



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ВОРОНЕЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ВГТУ», ВГТУ)

УТВЕРЖДАЮ

Ректор ВГТУ



Д.К. Проскурин

2023 г.

Система менеджмента качества

### ИНСТРУКЦИЯ

**ПО ПРОВЕДЕНИЮ КОНКУРСНОГО ОТБОРА ГРАЖДАН  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ, ИЗЪЯВИВШИХ ЖЕЛАНИЕ ПРОЙТИ  
ВОЕННУЮ ПОДГОТОВКУ В ВУЗ ПРИ ВГТУ ПО ПРОГРАММАМ  
ВОЕННОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ПРОХОЖДЕНИЯ ВОЕННОЙ  
СЛУЖБЫ ПО КОНТРАКТУ НА ВОИНСКИХ ДОЛЖНОСТЯХ,  
ПОДЛЕЖАЩИХ ЗАМЕЩЕНИЮ ОФИЦЕРАМИ, ПОСЛЕ  
ПОЛУЧЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

Воронеж 2023



	ФГБОУ ВО «ВГТУ», ВГТУ	И 2.08.02-2023
	<b>ИНСТРУКЦИЯ</b> <b>ПО ПРОВЕДЕНИЮ КОНКУРСНОГО ОТБОРА ГРАЖДАН</b> <b>РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ, ИЗЪЯВИВШИХ ЖЕЛАНИЕ ПРОЙТИ</b> <b>ВОЕННУЮ ПОДГОТОВКУ В ВУЦ ПРИ ВГТУ ПО ПРОГРАММАМ</b> <b>ВОЕННОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ПРОХОЖДЕНИЯ ВОЕННОЙ</b> <b>СЛУЖБЫ ПО КОНТРАКТУ НА ВОИНСКИХ ДОЛЖНОСТЯХ,</b> <b>ПОДЛЕЖАЩИХ ЗАМЕЩЕНИЮ ОФИЦЕРАМИ, ПОСЛЕ</b> <b>ПОЛУЧЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ</b>	

## 1 Общие положения

1.1 Настоящая Инструкция определяет порядок проведения конкурсного отбора граждан Российской Федерации из числа студентов очной формы обучения ВГТУ, изъявивших желание пройти военную подготовку в ВУЦ при ВГТУ по программам военной подготовки для прохождения военной службы по контракту на воинских должностях, подлежащих замещению офицерами, после получения высшего образования.

1.2 Настоящая Инструкция разработана на основании:

- Федерального закона от 28.03.1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе»;

- Постановления Правительства Российской Федерации от 04.07.2013 № 565 «Об утверждении Положения о военно-врачебной экспертизе»;

- Постановление Правительства Российской Федерации от 13.10.2020 № 1681 «О целевом обучении по образовательным программам среднего профессионального и высшего образования» (вместе с «Положением о целевом обучении по образовательным программам среднего профессионального и высшего образования», «Правилами установления квоты приема на целевое обучение по образовательным программам высшего образования за счет бюджетных ассигнований федерального бюджета»);

- приказа Министра обороны Российской Федерации и Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 13.02.2020 № 66/212 «Об установлении Порядка замещения должностей работников военного учебного центра при федеральной государственной образовательной организации высшего образования, Перечня отчетных документов, а также документов, которые разрабатываются и ведутся в военном учебном центре при федеральной государственной образовательной организации высшего образования, документов по планированию, организации проведения образовательной деятельности, учету и обслуживанию военной техники, Порядка контроля организации деятельности военных учебных центров при федеральных государственных образовательных организациях высшего образования и проведения военной подготовки»;

- приказа Министра обороны Российской Федерации от 26.08.2020 № 400 «Об определении Порядка приема и обучения граждан Российской Федерации в военных учебных центрах при федеральных государственных образовательных организациях высшего образования»;

- приказа Министра обороны Российской Федерации от 20.04.2023 №230 «Об утверждении Наставления по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации»;

- положения о военных учебных центрах при федеральных государственных образовательных организациях высшего образования,

