,30,0          | 2   | 1                                | -                     |

Результат, превышающий максимальный в таблице, дополнительными очками не оценивается

Таблица оценки результатов в видах испытаний ВФСК ГТО

девочки 11-12 лет

Таблица 4

| Очки | Длина с места | Бег |       | Лыжи 2 км | Стр ВП 5в | Стр ВП 10в | Гибкость (+/-см) | Плавание 50м | Поднимание туловища из положения лежа на спине 1 мин | Сгибание-разгиб рук 3 мин |
|------|---------------|-----|-------|-----------|-----------|------------|------------------|--------------|--|---------------------------|
|      |               | 60м | 1,5км |           |           |            |                  |              |  |                           |
| 100  | 230           | 8,2 | 5,10  | 6,30      | 50        | 98         | 35               | 31,0         | 75   | 100                       |
| 99   | 229           | -   | 5,11  | 6,36      | -         | -          | -                | 31,2         | -  | 98                        |
| 98   | 228           | -   | 5,12  | 6,42      | -         | 97         | -                | 31,4         | 74   | 96                        |
| 97   | 227           | 8,3 | 5,13  | 6,48      | 49        | -          | 34               | 31,6         | -  | 94                        |
| 96   | 226           | -   | 5,14  | 6,54      | -         | 96         | -                | 31,8         | 73   | 92                        |
| 95   | 225           | -   | 5,15  | 7,00      | -         | -          | -                | 32,0         | -  | 90                        |
| 94   | 224           | 8,4 | 5,16  | 7,06      | 48        | 95         | 33               | 32,2         | 72   | 88                        |
| 93   | 223           | -   | 5,17  | 7,12      | -         | -          | -                | 32,4         | -  | 86                        |
| 92   | 222           | -   | 5,18  | 7,18      | -         | 94         | -                | 32,6         | 71   | 84                        |
| 91   | 221           | 8,5 | 5,19  | 7,24      | 47        | -          | 32               | 32,8         | -  | 82                        |
| 90   | 220           | -   | 5,20  | 7,30      | -         | 93         | -                | 33,0         | 70   | 80                        |
| 89   | 219           | -   | 5,22  | 7,36      | -         | -          | -                | 33,2         | -  | 78                        |
| 88   | 218           | 8,6 | 5,24  | 7,42      | 46        | 92         | 31               | 33,5         | 69   | 76                        |
| 87   | 217           | -   | 5,26  | 7,48      | -         | -          | -                | 33,8         | -  | 74                        |
| 86   | 216           | -   | 5,28  | 7,54      | -         | 91         | -                | 34,1         | 68   | 72                        |
| 85   | 215           | 8,7 | 5,30  | 8,00      | 45        | -          | 30               | 34,4         | -  | 70                        |
| 84   | 214           | -   | 5,32  | 8,06      | -         | 90         | -                | 34,7         | 67   | 68                        |
| 83   | 213           | -   | 5,34  | 8,12      | -         | -          | -                | 35,0         | -  | 66                        |
| 82   | 212           | 8,8 | 5,36  | 8,18      | 44        | 89         | 29               | 35,4         | 66   | 64                        |
| 81   | 211           | -   | 5,38  | 8,24      | -         | -          | -                | 35,8         | -  | 62                        |
| 80   | 210           | -   | 5,40  | 8,30      | -         | 88         | -                | 36,2         | 65   | 60                        |
| 79   | 209           | 8,9 | 5,42  | 8,36      | 43        | -          | 28               | 36,6         | -  | 58                        |
| 78   | 208           | -   | 5,44  | 8,42      | -         | 87         | -                | 37,0         | 64   | 56                        |
| 77   | 207           | -   | 5,46  | 8,48      | -         | -          | -                | 37,5         | -  | 54                        |
| 76   | 206           | 9,0 | 5,48  | 8,54      | 42        | 86         | 27               | 38,0         | 63   | 52                        |
| 75   | 205           | -   | 5,50  | 9,00      | -         | 85         | -                | 38,5         | -  | 50                        |
| 74   | 204           | -   | 5,52  | 9,06      | -         | 84         | -                | 39,0         | 62   | 48                        |
| 73   | 203           | 9,1 | 5,54  | 9,12      | 41        | 83         | 26               | 39,5         | -  | 46                        |
| 72   | 202           | -   | 5,56  | 9,18      | -         | 82         | -                | 40,0         | 61   | 44                        |
| 71   | 201           | -   | 5,58  | 9,24      | -         | 81         | -                | 40,5         | -  | 42                        |
| 70   | 200           | 9,2 | 6,00  | 9,30      | 40        | 80         | 25               | 41,0         | 60   | 40                        |
| 69   | 199           | -   | 6,02  | 9,36      | -         | 79         | -                | 41,5         | -  | 38                        |
| 68   | 198           | -   | 6,04  | 9,42      | 39        | 78         | -                | 42,0         | 59   | 38                        |
| 67   | 197           | 9,3 | 6,06  | 9,48      | -         | 77         | 24               | 42,5         | -  | 37                        |
| 66   | 196           | -   | 6,08  | 9,54      | 38        | 76         | -                | 43,0         | 58   | 36                        |
| 65   | 195           | -   | 6,10  | 10,00     | -         | 75         | -                | 43,5         | -  | 35                        |
| 64   | 194           | 9,4 | 6,12  | 10,08     | 37        | 74         | 23               | 44,0         | 57   | 34                        |
| 63   | 193           | -   | 6,14  | 10,16     | -         | 73         | -                | 44,6         | -  | 33                        |
| 62   | 192           | -   | 6,16  | 10,24     | 36        | 72         | -                | 45,2         | 56   | 32                        |
| 61   | 191           | 9,5 | 6,18  | 10,32     | -         | 71         | 22               | 45,8         | -  | 31                        |
| 60   | 190           | -   | 6,20  | 10,40     | 35        | 70         | -                | 46,4         | 55   | 30                        |
| 59   | 189           | -   | 6,23  | 10,48     | -         | 69         | -                | 47,0         | -  | 29                        |
| 58   | 188           | 9,6 | 6,26  | 10,56     | 34        | 68         | 21               | 47,8         | 54   | 28                        |
| 57   | 187           | -   | 6,29  | 11,04     | -         | 67         | -                | 48,6         | -  | 27                        |
| 56   | 186           | -   | 6,32  | 11,12     | 33        | 66         | -                | 49,4         | 53   | 26                        |
| 55   | 185           | 9,7 | 6,35  | 11,20     | -         | 65         | 20               | 50,2         | -  | 25                        |
| 54   | 184           | -   | 6,38  | 11,28     | 32        | 64         | -                | 51,0         | 52   | 24                        |
| 53   | 183           | -   | 6,41  | 11,36     | -         | 63         | -                | 52,0         | -  | 23                        |
| 52   | 182           | 9,8 | 6,44  | 11,44     | 31        | 62         | 19               | 53,0         | 51   | 22                        |
| 51   | 181           | -   | 6,47  | 11,52     | -         | 61         | -                | 54,0         | -  | 21                        |

Таблица 4 (продолжение)

| Очки | Длина с места | Бег  |       |           | Стр ВП 5в | Стр ВП 10в | Гибкость (+/-см) | Плавание 50м | Поднимание туловища из положения лежа на спине 1 мин | Сгибание-разгиб рук 3 мин |
|------|---------------|------|-------|-----------|-----------|------------|------------------|--------------|--|---------------------------|
|      |               | 60м  | 1,5км | Лыжи 2 км |           |            |                  |              |  |                           |
| 50   | 180           | 9,9  | 6,50  | 12,00     | 30        | 60         | -                | 55,0         | 50   | 20                        |
| 49   | 178           | -    | 6,54  | 12,08     | -         | 59         | 18               | 56,0         | -  | -                         |
| 48   | 176           | 10,0 | 6,58  | 12,16     | 29        | 58         | -                | 57,0         | 49   | 19                        |
| 47   | 174           | -    | 7,02  | 12,24     | -         | 57         | -                | 58,0         | -  | -                         |
| 46   | 172           | 10,1 | 7,06  | 12,32     | 28        | 56         | 17               | 59,0         | 48   | 18                        |
| 45   | 170           | -    | 7,10  | 12,40     | -         | 55         | -                | 1,00,0       | -  | -                         |
| 44   | 168           | 10,2 | 7,14  | 12,48     | 27        | 54         | -                | 1,01,0       | 47   | 17                        |
| 43   | 166           | -    | 7,18  | 12,56     | -         | 53         | 16               | 1,02,0       | -  | -                         |
| 42   | 164           | 10,3 | 7,22  | 13,04     | 26        | 52         | -                | 1,03,0       | 46   | 16                        |
| 41   | 162           | -    | 7,26  | 13,12     | -         | 51         | -                | 1,04,0       | -  | -                         |
| 40   | 160           | 10,4 | 7,30  | 13,20     | 25        | 50         | 15               | 1,05,0       | 45   | 15                        |
| 39   | 158           | -    | 7,35  | 13,30     | -         | 49         | -                | 1,06,0       | -  | -                         |
| 38   | 156           | 10,5 | 7,40  | 13,40     | 24        | 48         | 14               | 1,08,0       | 44   | 14                        |
| 37   | 154           | -    | 7,45  | 13,50     | -         | 47         | -                | 1,10,0       | 43   | -                         |
| 36   | 152           | 10,6 | 7,50  | 14,00     | 23        | 46         | 13               | 1,12,0       | 42   | 13                        |
| 35   | 150           | -    | 7,55  | 14,10     | -         | 45         | -                | 1,14,0       | 41   | -                         |
| 34   | 148           | 10,7 | 8,00  | 14,20     | 22        | 44         | 12               | 1,16,0       | 40   | 12                        |
| 33   | 146           | -    | 8,05  | 14,30     | -         | 43         | -                | 1,18,0       | 39   | -                         |
| 32   | 144           | 10,8 | 8,10  | 14,40     | 21        | 42         | 11               | 1,20,0       | 38   | 11                        |
| 31   | 142           | 10,9 | 8,15  | 14,50     | -         | 41         | -                | 1,22,0       | 37   | -                         |
| 30   | 140           | 11,0 | 8,20  | 15,00     | 20        | 40         | 10               | 1,24,0       | 36   | 10                        |
| 29   | 138           | 11,1 | 8,26  | 15,10     | -         | 39         | -                | 1,26,0       | 35   | -                         |
| 28   | 136           | 11,2 | 8,32  | 15,20     | 19        | 38         | 9                | 1,28,0       | 34   | -                         |
| 27   | 134           | 11,3 | 8,38  | 15,30     | -         | 37         | -                | 1,30,0       | 33   | 9                         |
| 26   | 132           | 11,4 | 8,44  | 15,40     | 18        | 36         | 8                | 1,32,0       | 32   | -                         |
| 25   | 130           | 11,5 | 8,50  | 15,50     | -         | 35         | -                | 1,35,0       | 31   | -                         |
| 24   | 128           | 11,6 | 8,56  | 16,00     | 17        | 34         | 7                | 1,38,0       | 30   | 8                         |
| 23   | 126           | 11,7 | 9,02  | 16,15     | -         | 33         | -                | 1,41,0       | 29   | -                         |
| 22   | 124           | 11,8 | 9,08  | 16,30     | 16        | 32         | 6                | 1,44,0       | 28   | -                         |
| 21   | 122           | 11,9 | 9,14  | 16,45     | -         | 31         | -                | 1,47,0       | 27   | 7                         |
| 20   | 120           | 12,0 | 9,20  | 17,00     | 15        | 30         | 5                | 1,50,0       | 26   | -                         |
| 19   | 117           | 12,1 | 9,27  | 17,15     | -         | 29         | -                | 1,53,0       | 25   | -                         |
| 18   | 114           | 12,2 | 9,34  | 17,30     | 14        | 28         | 4                | 1,56,0       | 24   | 6                         |
| 17   | 111           | 12,3 | 9,42  | 17,45     | -         | 27         | -                | 1,59,0       | 23   | -                         |
| 16   | 108           | 12,4 | 9,51  | 18,00     | 13        | 26         | 3                | 2,02,0       | 22   | -                         |
| 15   | 105           | 12,5 | 10,00 | 18,20     | -         | 25         | -                | 2,05,0       | 21   | 5                         |
| 14   | 102           | 12,6 | 10,10 | 18,40     | 12        | 24         | 2                | 2,08,0       | 20   | -                         |
| 13   | 99            | 12,7 | 10,20 | 19,00     | -         | 23         | -                | 2,11,0       | 19   | -                         |
| 12   | 96            | 12,8 | 10,30 | 19,20     | 11        | 22         | 1                | 2,14,0       | 18   | 4                         |
| 11   | 93            | 12,9 | 10,40 | 19,40     | -         | 21         | -                | 2,17,0       | 17   | -                         |
| 10   | 90            | 13,0 | 10,50 | 20,00     | 10        | 20         | 0                | 2,20,0       | 16   | -                         |
| 9    | 86            | 13,2 | 11,00 | 20,20     | 9         | 18         | -                | 2,23,0       | 15   | 3                         |
| 8    | 82            | 13,4 | 11,10 | 20,40     | 8         | 16         | -1               | 2,26,0       | 14   | -                         |
| 7    | 78            | 13,6 | 11,20 | 21,00     | 7         | 14         | -                | 2,29,0       | 13   | -                         |
| 6    | 74            | 13,8 | 11,30 | 21,25     | 6         | 12         | -2               | 2,32,0       | 12   | 2                         |
| 5    | 70            | 14,1 | 11,45 | 21,50     | 5         | 10         | -                | 2,35,0       | 10   | -                         |
| 4    | 66            | 14,4 | 12,00 | 22,20     | 4         | 8          | -3               | 2,38,0       | 8  | -                         |
| 3    | 61            | 15,0 | 12,20 | 22,50     | 3         | 6          | -                | 2,42,0       | 6  | 1                         |
| 2    | 56            | 15,5 | 12,40 | 23,20     | 2         | 4          | -4               | 2,46,0       | 4  | -                         |
| 1    | 50            | 16,0 | 13,00 | 24,00     | 1         | 2          | -5               | 2,50,0       | 2  | -                         |

