

Додаток 4
до Правил відбору та прийому
на навчання до ліцею безпекового
спрямування та національно-патріотичного
виховання
(пункт 4 розділу IV)

**Нормативи
виконання фізичних вправ із визначення рівня фізичної
підготовленості кандидатів на навчання**

№ з/п	Назва	Рівень фізичної підготовленості	
		достатній	недостатній
1	2	3	4
I. Хлопці			
1	Біг на 30 м (с)	до 6,0 включно	більше 6,0
2	Підтягування у висі (кількість підтягувань)	3 рази і більше	менше 3 разів
3	Рівномірний біг 1500 м (хв., с)	до 7,3 включно	більше 7,3
4	Човниковий біг 4 x 9 м (с)	до 11,2 включно	більше 11,2
II. Дівчата			
1	Біг на 30 м (с)	до 6,7 включно	більше 6,7
2	Згинання та розгинання рук з упору лежачи від лави (разів)	8 разів і більше	менше 8 разів
3	Рівномірний біг 1000 м (хв., с)	до 6,00 включно	більше 6,00
4	Човниковий біг 4 x 9 м (с)	до 12,3 включно	більше 12,3