 <b>ВГТУ</b>	ФГБОУ ВО «ВГТУ», ВГТУ	И 2.08.02-2023
	<b>ИНСТРУКЦИЯ</b> <b>ПО ПРОВЕДЕНИЮ КОНКУРСНОГО ОТБОРА ГРАЖДАН</b> <b>РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ, ИЗЪЯВИВШИХ ЖЕЛАНИЕ ПРОЙТИ</b> <b>ВОЕННУЮ ПОДГОТОВКУ В ВУЦ ПРИ ВГТУ ПО ПРОГРАММАМ</b> <b>ВОЕННОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ПРОХОЖДЕНИЯ ВОЕННОЙ</b> <b>СЛУЖБЫ ПО КОНТРАКТУ НА ВОИНСКИХ ДОЛЖНОСТЯХ,</b> <b>ПОДЛЕЖАЩИХ ЗАМЕЩЕНИЮ ОФИЦЕРАМИ, ПОСЛЕ</b> <b>ПОЛУЧЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ</b>	

утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации от 03.07.2019 № 848;

– Методических рекомендаций об организации работы по приему граждан Российской Федерации в военные учебные центры при федеральных государственных образовательных организациях высшего образования, утвержденных статс-секретарем - заместителем Министра обороны Российской Федерации 17.06.2020.

## **2 Содержание конкурсного отбора**

2.1 Граждане Российской Федерации, изъявившие желание пройти военную подготовку в ВУЦ при ВГТУ по программам военной подготовки для прохождения военной службы по контракту на воинских должностях, подлежащих замещению офицерами, после получения высшего образования (далее – кандидаты), участвуют во вступительных испытаниях по целевому приему в ВУЦ при ВГТУ. Для участия во вступительных испытаниях рассматриваются кандидаты в возрасте до 24 лет (возраст определяется по состоянию на 1 сентября года поступления в ВГТУ), имеющие документ государственного образца о среднем общем, среднем профессиональном образовании. Кандидаты до 1 мая подают в военный комиссариат по месту воинского учета заявление об оформлении документов для поступления на обучение.

С гражданами, изъявившими желание в процессе освоения образовательной программы высшего образования пройти обучение по программе подготовки офицеров кадра в ВУЦ при ВГТУ после прибытия в университет для поступления на обучение по образовательной программе высшего образования, предварительный отбор проводится по направлению ВГТУ военным комиссариатом по месту нахождения университета.

Указанные граждане подают заявление в военный комиссариат по месту нахождения ВГТУ (военный комиссариат Советского и Ленинского районов города Воронеж) в срок, установленный университетом.

2.2 К заявлению об оформлении документов прилагаются:

2.2.1 копия свидетельства о рождении;

2.2.2 копия документа, удостоверяющего личность и гражданство;

2.2.3 автобиография;

2.2.4 характеристика с места учебы или работы;

2.2.5 копия документа государственного образца об образовании (среднем общем образовании, среднем профессиональном образовании) (обучающиеся представляют справку об обучении в образовательной

 <b>ВГТУ</b>	ФГБОУ ВО «ВГТУ», ВГТУ	И 2.08.02-2023
	<b>ИНСТРУКЦИЯ</b> <b>ПО ПРОВЕДЕНИЮ КОНКУРСНОГО ОТБОРА ГРАЖДАН</b> <b>РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ, ИЗЪЯВИВШИХ ЖЕЛАНИЕ ПРОЙТИ</b> <b>ВОЕННУЮ ПОДГОТОВКУ В ВУЦ ПРИ ВГТУ ПО ПРОГРАММАМ</b> <b>ВОЕННОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ПРОХОЖДЕНИЯ ВОЕННОЙ</b> <b>СЛУЖБЫ ПО КОНТРАКТУ НА ВОИНСКИХ ДОЛЖНОСТЯХ,</b> <b>ПОДЛЕЖАЩИХ ЗАМЕЩЕНИЮ ОФИЦЕРАМИ, ПОСЛЕ</b> <b>ПОЛУЧЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ</b>	

организации);

2.2.6 документы, выданные медицинскими организациями и подтверждающие, что кандидат не состоит на учете (наблюдении) по поводу психических расстройств, наркомании, алкоголизма, токсикомании, злоупотребления наркотическими средствами и другими токсическими веществами, инфицирования вирусом иммунодефицита человека, на диспансерном наблюдении по поводу других заболеваний;

2.2.7 три фотографии без головного убора размером 4,5 x 6 см.