Результат, превышающий максимальный в таблице, дополнительными очками НЕ ОЦЕНИВАЕТСЯ

**Таблица оценки результатов в видах испытаний ВФСК ГТО  
ЮНОШИ 13-15 лет**

**Таблица 5**

| Очки | Длина с места | Бег |      |      | Льжи 3 км | Стр ВП 5в | Стр ВП 10в | Гибкость (+/- см) | Плавание 50м | Поднимание туловища из положения лёжа на спине 1 мин | Подтягивание 3 мин |
|------|---------------|-----|------|------|-----------|-----------|------------|-------------------|--------------|--|--------------------|
|      |               | 60м | 1км  | 2 км |           |           |            |                   |              |  |                    |
| 100  | 300           | 7,0 | 2.40 | 6.00 | 8,00      | 50        | 98         | 33                | 26,6         | 90   | 45                 |
| 99   | 299           | -   | 2.41 | 6.02 | 8,05      | -         | -          | -                 | 26,8         | -  | -                  |
| 98   | 298           | -   | 2.42 | 6.04 | 8,10      | -         | 97         | -                 | 27,0         | 89   | 44                 |
| 97   | 297           | 7,1 | 2.43 | 6.06 | 8,15      | 49        | -          | 32                | 27,2         | -  | -                  |
| 96   | 296           | -   | 2.44 | 6.08 | 8,20      | -         | 96         | -                 | 27,4         | 88   | 43                 |
| 95   | 295           | -   | 2.45 | 6.10 | 8,25      | -         | -          | -                 | 27,6         | -  | -                  |
| 94   | 294           | 7,2 | 2.46 | 6.12 | 8,30      | 48        | 95         | 31                | 27,8         | 87   | 42                 |
| 93   | 293           | -   | 2.47 | 6.14 | 8,35      | -         | -          | -                 | 28,0         | -  | -                  |
| 92   | 292           | -   | 2.48 | 6.16 | 8,40      | -         | 94         | -                 | 28,2         | 86   | 41                 |
| 91   | 291           | 7,3 | 2.49 | 6.18 | 8,45      | 47        | -          | 30                | 28,4         | -  | -                  |
| 90   | 290           | -   | 2.50 | 6.20 | 8,50      | -         | 93         | -                 | 28,7         | 85   | 40                 |
| 89   | 289           | -   | 2.51 | 6.22 | 8,56      | -         | -          | -                 | 29,0         | -  | -                  |
| 88   | 288           | 7,4 | 2.52 | 6.24 | 9,02      | 46        | 92         | 29                | 29,3         | 84   | 39                 |
| 87   | 287           | -   | 2.53 | 6.26 | 9,08      | -         | -          | -                 | 29,6         | -  | -                  |
| 86   | 286           | -   | 2.54 | 6.28 | 9,14      | -         | 91         | -                 | 29,9         | 83   | 38                 |
| 85   | 285           | 7,5 | 2.55 | 6.30 | 9,20      | 45        | -          | 28                | 30,2         | -  | -                  |
| 84   | 284           | -   | 2.56 | 6.32 | 9,26      | -         | 90         | -                 | 30,5         | 82   | 37                 |
| 83   | 283           | -   | 2.57 | 6.34 | 9,32      | -         | -          | -                 | 30,8         | -  | -                  |
| 82   | 282           | 7,6 | 2.58 | 6.36 | 9,38      | 44        | 89         | 27                | 31,2         | 81   | 36                 |
| 81   | 281           | -   | 2.59 | 6.38 | 9,44      | -         | -          | -                 | 31,6         | -  | -                  |
| 80   | 280           | -   | 3.00 | 6.40 | 9,50      | -         | 88         | -                 | 32,0         | 80   | 35                 |
| 79   | 279           | 7,7 | 3.01 | 6.42 | 9,56      | 43        | -          | 26                | 32,4         | -  | -                  |
| 78   | 278           | -   | 3.02 | 6.44 | 10,02     | -         | 87         | -                 | 32,8         | 79   | 34                 |
| 77   | 277           | -   | 3.03 | 6.46 | 10,08     | -         | -          | -                 | 33,2         | -  | -                  |
| 76   | 276           | 7,8 | 3.04 | 6.48 | 10,14     | 42        | 86         | 25                | 33,6         | 78   | 33                 |
| 75   | 275           | -   | 3.05 | 6.50 | 10,20     | -         | 85         | -                 | 34,0         | -  | -                  |
| 74   | 274           | -   | 3.06 | 6.52 | 10,26     | -         | 84         | -                 | 34,4         | 77   | 32                 |
| 73   | 273           | 7,9 | 3.07 | 6.54 | 10,32     | 41        | 83         | 24                | 34,8         | -  | -                  |
| 72   | 272           | -   | 3.08 | 6.56 | 10,38     | -         | 82         | -                 | 35,2         | 76   | 31                 |
| 71   | 271           | -   | 3.09 | 6.58 | 10,44     | -         | 81         | -                 | 35,6         | -  | -                  |
| 70   | 270           | 8,0 | 3.10 | 7.00 | 10,50     | 40        | 80         | 23                | 36,0         | 75   | 30                 |
| 69   | 268           | -   | 3.11 | 7.03 | 10,57     | -         | 79         | -                 | 36,4         | -  | -                  |
| 68   | 266           | -   | 3.12 | 7.06 | 11,04     | 39        | 78         | -                 | 36,8         | 74   | 29                 |
| 67   | 264           | 8,1 | 3.13 | 7.09 | 11,11     | -         | 77         | 22                | 37,2         | -  | -                  |
| 66   | 262           | -   | 3.14 | 7.12 | 11,18     | 38        | 76         | -                 | 37,6         | 73   | 28                 |
| 65   | 260           | -   | 3.15 | 7.15 | 11,25     | -         | 75         | -                 | 38,0         | -  | -                  |
| 64   | 258           | 8,2 | 3.16 | 7.18 | 11,32     | 37        | 74         | 21                | 38,4         | 72   | 27                 |
| 63   | 256           | -   | 3.17 | 7.21 | 11,39     | -         | 73         | -                 | 38,8         | -  | -                  |
| 62   | 254           | -   | 3.18 | 7.24 | 11,46     | 36        | 72         | -                 | 39,2         | 71   | 26                 |
| 61   | 252           | 8,3 | 3.19 | 7.27 | 11,53     | -         | 71         | 20                | 39,6         | -  | -                  |
| 60   | 250           | -   | 3.20 | 7.30 | 12,00     | 35        | 70         | -                 | 40,0         | 70   | 25                 |
| 59   | 248           | -   | 3.21 | 7.33 | 12,08     | -         | 69         | -                 | 40,5         | -  | -                  |
| 58   | 246           | 8,4 | 3.22 | 7.36 | 12,16     | 34        | 68         | 19                | 41,0         | 69   | 24                 |
| 57   | 244           | -   | 3.23 | 7.39 | 12,24     | -         | 67         | -                 | 41,5         | -  | -                  |
| 56   | 242           | 8,5 | 3.24 | 7.42 | 12,32     | 33        | 66         | 18                | 42,0         | 68   | 23                 |
| 55   | 240           | -   | 3.25 | 7.45 | 12,40     | -         | 65         | -                 | 42,6         | -  | -                  |
| 54   | 238           | 8,6 | 3.26 | 7.48 | 12,48     | 32        | 64         | 17                | 43,2         | 67   | 22                 |
| 53   | 236           | -   | 3.27 | 7.51 | 12,56     | -         | 63         | -                 | 43,8         | -  | -                  |
| 52   | 234           | 8,7 | 3.28 | 7.54 | 13,04     | 31        | 62         | 16                | 44,4         | 66   | 21                 |
| 51   | 232           | -   | 3.29 | 7.57 | 13,12     | -         | 61         | -                 | 45,2         | -  | -                  |

