

**Приложение N 8 к Методическому пособию. Нормативы по физической подготовке для кандидатов,  
поступающих  
в 5-8-е классы корпуса.**

Наименование упражнения	N упр.	Единицы измерения	Нормативы											
			5-й класс			6-й класс			7-й класс			8-й класс		
			5	4	3	5	4	3	5	4	3	5	4	3
Подтягивание на перекладине	3	кол-во раз	5	4	2	6	5	3	7	6	4	9	8	6
Бег на 60 м	22	с	10,5	11,0	11,5	10,3	10,8	11,3	9,8	10,3	10,8	9,3	9,8	10,3
Бег на 1 км	27	мин., с	4.30	4.45	5.20	4.15	4.30	5.05	4.00	4.10	4.45	3.50	4.00	4.25

**в 9-11-е классы**

Наименование	N упр.	Единицы измерения	Нормативы								
			9-й класс			10-й класс			11-й класс		
			"отл."	"хор."	"удовл."	"отл."	"хор."	"удовл."	"отл."	"хор."	"удовл."
Подтягивание на перекладине	3	кол-во раз	11	10	8	12	11	9	13	12	10
Бег на 100 м	23	с	14,6	15,0	15,6	14,2	14,6	15,2	14,0	14,4	15,0
Бег на 1 км	27	мин., с	3.40	3.50	4.15	3.35	3.45	4.10	3.30	3.40	4.05