2.3 Военный комиссариат:

2.3.1 формирует личное дело кандидата, прошедшего предварительный отбор (далее - личное дело). Личное дело включает в себя документы, указанные в пункте 2.2 настоящей Инструкции, а также карту медицинского освидетельствования (с обязательной записью заключения в карте медицинского освидетельствования: «Годен для поступления в военный учебный центр») и карту профессионального психологического отбора;

2.3.2 оформляет направление кандидата для поступления в ВУЦ при ВГТУ (далее - направление для поступления);

2.3.3 направляет в ВУЦ при ВГТУ направление для поступления и личное дело в законвертованном виде или выдает указанные документы на руки кандидату для представления в ВУЦ при ВГТУ.

### **3 Предварительный отбор**

3.1 С кандидатами в целях определения их соответствия требованиям Федерального закона «О воинской обязанности и военной службе» военным комиссариатом по месту воинского учета в период с апреля по июнь проводятся мероприятия предварительного отбора, которые включают определение годности гражданина к военной службе по состоянию здоровья и его профессиональной пригодности к военной службе по контракту (далее - предварительный отбор).

3.2 Предварительный отбор проводится заблаговременно – в апреле–июне года поступления в университет.

Предварительный отбор включает:

3.2.1 медицинское освидетельствование;

3.2.2 профессиональный психологический отбор.

3.3 Медицинское освидетельствование имеет целью определить соответствие кандидата требованиям, предъявляемым к военной подготовке, пригодность к военной службе по состоянию здоровья и проводится военно-врачебной комиссией в соответствии Постановлением Правительства

 <b>ВГТУ</b>	ФГБОУ ВО «ВГТУ», ВГТУ	И 2.08.02-2023
	<b>ИНСТРУКЦИЯ</b> <b>ПО ПРОВЕДЕНИЮ КОНКУРСНОГО ОТБОРА ГРАЖДАН</b> <b>РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ, ИЗЪЯВИВШИХ ЖЕЛАНИЕ ПРОЙТИ</b> <b>ВОЕННУЮ ПОДГОТОВКУ В ВУЦ ПРИ ВГТУ ПО ПРОГРАММАМ</b> <b>ВОЕННОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ПРОХОЖДЕНИЯ ВОЕННОЙ</b> <b>СЛУЖБЫ ПО КОНТРАКТУ НА ВОИНСКИХ ДОЛЖНОСТЯХ,</b> <b>ПОДЛЕЖАЩИХ ЗАМЕЩЕНИЮ ОФИЦЕРАМИ, ПОСЛЕ</b> <b>ПОЛУЧЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ</b>	

Российской Федерации «Об утверждении Положения о военно-врачебной экспертизе».

Для допуска к военной подготовке рассматриваются кандидаты, имеющие заключение о годности к военной службе:

3.3.1 «А – годен к военной службе»;

3.3.2 «Б – годен к военной службе с незначительными ограничениями» (с обязательной записью заключения в карте медицинского освидетельствования: «Годен для поступления в военный учебный центр»).

3.4 Профессиональный психологический отбор – психологическое и психофизиологическое обследование кандидатов, направленное на получение объективных и надежных данных о личностных качествах и индивидуальных особенностях кандидата, необходимых для успешного обучения, а также оценку моральных и волевых качеств, условий воспитания и развития, мотивации и профессиональной направленности кандидата, содержание служебных и общественных (социально-психологических) характеристик.

Кандидаты, отнесенные по результатам профессионального психологического отбора к первой и второй категориям рекомендуются в первую очередь. Кандидаты, отнесенные по результатам профессионального психологического отбора к третьей категории профессиональной пригодности, рассматриваются к допуску к военной подготовке после кандидатов, отнесенных к первой и второй категории профессиональной пригодности. Кандидаты, имеющие четвертую категорию профессиональной пригодности, для допуска к военной подготовке в ВУЦ при ВГТУ не рассматриваются.