**Таблица 5 (продолжение)**

| Очки | Длина с места | Бег  |      |       | Льжи 3 км | Стр ВП 5в | Стр ВП 10в | Гибкость (+/- см) | Плавание 50м | Поднимание туловища из положения лёжа на спине 1 мин | Подтягивание 3 мин |
|------|---------------|------|------|-------|-----------|-----------|------------|-------------------|--------------|--|--------------------|
|      |               | 60м  | 1км  | 2 км  |           |           |            |                   |              |  |                    |
| 50   | 230           | 8,8  | 3.30 | 8.00  | 13,20     | 30        | 60         | 15                | 46,0         | 65   | 20                 |
| 49   | 228           | -    | 3.31 | 8.04  | 13,30     | -         | 59         | -                 | 46,8         | -  | -                  |
| 48   | 226           | 8,9  | 3.32 | 8.08  | 13,40     | 29        | 58         | 14                | 47,6         | 64   | 19                 |
| 47   | 224           | -    | 3.33 | 8.12  | 13,50     | -         | 57         | -                 | 48,4         | -  | -                  |
| 46   | 222           | 9,0  | 3.34 | 8.16  | 14,00     | 28        | 56         | 13                | 49,2         | 63   | 18                 |
| 45   | 220           | -    | 3.35 | 8.20  | 14,10     | -         | 55         | -                 | 50,0         | -  | -                  |
| 44   | 218           | 9,1  | 3.36 | 8.24  | 14,20     | 27        | 54         | 12                | 51,0         | 62   | 17                 |
| 43   | 216           | -    | 3.37 | 8.28  | 14,30     | -         | 53         | -                 | 52,0         | -  | -                  |
| 42   | 214           | 9,2  | 3.38 | 8.32  | 14,40     | 26        | 52         | 11                | 53,0         | 61   | 16                 |
| 41   | 212           | -    | 3.39 | 8.36  | 14,50     | -         | 51         | -                 | 54,0         | -  | -                  |
| 40   | 210           | 9,3  | 3.40 | 8.40  | 15,00     | 25        | 50         | 10                | 55,0         | 60   | 15                 |
| 39   | 207           | -    | 3.42 | 8.44  | 15,12     | -         | 49         | -                 | 56,0         | 59   | -                  |
| 38   | 204           | 9,4  | 3.44 | 8.48  | 15,24     | 24        | 48         | 9                 | 57,0         | 58   | 14                 |
| 37   | 201           | -    | 3.46 | 8.52  | 15,36     | -         | 47         | -                 | 58,0         | 57   | -                  |
| 36   | 198           | 9,5  | 3.48 | 8.56  | 15,48     | 23        | 46         | 8                 | 59,0         | 56   | 13                 |
| 35   | 195           | -    | 3.50 | 9.00  | 16,00     | -         | 45         | -                 | 1,00,0       | 55   | -                  |
| 34   | 192           | 9,6  | 3.52 | 9.04  | 16,12     | 22        | 44         | 7                 | 1,01,0       | 54   | 12                 |
| 33   | 189           | -    | 3.54 | 9.08  | 16,24     | -         | 43         | -                 | 1,02,0       | 53   | -                  |
| 32   | 186           | 9,7  | 3.56 | 9.12  | 16,36     | 21        | 42         | 6                 | 1,03,0       | 52   | -                  |
| 31   | 183           | -    | 3.58 | 9.16  | 16,48     | -         | 41         | -                 | 1,04,0       | 51   | 11                 |
| 30   | 180           | 9,8  | 4.00 | 9.20  | 17,00     | 20        | 40         | 5                 | 1,05,0       | 50   | -                  |
| 29   | 177           | 9,9  | 4.03 | 9.26  | 17,15     | -         | 39         | -                 | 1,06,0       | 49   | -                  |
| 28   | 174           | 10,0 | 4.06 | 9.32  | 17,30     | 19        | 38         | 4                 | 1,07,0       | 48   | 10                 |
| 27   | 171           | 10,1 | 4.10 | 9.38  | 17,45     | -         | 37         | -                 | 1,08,0       | 47   | -                  |
| 26   | 168           | 10,2 | 4.14 | 9.46  | 18,00     | 18        | 36         | 3                 | 1,09,0       | 46   | -                  |
| 25   | 165           | 10,3 | 4.18 | 9.54  | 18,20     | -         | 35         | -                 | 1,10,0       | 45   | 9                  |
| 24   | 162           | 10,4 | 4.22 | 10,02 | 18,40     | 17        | 34         | 2                 | 1,12,0       | 44   | -                  |
| 23   | 159           | 10,5 | 4.26 | 10,10 | 19,00     | -         | 33         | -                 | 1,14,0       | 43   | -                  |
| 22   | 156           | 10,6 | 4.30 | 10,20 | 19,20     | 16        | 32         | 1                 | 1,16,0       | 42   | 8                  |
| 21   | 153           | 10,7 | 4.35 | 10,30 | 19,40     | -         | 31         | -                 | 1,18,0       | 41   | -                  |
| 20   | 150           | 10,8 | 4.40 | 10,40 | 20,00     | 15        | 30         | 0                 | 1,20,0       | 40   | -                  |
| 19   | 146           | 10,9 | 4.45 | 10,50 | 20,20     | -         | 29         | -                 | 1,22,0       | 39   | 7                  |
| 18   | 142           | 11,0 | 4.50 | 11,00 | 20,40     | 14        | 28         | -1                | 1,24,0       | 38   | -                  |
| 17   | 138           | 11,1 | 4.55 | 11,10 | 21,00     | -         | 27         | -                 | 1,26,0       | 37   | -                  |
| 16   | 134           | 11,2 | 5.00 | 11,20 | 21,20     | 13        | 26         | -2                | 1,28,0       | 36   | 6                  |
| 15   | 130           | 11,3 | 5.06 | 11,30 | 21,45     | -         | 25         | -                 | 1,30,0       | 35   | -                  |
| 14   | 126           | 11,4 | 5.12 | 11,40 | 22,10     | 12        | 24         | -3                | 1,32,0       | 34   | -                  |
| 13   | 122           | 11,5 | 5.18 | 11,50 | 22,35     | -         | 23         | -                 | 1,34,0       | 32   | 5                  |
| 12   | 118           | 11,6 | 5.24 | 12,00 | 23,00     | 11        | 22         | -4                | 1,36,0       | 30   | -                  |
| 11   | 114           | 11,8 | 5.32 | 12,10 | 23,30     | -         | 21         | -                 | 1,38,0       | 28   | -                  |
| 10   | 110           | 12,0 | 5.40 | 12,20 | 24,00     | 10        | 20         | -5                | 1,40,0       | 26   | 4                  |
| 9    | 106           | 12,2 | 5.50 | 12,30 | 24,30     | 9         | 18         | -                 | 1,42,0       | 24   | -                  |
| 8    | 102           | 12,4 | 6.00 | 12,40 | 25,00     | 8         | 16         | -6                | 1,44,0       | 22   | -                  |
| 7    | 98            | 12,6 | 6.10 | 12,50 | 25,40     | 7         | 14         | -                 | 1,46,0       | 20   | 3                  |
| 6    | 94            | 12,8 | 6.20 | 13,10 | 26,20     | 6         | 12         | -7                | 1,48,0       | 18   | -                  |
| 5    | 90            | 13,0 | 6.30 | 13,30 | 27,00     | 5         | 10         | -                 | 1,50,0       | 15   | -                  |
| 4    | 86            | 13,3 | 6.45 | 14,00 | 27,40     | 4         | 8          | -8                | 1,52,0       | 12   | 2                  |
| 3    | 81            | 13,6 | 7.00 | 14,30 | 28,20     | 3         | 6          | -                 | 1,54,0       | 9  | -                  |
| 2    | 76            | 14,0 | 7.25 | 15,20 | 29,10     | 2         | 4          | -9                | 1,57,0       | 6  | -                  |
| 1    | 70            | 14,5 | 7.50 | 16,00 | 30,00     | 1         | 2          | -10               | 2,00,0       | 3  | 1                  |

Результат, превышающий максимальный в таблице, дополнительными очками **НЕ ОЦЕНИВАЕТСЯ**

