

Додаток 1
до Положення з організації
перевірки рівня фізичної підготовленості
кандидатів до вступу на службу
в Національну поліцію України
(пункт 4 розділу I)

ТАБЛИЦЯ
нормативів з фізичної підготовки кандидатів на навчання у ЗВО МВС

№ з/п	Контрольна вправа (тест)	Нормативи, бали					
		відмінно		добре		задовільно	
		Вікові групи					
		16-25	26-30	16-25	26-30	16-25	26-30
1	2	3	4	5	6	7	8
1. Чоловіки							
1	Комплексна силова вправа (разів за 1 хв)	55	50	50	45	45	40
2	Біг 100 м (с)	14.0	14.5	14.5	15.0	15.0	15.5
3	Біг 1000 м (хв, с)	3.40	3.50	3.55	4.05	4.10	4.20
4	Човниковий біг 10 × 10 м (с)	29.0	30.0	30.0	31.0	31.0	32.0
2. Жінки							
1	Комплексна силова вправа (разів за 1 хв)	50	45	45	40	40	35
2	Біг 100 м (с)	14.2	14.7	14.7	15.2	15.2	15.7
3	Біг 1000 м (хв, с)	3.50	3.55	4.00	4.10	4.15	4.25
4	Човниковий біг 10 × 10 м (с)	30.0	31.0	31.0	32.0	32.0	33.0

Додаток 2
до Положення з організації
перевірки рівня фізичної підготовленості
кандидатів до вступу на службу
в Національну поліцію України
(пункт 3 розділу II)

ТАБЛИЦЯ
нормативів з фізичної підготовки кандидатів до вступу на службу в
Національну поліцію України

№ з/п	Назва контрольної вправи	Нормативи, бали											
		відмінно				добре				задовільно			
		Вікові групи											
		I	II	III	IV	I	II	III	IV	I	II	III	IV
		18-25	26-30	31-35	36+	18-25	26-30	31-35	36+	18-25	26-30	31-35	36+
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1. Чоловіки													
1	Комплексна силова вправа (разів за 1 хв)	55	50	45	40	50	45	40	35	45	40	35	30
2	Біг 100 м (с)	14.0	14.5	15.0	15.5	14.5	15.0	15.5	16.0	15.0	15.5	16.0	16.5
3	Біг 1000 м (хв, с)	3.40	3.50	4.00	4.10	3.55	4.05	4.15	4.25	4.10	4.20	4.30	4.40
4	Човниковий біг 10 × 10 м (с)	29.0	30.0	31.0	32.0	30.0	31.0	32.0	33.0	31.0	32.0	33.0	34.0
2. Жінки													
1	Комплексна силова вправа (разів за 1 хв)	50	45	40	35	45	40	35	30	40	35	30	25
2	Біг 100 м (с)	14.5	15.0	15.5	16.0	15.0	15.5	16.0	16.5	15.5	16.0	16.5	17.0
3	Біг 1000 м (хв, с)	3.50	4.00	4.10	4.20	4.00	4.10	4.20	4.30	4.15	4.25	4.35	4.45
4	Човниковий біг 10 × 10 м (с)	30.0	31.0	32.0	33.0	31.0	32.0	33.0	34.0	32.0	33.0	34.0	35.0
3. Кандидати на службу в підрозділи поліції особливого призначення													
1	Підтягування на перекладині (разів)	14	13	12	11	12	11	10	9	10	9	8	7
2	Комплексна силова вправа (разів за 1 хв)	65	60	55	50	60	55	50	45	55	50	45	40
3	Біг 100 м (с)	13.2	13.6	14.0	14.4	13.6	14.0	14.4	14.8	14.0	14.4	14.8	15.2

4	Біг 3000 м (хв, с)	12.00	12.15	12.30	12.45	12.15	12.30	12.45	13.00	12.30	12.45	13.00	13.15
5	Човниковий біг 10 × 10 м (с)	26.0	27.0	28.0	29.0	27.0	28.0	29.0	30.0	28.0	29.0	30.0	31.0