3.5 Кандидаты, уклонившиеся от медицинского освидетельствования и(или) профессионального психологического отбора или признанные по их результатам не годными к военной службе, а также своевременно не представившие результаты медицинского освидетельствования и профессионального психологического отбора, к конкурсному отбору не допускаются.

3.6 Не могут рассматриваться для поступления в ВУЦ при ВГТУ кандидаты:

3.6.1 в отношении которых вынесен обвинительный приговор и которым назначено наказание;

3.6.2 в отношении которых ведется дознание, либо предварительное следствие, или уголовное дело в отношении которых передано в суд;

3.6.3 имеющие неснятую или непогашенную судимость за совершение преступления;

3.6.4 отбывавшие наказание в виде лишения свободы;

3.6.5 подвергнутые административному наказанию за потребление

	ФГБОУ ВО «ВГТУ», ВГТУ	И 2.08.02-2023
	<b>ИНСТРУКЦИЯ</b> <b>ПО ПРОВЕДЕНИЮ КОНКУРСНОГО ОТБОРА ГРАЖДАН</b> <b>РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ, ИЗЪЯВИВШИХ ЖЕЛАНИЕ ПРОЙТИ</b> <b>ВОЕННУЮ ПОДГОТОВКУ В ВУЦ ПРИ ВГТУ ПО ПРОГРАММАМ</b> <b>ВОЕННОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ПРОХОЖДЕНИЯ ВОЕННОЙ</b> <b>СЛУЖБЫ ПО КОНТРАКТУ НА ВОИНСКИХ ДОЛЖНОСТЯХ,</b> <b>ПОДЛЕЖАЩИХ ЗАМЕЩЕНИЮ ОФИЦЕРАМИ, ПОСЛЕ</b> <b>ПОЛУЧЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ</b>	

наркотических средств или психотропных веществ без назначения врача либо новых потенциально опасных психоактивных веществ, до окончания срока, в течение которого лицо считается подвергнутым административному наказанию.

## 4 Конкурсный отбор

4.1 Конкурсный отбор проводится в целях изучения результатов предварительного отбора кандидатов, оценки уровня физической подготовленности, а также степени мотивации к военной службе.

4.2 Кандидат представляет в ВУЦ при ВГТУ:

4.2.1 направление для поступления в ВУЦ при ВГТУ и оформленное военным комиссариатом личное дело (в случае их выдачи на руки кандидату);

4.2.2 паспорт;

4.2.3 военный билет или удостоверение гражданина, подлежащего призыву на военную службу;

4.2.4 оригинал документа государственного образца об образовании;

4.2.5 иные документы, предусмотренные правилами приема в ВГТУ.

4.3 В ВУЦ при ВГТУ проводится оценка физической подготовленности кандидатов согласно требованиям Наставления по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации в соответствии с нормативами, установленными Министерством обороны Российской Федерации для кандидатов, поступающих в военные образовательные организации высшего образования.

Оценка физической подготовленности кандидата складывается из количества баллов, полученных им за выполнение каждого упражнения при условии выполнения минимального порогового уровня (30 баллов) в каждом упражнении (приложение 1).

4.4 Кандидаты, успешно прошедшие предварительный отбор, вступительные испытания по физической подготовке, в соответствии с постановлением Правительства Российской Федерации «О целевом обучении по образовательным программам среднего профессионального и высшего образования» заключают договор с Министерством обороны Российской Федерации о целевом обучении по образовательной программе высшего образования (далее - договор о целевом обучении).