**Таблица оценки результатов в видах испытаний ВФСК ГТО  
девушки 13-15 лет**

**Таблица 6**

| Очки | Длина с места | Бег |      |      | Лыжи 3 км | Стр ВП 5в | Стр ВП 10в | Гибкость (+/-см) | Плавание 50м | Поднимание туловища из положения лежа на спине 1 мин | Сгибание-разгиб рук 3 мин |
|------|---------------|-----|------|------|-----------|-----------|------------|------------------|--------------|--|---------------------------|
|      |               | 60м | 1км  | 2км  |           |           |            |                  |              |  |                           |
| 100  | 250           | 7,8 | 3,00 | 6,50 | 8,50      | 50        | 98         | 40               | 29,0         | 85   | 120                       |
| 99   | 249           | -   | 3,01 | 6,52 | 8,56      | -         | -          | -                | 29,2         | 84   | 118                       |
| 98   | 248           | -   | 3,02 | 6,54 | 9,02      | -         | 97         | -                | 29,4         | 83   | 116                       |
| 97   | 247           | 7,9 | 3,03 | 6,56 | 9,08      | 49        | -          | 39               | 29,6         | 82   | 114                       |
| 96   | 246           | -   | 3,04 | 6,58 | 9,14      | -         | 96         | -                | 29,8         | 81   | 112                       |
| 95   | 245           | -   | 3,05 | 7,00 | 9,20      | -         | -          | -                | 30,0         | 80   | 110                       |
| 94   | 244           | 8,0 | 3,06 | 7,02 | 9,26      | 48        | 95         | 38               | 30,2         | 79   | 108                       |
| 93   | 243           | -   | 3,07 | 7,04 | 9,32      | -         | -          | -                | 30,4         | 78   | 106                       |
| 92   | 242           | -   | 3,08 | 7,06 | 9,38      | -         | 94         | -                | 30,6         | 77   | 104                       |
| 91   | 241           | 8,1 | 3,09 | 7,08 | 9,44      | 47        | -          | 37               | 30,8         | 76   | 102                       |
| 90   | 240           | -   | 3,10 | 7,10 | 9,50      | -         | 93         | -                | 31,0         | 75   | 100                       |
| 89   | 239           | -   | 3,11 | 7,12 | 9,57      | -         | -          | -                | 31,2         | 74   | 98                        |
| 88   | 238           | 8,2 | 3,12 | 7,14 | 10,04     | 46        | 92         | 36               | 31,3         | 73   | 96                        |
| 87   | 237           | -   | 3,13 | 7,16 | 10,11     | -         | -          | -                | 31,6         | 72   | 94                        |
| 86   | 236           | -   | 3,14 | 7,18 | 10,18     | -         | 91         | -                | 31,9         | 71   | 92                        |
| 85   | 235           | 8,3 | 3,15 | 7,20 | 10,25     | 45        | -          | 35               | 32,2         | 70   | 90                        |
| 84   | 234           | -   | 3,16 | 7,22 | 10,32     | -         | 90         | -                | 32,5         | 69   | 88                        |
| 83   | 233           | -   | 3,17 | 7,24 | 10,39     | -         | -          | -                | 32,8         | 68   | 86                        |
| 82   | 232           | 8,4 | 3,18 | 7,26 | 10,46     | 44        | 89         | 34               | 33,2         | 67   | 84                        |
| 81   | 231           | -   | 3,19 | 7,28 | 10,53     | -         | -          | -                | 33,6         | 66   | 82                        |
| 80   | 230           | -   | 3,20 | 7,30 | 11,00     | -         | 88         | -                | 34,0         | 65   | 80                        |
| 79   | 229           | 8,5 | 3,21 | 7,33 | 11,07     | 43        | -          | 33               | 34,4         | -  | 78                        |
| 78   | 228           | -   | 3,22 | 7,36 | 11,14     | -         | 87         | -                | 34,8         | 64   | 76                        |
| 77   | 227           | -   | 3,23 | 7,39 | 11,21     | -         | -          | -                | 35,2         | -  | 74                        |
| 76   | 226           | 8,6 | 3,24 | 7,42 | 11,28     | 42        | 86         | 32               | 35,6         | 63   | 72                        |
| 75   | 225           | -   | 3,25 | 7,45 | 11,35     | -         | 85         | -                | 36,0         | -  | 70                        |
| 74   | 224           | -   | 3,26 | 7,48 | 11,42     | -         | 84         | -                | 36,4         | 62   | 68                        |
| 73   | 223           | 8,7 | 3,37 | 7,51 | 11,49     | 41        | 83         | 31               | 36,8         | -  | 66                        |
| 72   | 222           | -   | 3,28 | 7,54 | 11,56     | -         | 82         | -                | 37,2         | 61   | 64                        |
| 71   | 221           | -   | 3,29 | 7,57 | 12,03     | -         | 81         | -                | 37,6         | -  | 62                        |
| 70   | 220           | 8,8 | 3,30 | 8,00 | 12,10     | 40        | 80         | 30               | 38,0         | 60   | 60                        |
| 69   | 219           | -   | 3,32 | 8,03 | 12,18     | -         | 79         | -                | 38,5         | -  | 59                        |
| 68   | 218           | -   | 3,34 | 8,06 | 12,26     | 39        | 78         | 29               | 39,0         | 59   | 58                        |
| 67   | 217           | 8,9 | 3,36 | 8,09 | 12,34     | -         | 77         | -                | 39,5         | -  | 57                        |
| 66   | 216           | -   | 3,38 | 8,12 | 12,42     | 38        | 76         | 28               | 40,0         | 58   | 56                        |
| 65   | 215           | -   | 3,40 | 8,15 | 12,50     | -         | 75         | -                | 40,5         | -  | 55                        |
| 64   | 214           | 9,0 | 3,42 | 8,18 | 12,58     | 37        | 74         | 27               | 41,0         | 57   | 54                        |
| 63   | 213           | -   | 3,44 | 8,21 | 13,06     | -         | 73         | -                | 41,5         | -  | 53                        |
| 62   | 212           | -   | 3,46 | 8,24 | 13,14     | 36        | 72         | 26               | 42,0         | 56   | 52                        |
| 61   | 211           | 9,1 | 3,48 | 8,27 | 13,22     | -         | 71         | -                | 42,5         | -  | 51                        |
| 60   | 210           | -   | 3,50 | 8,30 | 13,30     | 35        | 70         | 25               | 43,0         | 55   | 50                        |
| 59   | 209           | -   | 3,52 | 8,34 | 13,40     | -         | 69         | -                | 43,6         | -  | 49                        |
| 58   | 208           | 9,2 | 3,54 | 8,38 | 13,50     | 34        | 68         | 24               | 44,2         | 54   | 48                        |
| 57   | 207           | -   | 3,56 | 8,42 | 14,00     | -         | 67         | -                | 44,8         | -  | 47                        |
| 56   | 206           | -   | 3,58 | 8,46 | 14,10     | 33        | 66         | 23               | 45,4         | 53   | 46                        |
| 55   | 205           | 9,3 | 4,00 | 8,50 | 14,20     | -         | 65         | -                | 46,0         | -  | 45                        |
| 54   | 204           | -   | 4,02 | 8,54 | 14,30     | 32        | 64         | 22               | 46,8         | 52   | 44                        |
| 53   | 203           | -   | 4,04 | 8,58 | 14,40     | -         | 63         | -                | 47,6         | -  | 43                        |
| 52   | 202           | 9,4 | 4,06 | 9,02 | 14,50     | 31        | 62         | 21               | 48,4         | 51   | 42                        |
| 51   | 201           | -   | 4,08 | 9,06 | 15,00     | -         | 61         | -                | 49,2         | -  | 41                        |

**Таблица 6 (продолжение)**

| Очки | Длина с места | Бег  |      |       | Лыжи 3 км | Стр ВП 5в | Стр ВП 10в | Гибкость (+/-см) | Плавание 50м | Поднимание туловища из положения лежа на спине 1 мин | Сгибание-разгиб рук 3 мин |
|------|---------------|------|------|-------|-----------|-----------|------------|------------------|--------------|--|---------------------------|
|      |               | 60м  | 1км  | 2км   |           |           |            |                  |              |  |                           |
| 50   | 200           | -    | 4,10 | 9,10  | 15,10     | 30        | 60         | 20               | 50,0         | 50   | 40                        |
| 49   | 198           | 9,5  | 4,12 | 9,16  | 15,22     | -         | 59         | -                | 51,0         | -  | 39                        |
| 48   | 196           | -    | 4,14 | 9,22  | 15,34     | 29        | 58         | 19               | 52,0         | 49   | 38                        |
| 47   | 194           | -    | 4,16 | 9,28  | 15,47     | -         | 57         | -                | 53,0         | -  | 37                        |
| 46   | 192           | 9,6  | 4,18 | 9,34  | 16,00     | 28        | 56         | 18               | 54,0         | 48   | 36                        |
| 45   | 190           | -    | 4,20 | 9,40  | 16,15     | -         | 55         | -                | 55,0         | -  | 35                        |
| 44   | 188           | -    | 4,22 | 9,46  | 16,30     | 27        | 54         | 17               | 56,0         | 47   | 34                        |
| 43   | 186           | 9,7  | 4,24 | 9,52  | 16,45     | -         | 53         | -                | 57,0         | -  | 33                        |
| 42   | 184           | -    | 4,26 | 9,58  | 17,00     | 26        | 52         | 16               | 58,0         | 46   | 32                        |
| 41   | 182           | -    | 4,28 | 10,04 | 17,15     | -         | 51         | -                | 59,0         | -  | 31                        |
| 40   | 180           | 9,8  | 4,30 | 10,10 | 17,30     | 25        | 50         | 15               | 1,00,0       | 45   | 30                        |
| 39   | 178           | -    | 4,33 | 10,17 | 17,45     | -         | 49         | -                | 1,02,0       | -  | 29                        |
| 38   | 176           | -    | 4,36 | 10,24 | 18,00     | 24        | 48         | 14               | 1,04,0       | 44   | 28                        |
| 37   | 174           | 9,9  | 4,39 | 10,31 | 18,15     | -         | 47         | -                | 1,06,0       | -  | 27                        |
| 36   | 172           | -    | 4,42 | 10,38 | 18,30     | 23        | 46         | 13               | 1,08,0       | 43   | 26                        |
| 35   | 170           | -    | 4,45 | 10,45 | 18,45     | -         | 45         | -                | 1,10,0       | -  | 25                        |
| 34   | 168           | 10,0 | 4,48 | 10,52 | 19,00     | 22        | 44         | 12               | 1,12,0       | 42   | 24                        |
| 33   | 166           | -    | 4,51 | 10,59 | 19,15     | -         | 43         | -                | 1,14,0       | -  | 23                        |
| 32   | 164           | 10,1 | 4,54 | 11,06 | 19,30     | 21        | 42         | 11               | 1,16,0       | 41   | 22                        |
| 31   | 162           | -    | 4,57 | 11,13 | 19,45     | -         | 41         | -                | 1,18,0       | -  | 21                        |
| 30   | 160           | 10,2 | 5,00 | 11,20 | 20,00     | 20        | 40         | 10               | 1,20,0       | 40   | 20                        |
| 29   | 157           | 10,3 | 5,04 | 11,28 | 20,15     | -         | 39         | -                | 1,22,0       | -  | 19                        |
| 28   | 154           | 10,4 | 5,08 | 11,36 | 20,30     | 19        | 38         | 9                | 1,24,0       | 39   | 18                        |
| 27   | 151           | 10,5 | 5,12 | 11,44 | 20,45     | -         | 37         | -                | 1,26,0       | -  | 17                        |
| 26   | 148           | 10,6 | 5,16 | 11,52 | 21,00     | 18        | 36         | 8                | 1,28,0       | 38   | 16                        |
| 25   | 145           | 10,7 | 5,20 | 12,00 | 21,20     | -         | 35         | -                | 1,30,0       | -  | 15                        |
| 24   | 142           | 10,8 | 5,24 | 12,08 | 21,40     | 17        | 34         | 7                | 1,32,0       | 37   | 14                        |
| 23   | 139           | 10,9 | 5,28 | 12,16 | 22,00     | -         | 33         | -                | 1,34,0       | -  | 13                        |
| 22   | 136           | 11,0 | 5,32 | 12,24 | 22,20     | 16        | 32         | 6                | 1,36,0       | 36   | 12                        |
| 21   | 133           | 11,1 | 5,36 | 12,32 | 22,40     | -         | 31         | -                | 1,38,0       | -  | 11                        |
| 20   | 130           | 11,2 | 5,40 | 12,40 | 23,00     | 15        | 30         | 5                | 1,40,0       | 35   | 10                        |
| 19   | 127           | 11,3 | 5,45 | 12,49 | 23,25     | -         | 29         | -                | 1,43,0       | 34   | -                         |
| 18   | 124           | 11,4 | 5,50 | 12,58 | 23,50     | 14        | 28         | 4                | 1,46,0       | 33   | 9                         |
| 17   | 121           | 11,5 | 5,55 | 13,07 | 24,15     | -         | 27         | -                | 1,49,0       | 32   | -                         |
| 16   | 118           | 11,6 | 6,00 | 13,16 | 24,40     | 13        | 26         | 3                | 1,52,0       | 31   | 8                         |
| 15   | 115           | 11,7 | 6,06 | 13,25 | 25,10     | -         | 25         | -                | 1,55,0       | 30   | -                         |
| 14   | 112           | 11,8 | 6,12 | 13,34 | 25,40     | 12        | 24         | 2                | 1,58,0       | 28   | 7                         |
| 13   | 109           | 11,9 | 6,18 | 13,43 | 26,10     | -         | 23         | -                | 2,01,0       | 26   | -                         |
| 12   | 106           | 12,0 | 6,24 | 13,52 | 26,40     | 11        | 22         | 1                | 2,04,0       | 24   | 6                         |
| 11   | 103           | 12,1 | 6,32 | 14,01 | 27,20     | -         | 21         | -                | 2,07,0       | 22   | -                         |
| 10   | 100           | 12,2 | 6,40 | 14,10 | 28,00     | 10        | 20         | 0                | 2,10,0       | 20   | 5                         |
| 9    | 96            | 12,4 | 6,50 | 14,20 | 28,40     | 9         | 18         | -                | 2,13,0       | 18   | -                         |
| 8    | 92            | 12,6 | 7,00 | 14,30 | 29,20     | 8         | 16         | -1               | 2,16,0       | 16   | 4                         |
| 7    | 88            | 12,8 | 7,10 | 14,40 | 30,10     | 7         | 14         | -                | 2,19,0       | 14   | -                         |
| 6    | 84            | 13,0 | 7,20 | 15,00 | 31,00     | 6         | 12         | -2               | 2,22,0       | 12   | 3                         |
| 5    | 80            | 13,3 | 7,30 | 15,25 | 31,50     | 5         | 10         | -                | 2,25,0       | 10   | -                         |
| 4    | 76            | 13,6 | 7,45 | 15,50 | 32,40     | 4         | 8          | -3               | 2,28,0       | 8  | 2                         |
| 3    | 71            | 14,0 | 8,00 | 16,20 | 33,40     | 3         | 6          | -                | 2,32,0       | 6  | -                         |
| 2    | 66            | 14,5 | 8,20 | 17,10 | 34,50     | 2         | 4          | -4               | 2,36,0       | 4  | 1                         |
| 1    | 60            | 15,0 | 8,40 | 18,00 | 36,00     | 1         | 2          | -5               | 2,40,0       | 2  | -                         |

