

Учні старшого шкільного віку, слухачі навчальних закладів,
що надають повну загальну середню освіту (17років)

№ З/П	Види тестів	Стать	Нормативи, бали			
			5	4	3	2
1	Рівномірний біг 3000м,хв., 2000м,хв.	Ч	13,3	13,5	14,3	15,4
		Ж	9,5	10,45	11,45	12,45
2	Підтягування на перекладині,разів,або стрибок у довжину з місця,см	Ч	13	12	11	10
			250	230	215	200
	Ж	22	19	16	12	
		200	185	170	160	
3	Біг на 100 м, с	Ч	13,6	14,3	15,0	15,5
		Ж	15,0	16,0	17,0	17,5
4	Човниковий біг 4 x 9 м, с	Ч	9,1	9,7	10,1	10,4
		Ж	10,4	10,9	11,3	11,7
5	Нахил тулуба вперед з положення сидячи, см	Ч	13	11	9	6
		Ж	20	18	16	9