4.5 По результатам вступительных испытаний по отдельному конкурсу для ВУЦ при ВГТУ формируется конкурсный список. Конкурсный список кандидатов для зачисления в ВУЦ при ВГТУ по программам военной подготовки для прохождения военной службы по контракту на воинских

 <b>ВГТУ</b>	ФГБОУ ВО «ВГТУ», ВГТУ	И 2.08.02-2023
	<b>ИНСТРУКЦИЯ</b> <b>ПО ПРОВЕДЕНИЮ КОНКУРСНОГО ОТБОРА ГРАЖДАН</b> <b>РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ, ИЗЪЯВИВШИХ ЖЕЛАНИЕ ПРОЙТИ</b> <b>ВОЕННУЮ ПОДГОТОВКУ В ВУЦ ПРИ ВГТУ ПО ПРОГРАММАМ</b> <b>ВОЕННОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ПРОХОЖДЕНИЯ ВОЕННОЙ</b> <b>СЛУЖБЫ ПО КОНТРАКТУ НА ВОИНСКИХ ДОЛЖНОСТЯХ,</b> <b>ПОДЛЕЖАЩИХ ЗАМЕЩЕНИЮ ОФИЦЕРАМИ, ПОСЛЕ</b> <b>ПОЛУЧЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ</b>	

должностях, подлежащих замещению офицерами, после получения высшего образования составляется в соответствии с ежегодными правилами приема в ВГТУ. При этом к сумме баллов, полученных в результате единого государственного экзамена, прибавляются баллы по физической подготовке кандидата, а также учитывается его категория профессиональной пригодности.

4.6 Кандидаты, зачисленные по договору о целевом обучении, в соответствии с Федеральным законом «О воинской обязанности и военной службе» заключают с Министерством обороны Российской Федерации договор об обучении в ВУЦ при ВГТУ по программе военной подготовки для прохождения военной службы по контракту на воинских должностях, подлежащих замещению офицерами, после получения высшего образования (далее – договор об обучении по программе подготовки офицеров кадра) и зачисляются в ВУЦ при ВГТУ.

4.7 С кандидатами, уклонившимися от медицинского освидетельствования и (или) профессионального психологического отбора или по их результатам признанными ограниченно годными к военной службе или временно не годными к военной службе, не годными к военной службе и (или) отнесенными к четвертой категории профессиональной пригодности, а также своевременно не представившими результаты медицинского освидетельствования и профессионального психологического отбора, показавшими неудовлетворительный уровень физической подготовленности договор о целевом обучении и (или) договор об обучении по программе подготовки офицеров кадра не заключается.

4.8 При наличии в военном учебном центре на первом, втором или третьем курсах обучения вакантных мест граждане, обучающиеся в ВГТУ по образовательной программе высшего образования на соответствующих курсах очной формы обучения и изъявившие желание обучаться по программе подготовки офицеров кадра, заключают с Министерством обороны Российской Федерации договор о целевом обучении и договор об обучении по программе подготовки офицеров кадра, после чего приказом ректора зачисляются в военный учебный центр и проходят промежуточную аттестацию по компонентам программы подготовки офицеров кадра, которые были реализованы до их зачисления в ВУЦ при ВГТУ.

Указанные граждане проходят предварительный отбор в военном комиссариате по месту воинского учета граждан на основании направления начальника ВУЦ при ВГТУ, согласованного с Главным управлением кадров Министерства обороны Российской Федерации.

 <b>ВГТУ</b>	ФГБОУ ВО «ВГТУ», ВГТУ	И 2.08.02-2023
	<b>ИНСТРУКЦИЯ</b> <b>ПО ПРОВЕДЕНИЮ КОНКУРСНОГО ОТБОРА ГРАЖДАН</b> <b>РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ, ИЗЪЯВИВШИХ ЖЕЛАНИЕ ПРОЙТИ</b> <b>ВОЕННУЮ ПОДГОТОВКУ В ВУЦ ПРИ ВГТУ ПО ПРОГРАММАМ</b> <b>ВОЕННОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ПРОХОЖДЕНИЯ ВОЕННОЙ</b> <b>СЛУЖБЫ ПО КОНТРАКТУ НА ВОИНСКИХ ДОЛЖНОСТЯХ,</b> <b>ПОДЛЕЖАЩИХ ЗАМЕЩЕНИЮ ОФИЦЕРАМИ, ПОСЛЕ</b> <b>ПОЛУЧЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ</b>	