**Результат, превышающий максимальный в таблице, дополнительными очками НЕ ОЦЕНИВАЕТСЯ**

Таблица оценки результатов взрослых в многоборьях ВФСК ГТО  
юноши и мужчины 16-39 лет

Таблица 7

| Очки | Бег  |       |      |      |       | Стрельба |        |     |      | Плавание |      | Гибкость (+/- см) | Подтяг. на переклад. 4 мин | Длина с места |      |      |
|------|------|-------|------|------|-------|----------|--------|-----|------|----------|------|-------------------|----------------------------|---------------|------|------|
|      |      |       |      |      |       | Лыжи     |        | МВ  |      |          |      |                   |                            |               | ВП   |      |
|      | 60 м | 100 м | 1 км | 2 км | 3 км  | 5 км     | тулов. | 5 в | 10 в | 5 в      | 10 в |                   |                            |               | 25 м | 50 м |
| 100  | 6,7  | 10,7  | 2,30 | 5,25 | 8,30  | 12,00    | 90     | 50  | 99   | 50       | 98   | 11,0              | 24,0                       | 30            | 65   | 340  |
| 99   | -    | -     | 2,31 | 5,26 | 8,32  | 12,07    | -      | -   | -    | -        | -    | 11,1              | 24,2                       | -             | 64   | 339  |
| 98   | -    | -     | 2,32 | 5,27 | 8,34  | 12,14    | 89     | -   | -    | -        | 97   | 11,2              | 24,4                       | -             | 63   | 338  |
| 97   | 6,8  | 10,8  | 2,33 | 5,28 | 8,36  | 12,21    | -      | -   | 98   | 49       | -    | 11,3              | 24,6                       | 29            | 62   | 337  |
| 96   | -    | -     | 2,34 | 5,29 | 8,38  | 12,28    | 88     | -   | -    | -        | 96   | 11,4              | 24,8                       | -             | 61   | 336  |
| 95   | -    | -     | 2,35 | 5,30 | 8,40  | 12,35    | -      | 49  | -    | -        | -    | 11,5              | 25,0                       | -             | 60   | 335  |
| 94   | 6,9  | 10,9  | 2,36 | 5,31 | 8,42  | 12,42    | 87     | -   | 97   | 48       | 95   | 11,6              | 25,2                       | 28            | 59   | 334  |
| 93   | -    | -     | 2,37 | 5,32 | 8,44  | 12,49    | -      | -   | -    | -        | -    | 11,7              | 25,4                       | -             | 58   | 333  |
| 92   | -    | -     | 2,38 | 5,33 | 8,46  | 12,56    | 86     | -   | -    | -        | 94   | 11,8              | 25,6                       | -             | 57   | 332  |
| 91   | 7,0  | 11,0  | 2,39 | 5,34 | 8,48  | 13,03    | -      | -   | 96   | 47       | -    | 11,9              | 25,8                       | 27            | 56   | 331  |
| 90   | -    | -     | 2,40 | 5,35 | 8,50  | 13,10    | 85     | 48  | -    | -        | 93   | 12,0              | 26,0                       | -             | 55   | 330  |
| 89   | -    | -     | 2,41 | 5,36 | 8,52  | 13,17    | -      | -   | -    | -        | -    | 12,1              | 26,2                       | -             | 54   | 329  |
| 88   | 7,1  | 11,1  | 2,42 | 5,37 | 8,54  | 13,24    | 84     | -   | 95   | 46       | 92   | 12,2              | 26,4                       | 26            | 53   | 328  |
| 87   | -    | -     | 2,43 | 5,38 | 8,56  | 13,31    | -      | -   | -    | -        | -    | 12,3              | 26,6                       | -             | 52   | 327  |
| 86   | -    | 11,2  | 2,44 | 5,39 | 8,58  | 13,38    | 83     | -   | -    | -        | 91   | 12,4              | 26,8                       | -             | 51   | 326  |
| 85   | 7,2  | -     | 2,45 | 5,40 | 9,00  | 13,45    | -      | 47  | 94   | 45       | -    | 12,5              | 27,0                       | 25            | 50   | 325  |
| 84   | -    | 11,3  | 2,46 | 5,42 | 9,02  | 13,52    | 82     | -   | -    | -        | 90   | 12,6              | 27,2                       | -             | 49   | 324  |
| 83   | -    | -     | 2,47 | 5,44 | 9,04  | 13,59    | -      | -   | -    | -        | -    | 12,7              | 27,4                       | -             | 48   | 323  |
| 82   | 7,3  | 11,4  | 2,48 | 5,46 | 9,06  | 14,06    | 81     | -   | 93   | 44       | 89   | 12,8              | 27,6                       | 24            | 47   | 322  |
| 81   | -    | -     | 2,49 | 5,48 | 9,08  | 14,13    | -      | -   | -    | -        | -    | 12,9              | 27,8                       | -             | 46   | 321  |
| 80   | -    | 11,5  | 2,50 | 5,50 | 9,10  | 14,20    | 80     | 46  | -    | -        | 88   | 13,0              | 28,0                       | -             | 45   | 320  |
| 79   | 7,4  | -     | 2,51 | 5,52 | 9,12  | 14,27    | -      | -   | 92   | 43       | -    | 13,1              | 28,2                       | 23            | 44   | 318  |
| 78   | -    | 11,6  | 2,52 | 5,54 | 9,14  | 14,34    | 79     | -   | -    | -        | 87   | 13,2              | 28,4                       | -             | 43   | 316  |
| 77   | -    | -     | 2,53 | 5,56 | 9,16  | 14,41    | -      | -   | -    | -        | -    | 13,3              | 28,6                       | -             | 42   | 314  |
| 76   | 7,5  | 11,7  | 2,54 | 5,58 | 9,19  | 14,48    | 78     | -   | 91   | 42       | 86   | 13,4              | 28,8                       | 22            | 41   | 312  |
| 75   | -    | -     | 2,55 | 6,00 | 9,22  | 14,55    | -      | 45  | -    | -        | 85   | 13,5              | 29,0                       | -             | 40   | 310  |
| 74   | -    | 11,8  | 2,56 | 6,02 | 9,25  | 15,02    | 77     | -   | 90   | -        | 84   | 13,6              | 29,2                       | -             | 39   | 308  |
| 73   | 7,6  | -     | 2,57 | 6,04 | 9,28  | 15,09    | -      | -   | -    | 41       | 83   | 13,7              | 29,4                       | 21            | 38   | 306  |
| 72   | -    | 11,9  | 2,58 | 6,06 | 9,31  | 15,16    | 76     | -   | 89   | -        | 82   | 13,8              | 29,6                       | -             | 37   | 304  |
| 71   | -    | -     | 2,59 | 6,08 | 9,34  | 15,23    | -      | -   | -    | -        | 81   | 13,9              | 29,8                       | -             | 36   | 302  |
| 70   | 7,7  | 12,0  | 3,00 | 6,10 | 9,37  | 15,30    | 75     | 44  | 88   | 40       | 80   | 14,0              | 30,0                       | 20            | 35   | 300  |
| 69   | -    | -     | 3,01 | 6,12 | 9,40  | 15,37    | -      | -   | -    | -        | 79   | 14,1              | 30,2                       | -             | 34   | 298  |
| 68   | -    | 12,1  | 3,02 | 6,14 | 9,43  | 15,44    | 74     | -   | 87   | 39       | 78   | 14,2              | 30,4                       | -             | 33   | 296  |
| 67   | 7,8  | -     | 3,03 | 6,16 | 9,46  | 15,51    | -      | -   | -    | -        | 77   | 14,3              | 30,6                       | 19            | 32   | 294  |
| 66   | -    | 12,2  | 3,04 | 6,18 | 9,49  | 15,58    | 73     | 43  | 86   | 38       | 76   | 14,4              | 30,8                       | -             | 31   | 292  |
| 65   | -    | -     | 3,05 | 6,20 | 9,52  | 16,05    | -      | -   | -    | -        | 75   | 14,5              | 31,0                       | -             | 30   | 290  |
| 64   | 7,9  | 12,3  | 3,06 | 6,22 | 9,55  | 16,12    | 72     | -   | 85   | 37       | 74   | 14,6              | 31,2                       | 18            | 29   | 288  |
| 63   | -    | -     | 3,07 | 6,24 | 9,58  | 16,19    | -      | -   | -    | -        | 73   | 14,7              | 31,4                       | -             | -    | 286  |
| 62   | -    | 12,4  | 3,08 | 6,26 | 10,01 | 16,26    | 71     | 42  | 84   | 36       | 72   | 14,8              | 31,6                       | -             | 28   | 284  |
| 61   | 8,0  | -     | 3,09 | 6,28 | 10,04 | 16,33    | -      | -   | -    | -        | 71   | 14,9              | 31,8                       | 17            | -    | 282  |
| 60   | -    | 12,5  | 3,10 | 6,30 | 10,07 | 16,40    | 70     | -   | 83   | 35       | 70   | 15,0              | 32,0                       | -             | 27   | 280  |
| 59   | -    | -     | 3,11 | 6,32 | 10,10 | 16,47    | -      | -   | -    | -        | 69   | 15,1              | 32,2                       | -             | -    | 278  |
| 58   | 8,1  | 12,6  | 3,12 | 6,34 | 10,13 | 16,54    | 69     | 41  | 82   | 34       | 68   | 15,2              | 32,4                       | 16            | 26   | 276  |
| 57   | -    | -     | 3,13 | 6,36 | 10,16 | 17,01    | -      | -   | -    | -        | 67   | 15,3              | 32,6                       | -             | -    | 274  |
| 56   | -    | 12,7  | 3,14 | 6,38 | 10,19 | 17,08    | 68     | -   | 81   | 33       | 66   | 15,4              | 32,8                       | -             | 25   | 272  |
| 55   | 8,2  | -     | 3,15 | 6,40 | 10,22 | 17,15    | -      | -   | -    | -        | 65   | 15,5              | 33,0                       | 15            | -    | 270  |
| 54   | -    | 12,8  | 3,16 | 6,42 | 10,25 | 17,22    | 67     | 40  | 80   | 32       | 64   | 15,6              | 33,3                       | -             | 24   | 268  |
| 53   | -    | -     | 3,17 | 6,44 | 10,28 | 17,29    | -      | -   | -    | -        | 63   | 15,7              | 33,6                       | -             | -    | 266  |
| 52   | 8,3  | 12,9  | 3,18 | 6,46 | 10,31 | 17,36    | 66     | -   | 79   | 31       | 62   | 15,8              | 34,0                       | 14            | 23   | 264  |
| 51   | -    | -     | 3,19 | 6,48 | 10,34 | 17,43    | -      | -   | -    | -        | 61   | 15,9              | 34,5                       | -             | -    | 262  |