Приложение 1

### **Оценка физической подготовленности граждан Российской Федерации, изъявивших желание заключить договор об обучении по программам военной подготовки офицеров кадра в ВУЦ при ВГТУ**

Граждане Российской Федерации, изъявившие желание заключить договор об обучении по программам военной подготовки офицеров кадра в ВУЦ при ВГТУ, должны соответствовать требованиям по уровню физической подготовки, указанным в приложении № 13 Наставления по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации (НФП-2023) и проверяются на соответствие этим требованиям (выполняют по одному упражнению на выбор на физические качества «сила», «быстрота», «выносливость» и упражнение в плавании (при наличии условий):

- сила (подтягивание на перекладине, или подъем переверотом на перекладине, или подъем силой на перекладине, или рывок гири);
- быстрота (бег на 60 м, или бег на 100 м, или челночный бег 10×10 м);
- выносливость (бег на 1 км или бег на 3 км);
- плавание на 100 м вольным стилем или плавание на 100 м способом брасс.

Начисление баллов за выполнение физических упражнений осуществляется в соответствии с таблицами начисления баллов.

Оценка физической подготовленности кандидата складывается из количества баллов, полученных им за выполнение каждого упражнения, при условии выполнения минимального порогового уровня (30 баллов) в каждом упражнении.

Если количество баллов за выполнение одного из упражнений ниже минимального порогового уровня, экзамен по физической подготовке считается не сданным.

Для определения оценки физической подготовленности кандидата используется таблица перевода суммы набранных баллов по физической подготовке в 100-балльную шкалу. Увеличение (уменьшение) суммы баллов за выполнение упражнений по физической подготовке соответствует равному увеличению (уменьшению) количеству баллов по 100-балльной шкале.

Таблица перевода суммы набранных баллов по физической подготовке  
в 100-балльную шкалу

Сумма баллов за выполнение упражнений по физической подготовке	В трех упражнениях		
	120-149	150-169	170 и 195
Перевод набранных баллов в 100 балльную шкалу	25 – 54	55 – 74	75–100

 <b>ВГТУ</b>	ФГБОУ ВО «ВГТУ», ВГТУ	И 2.08.02-2023
	<b>ИНСТРУКЦИЯ</b> <b>ПО ПРОВЕДЕНИЮ КОНКУРСНОГО ОТБОРА ГРАЖДАН</b> <b>РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ, ИЗЪЯВИВШИХ ЖЕЛАНИЕ ПРОЙТИ</b> <b>ВОЕННУЮ ПОДГОТОВКУ В ВУЗ ПРИ ВГТУ ПО ПРОГРАММАМ</b> <b>ВОЕННОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ПРОХОЖДЕНИЯ ВОЕННОЙ</b> <b>СЛУЖБЫ ПО КОНТРАКТУ НА ВОИНСКИХ ДОЛЖНОСТЯХ,</b> <b>ПОДЛЕЖАЩИХ ЗАМЕЩЕНИЮ ОФИЦЕРАМИ, ПОСЛЕ</b> <b>ПОЛУЧЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ</b>	

### Упражнения на физические качества «сила»

#### Упражнение № 3. Подтягивание на перекладине (рис. 1).

Вис на перекладине (хват сверху, руки и тело прямые, ноги вместе, положение тела неподвижное), сгибая руки, подтянуться (подбородок выше грифа перекладины), разгибая руки, опуститься в вис.

Положение вися фиксируется не менее 1 секунды (продолжить движение после объявления счета).

Разрешается разводить ноги до ширины плеч и незначительно сгибать в тазобедренных и коленных суставах.

Выполнение упражнения рывком и махом не допускается.

Упражнение выполняется в спортивной форме одежды по команде «К СНАРЯДУ».

При нарушении условий выполнения упражнения, повторение не засчитывается, подается команда «НЕ СЧИТАТЬ».