Таблица 7 (продолжение)

| Очки | Бег  |       |      |       |       | Стрельба |        |     |      | Плавание |      | Гибкость (+/- см) | Подтяг. На переклад. 4 мин | Длина с места |      |      |
|------|------|-------|------|-------|-------|----------|--------|-----|------|----------|------|-------------------|----------------------------|---------------|------|------|
|      |      |       |      |       |       | Лыжи     |        | МВ  |      |          |      |                   |                            |               | ВП   |      |
|      | 60 м | 100 м | 1 км | 2 км  | 3 км  | 5 км     | тулов. | 5 в | 10 в | 5 в      | 10 в |                   |                            |               | 25 м | 50 м |
| 50   | 8,4  | 13,0  | 3,20 | 6,50  | 10,37 | 17,50    | 65     | 39  | 78   | 30       | 60   | 16,0              | 35,0                       | -             | 22   | 260  |
| 49   | -    | -     | 3,21 | 6,52  | 10,40 | 18,00    | -      | -   | -    | -        | 59   | 16,2              | 35,5                       | 13            | -    | 258  |
| 48   | 8,5  | 13,1  | 3,22 | 6,54  | 10,44 | 18,10    | 64     | -   | 77   | 29       | 58   | 16,4              | 36,0                       | -             | 21   | 256  |
| 47   | -    | -     | 3,23 | 6,57  | 10,48 | 18,20    | -      | -   | -    | -        | 57   | 16,6              | 36,5                       | -             | -    | 254  |
| 46   | 8,6  | 13,2  | 3,24 | 7,00  | 10,52 | 18,30    | 63     | 38  | 76   | 28       | 56   | 16,8              | 37,0                       | 12            | 20   | 252  |
| 45   | -    | -     | 3,25 | 7,03  | 10,56 | 18,40    | -      | -   | -    | -        | 55   | 17,0              | 37,5                       | -             | -    | 250  |
| 44   | 8,7  | 13,3  | 3,26 | 7,06  | 11,00 | 18,50    | 62     | -   | 75   | 27       | 54   | 17,2              | 38,0                       | -             | 19   | 248  |
| 43   | -    | -     | 3,27 | 7,09  | 11,04 | 19,00    | -      | -   | -    | -        | 53   | 17,4              | 38,5                       | 11            | -    | 246  |
| 42   | 8,8  | 13,4  | 3,28 | 7,12  | 11,08 | 19,10    | 61     | 37  | 74   | 26       | 52   | 17,6              | 39,0                       | -             | 18   | 244  |
| 41   | -    | -     | 3,29 | 7,15  | 11,12 | 19,20    | -      | -   | -    | -        | 51   | 17,8              | 39,5                       | -             | -    | 242  |
| 40   | 8,9  | 13,5  | 3,30 | 7,18  | 11,16 | 19,30    | 60     | -   | 73   | 25       | 50   | 18,0              | 40,0                       | 10            | 17   | 240  |
| 39   | -    | -     | 3,31 | 7,21  | 11,20 | 19,45    | 59     | -   | -    | -        | 49   | 18,3              | 41,0                       | -             | -    | 238  |
| 38   | 9,0  | 13,6  | 3,32 | 7,24  | 11,24 | 20,00    | 58     | 36  | 72   | 24       | 48   | 18,6              | 42,0                       | -             | 16   | 236  |
| 37   | -    | -     | 3,33 | 7,27  | 11,28 | 20,15    | 57     | -   | -    | -        | 47   | 19,0              | 43,0                       | 9             | -    | 234  |
| 36   | 9,1  | 13,7  | 3,34 | 7,30  | 11,32 | 20,30    | 56     | -   | 71   | 23       | 46   | 19,4              | 44,0                       | -             | 15   | 232  |
| 35   | -    | -     | 3,35 | 7,33  | 11,36 | 20,50    | 55     | -   | -    | -        | 45   | 19,8              | 45,0                       | -             | -    | 230  |
| 34   | 9,2  | 13,8  | 3,36 | 7,36  | 11,40 | 21,10    | 54     | 35  | 70   | 22       | 44   | 20,2              | 46,0                       | 8             | 14   | 228  |
| 33   | -    | -     | 3,37 | 7,39  | 11,45 | 21,30    | 53     | -   | -    | -        | 43   | 20,6              | 47,0                       | -             | -    | 226  |
| 32   | 9,3  | 13,9  | 3,38 | 7,42  | 11,50 | 21,50    | 52     | -   | 69   | 21       | 42   | 21,0              | 48,0                       | -             | 13   | 224  |
| 31   | -    | -     | 3,39 | 7,46  | 11,55 | 22,10    | 51     | -   | -    | -        | 41   | 21,5              | 49,0                       | 7             | -    | 222  |
| 30   | 9,4  | 14,0  | 3,40 | 7,50  | 12,00 | 22,30    | 50     | 34  | 68   | 20       | 40   | 22,0              | 50,0                       | -             | 12   | 220  |
| 29   | -    | -     | 3,42 | 7,56  | 12,08 | 22,50    | 49     | -   | -    | -        | 39   | 22,5              | 51,0                       | -             | -    | 218  |
| 28   | 9,5  | 14,1  | 3,44 | 8,02  | 12,16 | 23,10    | 48     | -   | 67   | 19       | 38   | 23,0              | 52,0                       | 6             | 11   | 216  |
| 27   | -    | -     | 3,46 | 8,08  | 12,24 | 23,35    | 47     | 33  | -    | -        | 37   | 23,5              | 53,0                       | -             | -    | 214  |
| 26   | 9,6  | 14,2  | 3,48 | 8,14  | 12,32 | 24,00    | 46     | -   | 66   | 18       | 36   | 24,0              | 54,0                       | -             | 10   | 212  |
| 25   | -    | -     | 3,50 | 8,20  | 12,40 | 24,30    | 45     | -   | 65   | -        | 35   | 24,5              | 55,0                       | 5             | -    | 210  |
| 24   | 9,7  | 14,3  | 3,53 | 8,28  | 12,50 | 25,00    | 44     | 32  | 64   | 17       | 34   | 25,0              | 56,0                       | -             | 9    | 208  |
| 23   | -    | -     | 3,56 | 8,36  | 13,00 | 25,30    | 43     | -   | 63   | -        | 33   | 25,5              | 57,0                       | -             | -    | 206  |
| 22   | 9,8  | 14,4  | 3,59 | 8,43  | 13,10 | 26,00    | 42     | 31  | 62   | 16       | 32   | 26,0              | 58,0                       | 4             | 8    | 204  |
| 21   | 9,9  | -     | 4,01 | 8,52  | 13,20 | 26,30    | 41     | -   | 61   | -        | 31   | 26,5              | 59,0                       | -             | -    | 202  |
| 20   | 10,0 | 14,5  | 4,04 | 9,00  | 13,30 | 27,00    | 40     | 30  | 60   | 15       | 30   | 27,0              | 1,00,0                     | -             | -    | 200  |
| 19   | 10,1 | 14,6  | 4,08 | 9,08  | 13,40 | 27,30    | 39     | 29  | 58   | -        | 29   | 27,6              | 1,02,0                     | 3             | 7    | 198  |
| 18   | 10,2 | 14,7  | 4,12 | 9,16  | 13,52 | 28,00    | 38     | 28  | 56   | 14       | 28   | 28,2              | 1,04,0                     | -             | -    | 196  |
| 17   | 10,3 | 14,8  | 4,16 | 9,24  | 14,04 | 28,30    | 37     | 27  | 54   | -        | 27   | 29,0              | 1,06,0                     | -             | -    | 194  |
| 16   | 10,4 | 14,9  | 4,22 | 9,32  | 14,16 | 29,15    | 36     | 26  | 52   | 13       | 26   | 29,8              | 1,08,0                     | 2             | 6    | 192  |
| 15   | 10,5 | 15,0  | 4,30 | 9,40  | 14,28 | 30,00    | 35     | 25  | 50   | -        | 25   | 30,6              | 1,10,0                     | -             | -    | 190  |
| 14   | 10,6 | 15,2  | 4,38 | 9,54  | 14,40 | 30,45    | 34     | 24  | 48   | 12       | 24   | 31,4              | 1,12,0                     | -             | -    | 188  |
| 13   | 10,7 | 15,4  | 4,46 | 10,10 | 14,52 | 31,30    | 32     | 23  | 46   | -        | 23   | 32,2              | 1,14,0                     | 1             | 5</  |      |

Таблица оценки результатов в видах испытаний ВФСК ГТО  
девушки и женщины 16 - 39 лет

Таблица 8

| Очки | Бег |             |        |      |      |       | Лыжи | Гибк. | Подъем<br>тулов. | Стрельба |      |      |      | Сгибание-<br>разгибание<br>рук | Длина<br>с<br>места |       |
|------|-----|-------------|--------|------|------|-------|------|-------|------------------|----------|------|------|------|--------------------------------|---------------------|-------|
|      | 60м | 100м        | 500 м  | 1 км | 2 км | 3 км  |      |       |                  | 5 в      | 10 в | 25 м | 50 м |                                |                     | 4 мин |
|      |     |             |        |      |      |       |      |       |                  |          |      |      |      |                                |                     |       |
| 100  | 7,6 | 12,3        | 1.15,0 | 2,50 | 6,10 | 8,00  | 35   | 75    | 50               | 98       | 13,0 | 28,0 | 165  | 270                            |                     |       |
| 99   | -   | -           | 1.15,5 | 2,51 | 6,12 | 8,05  | -    | -     | -                | -        | 13,1 | 28,2 | 160  | 269                            |                     |       |
| 98   | -   | 12,4        | 1.16,0 | 2,52 | 6,14 | 8,10  | -    | 74    | -                | 97       | 13,2 | 28,4 | 156  | 268                            |                     |       |
| 97   | 7,7 | -           | 1.16,5 | 2,53 | 6,16 | 8,15  | 34   | -     | 49               | -        | 13,3 | 28,6 | 153  | 267                            |                     |       |
| 96   | -   | 12,5        | 1.17,0 | 2,54 | 6,18 | 8,20  | -    | 73    | -                | 96       | 13,4 | 28,8 | 150  | 266                            |                     |       |
| 95   | -   | -           | 1.17,5 | 2,55 | 6,20 | 8,25  | -    | -     | -                | -        | 13,5 | 29,0 | 148  | 265                            |                     |       |
| 94   | 7,8 | 12,6        | 1.18,0 | 2,56 | 6,22 | 8,30  | 33   | 72    | 48               | 95       | 13,6 | 29,2 | 144  | 264                            |                     |       |
| 93   | -   | -           | 1.18,5 | 2,57 | 6,24 | 8,35  | -    | -     | -                | -        | 13,7 | 29,4 | 141  | 263                            |                     |       |
| 92   | -   | 12,7        | 1.19,0 | 2,58 | 6,26 | 8,40  | -    | 71    | -                | 94       | 13,8 | 29,6 | 138  | 262                            |                     |       |
| 91   | 7,9 | -           | 1.19,5 | 2,59 | 6,28 | 8,45  | 32   | -     | 47               | -        | 13,9 | 29,8 | 135  | 261                            |                     |       |
| 90   | -   | <b>12,8</b> | 1.20,0 | 3,00 | 6,30 | 8,50  | -    | 70    | -                | 93       | 14,0 | 30,0 | 132  | 260                            |                     |       |
| 89   | -   | -           | 1.20,5 | 3,01 | 6,32 | 8,55  | -    | -     | -                | -        | 14,1 | 30,2 | 129  | 259                            |                     |       |
| 88   | 8,0 | 12,9        | 1.21,0 | 3,02 | 6,34 | 9,00  | 31   | 69    | 46               | 92       | 14,2 | 30,4 | 126  | 258                            |                     |       |
| 87   | -   | -           | 1.21,5 | 3,03 | 6,36 | 9,05  | -    | -     | -                | -        | 14,3 | 30,6 | 124  | 257                            |                     |       |
| 86   | -   | 13,0        | 1.22,0 | 3,04 | 6,38 | 9,10  | -    | 68    | -                | 91       | 14,4 | 30,8 | 122  | 256                            |                     |       |
| 85   | 8,1 | -           | 1.22,5 | 3,05 | 6,40 | 9,15  | 30   | -     | 45               | -        | 14,5 | 31,0 | 120  | 255                            |                     |       |
| 84   | -   | 13,1        | 1.23,0 | 3,06 | 6,42 | 9,20  | -    | 67    | -                | 90       | 14,6 | 31,2 | 118  | 254                            |                     |       |
| 83   | -   | -           | 1.23,5 | 3,07 | 6,44 | 9,25  | -    | -     | -                | -        | 14,7 | 31,4 | 116  | 253                            |                     |       |
| 82   | 8,2 | 13,2        | 1.24,0 | 3,08 | 6,47 | 9,30  | 29   | 66    | 44               | 89       | 14,8 | 31,6 | 114  | 252                            |                     |       |
| 81   | -   | -           | 1.24,5 | 3,09 | 6,50 | 9,35  | -    | -     | -                | -        | 14,9 | 31,8 | 112  | 251                            |                     |       |
| 80   | -   | <b>13,3</b> | 1.25,0 | 3,10 | 6,53 | 9,40  | -    | 65    | -                | 88       | 15,0 | 32,0 | 110  | 250                            |                     |       |
| 79   | 8,3 | -           | 1.25,5 | 3,12 | 6,56 | 9,45  | 28   | -     | 43               | -        | 15,1 | 32,2 | 108  | 249                            |                     |       |
| 78   | -   | 13,4        | 1.26,0 | 3,14 | 6,59 | 9,50  | -    | 64    | -                | 87       | 15,2 | 32,4 | 106  | 248                            |                     |       |
| 77   | -   | -           | 1.26,5 | 3,16 | 7,02 | 9,55  | -    | -     | -                | -        | 15,3 | 32,6 | 104  | 247                            |                     |       |
| 76   | 8,4 | 13,5        | 1.27,0 | 3,18 | 7,06 | 10,00 | 27   | 63    | 42               | 86       | 15,4 | 32,8 | 102  | 246                            |                     |       |
| 75   | -   | -           | 1.27,5 | 3,20 | 7,10 | 10,05 | -    | -     | -                | 85       | 15,5 | 33,0 | 100  | 245                            |                     |       |
| 74   | -   | 13,6        | 1.28,0 | 3,22 | 7,14 | 10,10 | -    | 62    | -                | 84       | 15,6 | 33,2 | 98   | 244                            |                     |       |
| 73   | 8,5 | -           | 1.28,5 | 3,24 | 7,18 | 10,15 | 26   | -     | 41               | 83       | 15,7 | 33,4 | 96   | 243                            |                     |       |
| 72   | -   | 13,7        | 1.29,0 | 3,26 | 7,22 | 10,20 | -    | 61    | -                | 82       | 15,8 | 33,6 | 94   | 242                            |                     |       |
| 71   | -   | -           | 1.29,5 | 3,28 | 7,26 | 10,25 | -    | -     | -                | 81       | 15,9 | 33,8 | 92   | 241                            |                     |       |
| 70   | 8,6 | <b>13,8</b> | 1.30,0 | 3,30 | 7,30 | 10,30 | 25   | 60    | 40               | 80       | 16,0 | 34,0 | 90   | 240                            |                     |       |
| 69   | -   | -           | 1.30,5 | 3,32 | 7,34 | 10,35 | -    | -     | -                | 79       | 16,1 | 34,2 | 88   | 239                            |                     |       |
| 68   | -   | 13,9        | 1.31,0 | 3,34 | 7,38 | 10,40 | -    | 59    | 39               | 78       | 16,2 | 34,4 | 86   | 238                            |                     |       |
| 67   | 8,7 | -           | 1.31,5 | 3,36 | 7,42 | 10,45 | 24   | -     | 77               | 76       | 16,3 | 34,6 | 84   | 237                            |                     |       |
| 66   | -   | 14,0        | 1.32,0 | 3,38 | 7,46 | 10,50 | -    | 58    | 38               | 76       | 16,4 | 34,8 | 82   | 236                            |                     |       |
| 65   | -   | -           | 1.32,5 | 3,40 | 7,50 | 10,55 | -    | -     | -                | 75       | 16,5 | 35,0 | 80   | 235                            |                     |       |
| 64   | 8,8 | 14,1        | 1.33,0 | 3,42 | 7,54 | 11,00 | 23   | 57    | 37               | 74       | 16,6 | 35,2 | 78   | 234                            |                     |       |
| 63   | -   | -           | 1.33,5 | 3,44 | 7,58 | 11,05 | -    | -     | -                | 73       | 16,7 | 35,4 | 76   | 233                            |                     |       |
| 62   | -   | 14,2        | 1.34,0 | 3,46 | 8,02 | 11,10 | -    | 56    | 36               | 72       | 16,8 | 35,6 | 74   | 232                            |                     |       |
| 61   | 8,9 | -           | 1.34,5 | 3,48 | 8,06 | 11,15 | 22   | -     | -                | 71       | 16,9 | 35,8 | 72   | 231                            |                     |       |
| 60   | -   | <b>14,3</b> | 1.35,0 | 3,50 | 8,10 | 11,20 | -    | 55    | 35               | 70       | 17,0 | 36,0 | 70   | 230                            |                     |       |
| 59   | -   | -           | 1.35,5 | 3,52 | 8,14 | 11,25 | -    | -     | -                | 69       | 17,1 | 36,2 | 68   | 228                            |                     |       |
| 58   | 9,0 | 14,4        | 1.36,0 | 3,54 | 8,18 | 11,30 | 21   | 54    | 34               | 68       | 17,2 | 36,4 | 66   | 226                            |                     |       |
| 57   | -   | -           | 1.36,5 | 3,56 | 8,22 | 11,35 | -    | -     | -                | 67       | 17,3 | 36,8 | 64   | 224                            |                     |       |
| 56   | 9,1 | 14,5        | 1.37,0 | 3,58 | 8,26 | 11,40 | -    | 53    | 33               | 66       | 17,4 | 37,2 | 62   | 222                            |                     |       |
| 55   | -   | -           | 1.37,5 | 4,00 | 8,30 | 11,46 | 20   | -     | -                | 65       | 17,5 | 37,6 | 60   | 220                            |                     |       |
| 54   | 9,2 | 14,6        | 1.38,0 | 4,02 | 8,34 | 11,52 | -    | 52    | 32               | 64       | 17,6 | 38,0 | 58   | 218                            |                     |       |
| 53   | -   | -           | 1.38,5 | 4,04 | 8,38 | 11,58 | -    | -     | -                | 63       | 17,7 | 38,5 | 56   | 216                            |                     |       |
| 52   | 9,3 | 14,7        | 1.39,0 | 4,06 | 8,42 | 12,04 | 19   | 51    | 31               | 62       | 17,8 | 39,0 | 54   | 214                            |                     |       |
| 51   | -   | -           | 1.39,5 | 4,08 | 8,46 | 12,12 | -    | -     | -                | 61       | 17,9 | 39,5 | 52   | 212                            |                     |       |

Таблица 8

| Очки | Бег  |       |       |      |       |       | Лыжи | Гибк. | Подъем<br>тулов. | Стрельба |      |      |      | Сгибание-<br>разгибание<br>рук | Длина<br>с<br>места |       |
|------|------|-------|-------|------|-------|-------|------|-------|------------------|----------|------|------|------|--------------------------------|---------------------|-------|
|      | 60 м | 100 м | 500 м | 1 км | 2 км  | 3 км  |      |       |                  | 5 в      | 10 в | 25 м | 50 м |                                |                     | 4 мин |
|      |      |       |       |      |       |       |      |       |                  |          |      |      |      |                                |                     |       |
| 50   | 9,4  | 14,8  | 1.40  | 4,10 | 8,50  | 12,20 | -    | 50    | 30               | 60       | 18,0 | 40,0 | 50   | 210                            |                     |       |
| 49   | -    | -     | 1.41  | 4,12 | 8,54  | 12,30 | 18   | -     | -                | -        | 59   | 18,2 | 41,0 | 48                             | 208                 |       |
| 48   | 9,5  | 14,9  | 1.42  | 4,14 | 8,58  | 12,40 | -    | 49    | 29               | 58       | 18,5 | 42,0 | 46   | 206                            |                     |       |
| 47   | -    | -     | 1.43  | 4,16 | 9,02  | 12,50 | -    | -     | -                | 57       | 18,8 | 43,0 | 44   | 204                            |                     |       |
| 46   | 9,6  | 15,0  | 1.44  | 4,18 | 9,06  | 13,00 | 17   | 48    | 28               | 56       | 19,2 | 44,0 | 42   | 202                            |                     |       |
| 45   | -    | -     | 1.45  | 4,20 | 9,10  | 13,10 | -    | -     | -                | 55       | 19,6 | 45,0 | 40   | 200                            |                     |       |
| 44   | 9,7  | 15,1  | 1.46  | 4,22 | 9,14  | 13,20 | -    | 47    | 27               | 54       | 20,0 | 46,0 | 38   | 198                            |                     |       |
| 43   | -    | -     | 1.47  | 4,24 | 9,18  | 13,30 | 16   | -     | -                | 53       | 20,5 | 47,0 | 36   | 196                            |                     |       |
| 42   | 9,8  | 15,2  | 1.48  | 4,26 | 9,22  | 13,40 | -    | 46    | 26               | 52       | 21,0 | 48,0 | 34   | 194                            |                     |       |
| 41   | -    | -     | 1.49  | 4,28 | 9,26  | 13,50 | -    | -     | -                | 51       | 21,5 | 49,0 | 32   | 192                            |                     |       |
| 40   | 9,9  | 15,3  | 1.50  | 4,30 | 9,30  | 14,00 | 15   | 45    | 25               | 50       | 22,0 | 50,0 | 30   | 190                            |                     |       |
| 39   | -    | -     | 1.51  | 4,32 | 9,34  | 14,10 | -    | -     | -                | 49       | 22,5 | 51,0 | 29   | 188                            |                     |       |
| 38   | 10,0 | 15,4  | 1.52  | 4,34 | 9,38  | 14,20 | 14   | 44    | 24               | 48       | 23,0 | 52,0 | 28   | 186                            |                     |       |
| 37   | -    | -     | 1.53  | 4,36 | 9,42  | 14,30 | -    | 43    | -                | 47       | 23,5 | 53,0 | 27   | 184                            |                     |       |
| 36   | 10,1 | 15,5  | 1.54  | 4,38 | 9,46  | 14,40 | 13   | 42    | 23               | 46       | 24,0 | 54,0 | 26   | 182                            |                     |       |
| 35   | -    | -     | 1.55  | 4,40 | 9,50  | 14,55 | -    | 41    | -                | 45       | 24,5 | 55,0 | 25   | 180                            |                     |       |
| 34   | 10,2 | 15,6  | 1.56  | 4,42 | 9,54  | 15,10 | 12   | 40    | 22               | 44       | 25,0 | 56,0 | 24   | 178                            |                     |       |
| 33   | -    | -     | 1.57  | 4,44 | 9,58  | 15,25 | -    | 39    | -                | 43       | 25,5 | 57,0 | 23   | 176                            |                     |       |
| 32   | 10,3 | 15,8  | 1.58  | 4,46 | 10,02 | 15,40 | 11   | 38    | 21               | 42       | 26,0 | 58,0 | 22   | 174                            |                     |       |
| 31   | -    | -     | 1.59  | 4,48 | 10,06 | 15,55 | -    | 37    | -                | 41       | 26,5 | 59,0 | 21   | 172                            |                     |       |
| 30   | 10,4 | 16,0  | 2,00  | 4,50 | 10,10 | 16,10 | 10   | 36    | 20               | 40       | 27,0 | 1,00 | 20   | 170                            |                     |       |
| 29   | -    | 16,1  | 2,01  | 4,52 | 10,16 | 16,30 | -    | 35    | -                | 39       | 27,6 | 1,02 | 19   | 168                            |                     |       |
| 28   | 10,5 | 16,2  | 2,02  | 4,54 | 10,22 | 16,50 | 9    | 34    | 19               | 38       | 28,2 | 1,04 | 18   | 166                            |                     |       |
| 27   | -    | 16,3  | 2,03  | 4,56 | 10,28 | 17,10 | -    | 33    | -                | 37       | 28,8 | 1,06 | 17   | 164                            |                     |       |
| 26   | 10,6 | 16,4  | 2,04  | 4,58 | 10,34 | 17,30 | 8    | 32    | 18               | 36       | 29,6 | 1,08 | 16   | 162                            |                     |       |
| 25   | -    | 16,5  | 2,05  | 5,00 | 10,40 | 17,50 | -    | 31    | -                | 35       | 30,4 | 1,10 | 15   | 160                            |                     |       |
| 24   | 10,7 | 16,6  | 2,06  | 5,02 | 10,46 | 18,10 | 7    | 30    | 17               | 34       | 31,2 | 1,12 | 14   | 158                            |                     |       |
| 23   | -    | 16,7  | 2,07  | 5,04 | 10,54 | 18,30 | -    | 29    | -                | 33       | 32,0 | 1,14 | 13   | 156                            |                     |       |
| 22   | 10,8 | 16,8  | 2,08  | 5,06 | 11,02 | 18,50 | 6    | 28    | 16               | 32       | 33,0 | 1,16 | 12   | 154                            |                     |       |
| 21   | 10,9 | 16,9  | 2,09  | 5,08 | 11,10 | 19,10 | -    | 27    | -                | 31       | 34,0 | 1,18 | 11   | 152                            |                     |       |
| 20   | 11,0 | 17,0  | 2,10  | 5,10 | 11,20 | 19,30 | 5    | 26    | 15               | 30       | 35,0 | 1,20 | 10   | 150                            |                     |       |
| 19   | 11,2 | 17,2  | 2,12  | 5,14 | 11,32 | 19,50 | -    | 25    | -                | 29       | 36,0 | 1,22 | -    | 148                            |                     |       |
| 18   | 11,4 | 17,4  | 2,14  | 5,18 | 11,45 | 20,10 | 4    | 24    | 14               | 28       | 37,0 | 1,24 | 9    | 146                            |                     |       |
| 17   | 11,6 | 17,6  | 2,17  | 5,24 | 12,00 | 20,30 | -    | 23    | -                | 27       | 38,0 | 1,26 | -    | 144                            |                     |       |
| 16   | 11,8 | 17,8  | 2,20  | 5,30 | 12,20 | 21,00 | 3    | 22    | 13               | 26       | 39,0 | 1,28 | 8    | 142                            |                     |       |
| 15   | 12,0 | 18,1  | 2,24  | 5,38 | 12,40 | 21,30 | -    | 21    | -                | 25       | 40,0 | 1,30 | -    | 140                            |                     |       |
| 14   | 12,2 | 18,4  | 2,28  | 5,46 | 13,00 | 22,00 | 2    | 20    | 12               | 24       | 41,0 | 1,32 | 7    | 135                            |                     |       |
| 13   | 12,4 | 18,7  | 2,33  | 5,56 | 13,25 | 22,30 | -    | 19    | -                | 23       | 42,0 | 1,34 | -    | 130                            |                     |       |
| 12   | 12,6 | 19,0  | 2,38  | 6,06 | 13,50 | 23,00 | 1    | 18    | 11               | 22       | 43,0 | 1,36 | 6    | 125                            |                     |       |
| 11   | 12,8 | 19,3  | 2,44  | 6,18 | 14,15 | 23,30 | -    | 17    | -                | 21       | 44,0 | 1,38 | -    | 120                            |                     |       |
| 10   | 13,0 | 19,6  | 2,50  | 6,30 | 14,40 | 24,00 | 0    | 16    | 10               | 20       | 45,0 | 1,40 | 5    | 115                            |                     |       |
| 9    | 13,2 | 20,0  | 2,56  | 6,44 | 15,10 | 24,30 | -    | 15    | 9                | 18       | 46,0 | 1,43 | -    | 110                            |                     |       |
| 8    | 13,4 | 20,4  | 3,03  | 6,58 | 15,40 | 25,00 | -1   | 14    | 8                | 16       | 47,0 | 1,46 | 4    | 105                            |                     |       |
| 7    | 13,7 | 20,8  | 3,10  | 7,12 | 16,15 | 25,40 | -    | 13    | 7                | 14       | 48,0 | 1,50 | -    | 100                            |                     |       |
| 6    | 14,0 | 21,2  | 3,1   |      |       |       |      |       |                  |          |      |      |      |                                |                     |       |