Рис. 1. Подтягивание на перекладине

Таблица перевода результата выполнения упражнения № 3 в баллы

Количество	Баллы	Количество	Баллы	Количество	Баллы	Количество	Баллы	Количество	Баллы
25	100	20	80	15	70	10	50	5	30
24	95	19	78	14	66	9	46	4	26
23	91	18	76	13	62	8	42	3	22
22	87	17	74	12	58	7	38	2	16
21	83	16	72	11	54	6	34	1	8

 <b>ВГТУ</b>	ФГБОУ ВО «ВГТУ», ВГТУ	И 2.08.02-2023
	<b>ИНСТРУКЦИЯ</b> <b>ПО ПРОВЕДЕНИЮ КОНКУРСНОГО ОТБОРА ГРАЖДАН</b> <b>РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ, ИЗЪЯВИВШИХ ЖЕЛАНИЕ ПРОЙТИ</b> <b>ВОЕННУЮ ПОДГОТОВКУ В ВУЗ ПРИ ВГТУ ПО ПРОГРАММАМ</b> <b>ВОЕННОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ПРОХОЖДЕНИЯ ВОЕННОЙ</b> <b>СЛУЖБЫ ПО КОНТРАКТУ НА ВОИНСКИХ ДОЛЖНОСТЯХ,</b> <b>ПОДЛЕЖАЩИХ ЗАМЕЩЕНИЮ ОФИЦЕРАМИ, ПОСЛЕ</b> <b>ПОЛУЧЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ</b>	

### Упражнение № 5. Подъем переворотом на перекладине (рис. 2).

Вис на перекладине (хват сверху, руки и тело прямые, ноги вместе, положение тела неподвижное), сгибая руки и поднимая ноги к перекладине, выполнить переворот вокруг грифа, принять упор на прямые руки, опуститься в вис произвольным способом.

Положения упора фиксируются не менее 1 секунды.

Положение вися фиксируются не менее 1 секунды (продолжить движение после объявления счета).

Разрешается разведение ног до ширины плеч и незначительное сгибание ног в коленных суставах.

Выполнение упражнения махом, касание подбородком перекладины, отдых в положении упора и лежа на животе, согнувшись на грифе, не допускаются.

Упражнение выполняется в спортивной форме одежды по команде «К СНАРЯДУ».

При нарушении условий выполнения упражнения повторение не засчитывается, подается команда «НЕ СЧИТАТЬ».



Рис. 2. Подъем переворотом на перекладине

Таблица перевода результата выполнения упражнения № 5 в баллы

Количество	Баллы	Количество	Баллы	Количество	Баллы	Количество	Баллы	Количество	Баллы
25	100	20	80	15	70	10	50	5	30
24	95	19	78	14	66	9	46	4	26
23	91	18	76	13	62	8	42	3	22
22	87	17	74	12	58	7	38	2	16
21	83	16	72	11	54	6	34	1	8

	ФГБОУ ВО «ВГТУ», ВГТУ	И 2.08.02-2023
	<b>ИНСТРУКЦИЯ</b> <b>ПО ПРОВЕДЕНИЮ КОНКУРСНОГО ОТБОРА ГРАЖДАН</b> <b>РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ, ИЗЪЯВИВШИХ ЖЕЛАНИЕ ПРОЙТИ</b> <b>ВОЕННУЮ ПОДГОТОВКУ В ВУЗ ПРИ ВГТУ ПО ПРОГРАММАМ</b> <b>ВОЕННОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ПРОХОЖДЕНИЯ ВОЕННОЙ</b> <b>СЛУЖБЫ ПО КОНТРАКТУ НА ВОИНСКИХ ДОЛЖНОСТЯХ,</b> <b>ПОДЛЕЖАЩИХ ЗАМЕЩЕНИЮ ОФИЦЕРАМИ, ПОСЛЕ</b> <b>ПОЛУЧЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ</b>	

**Упражнение № 6. Подъем силой на перекладине (рис. 3).**

Вис на перекладине (хват сверху, руки и тело прямые, ноги вместе, положение тела неподвижное), сгибая руки, поставить в упор сначала одну согнутую руку, затем – другую или обе руки одновременно, разгибая руки принять положение упора на прямых руках, опуститься в вис произвольным способом.

Положение упора фиксируется не менее 1 секунды.

Положение вися фиксируется не менее 1 секунды (продолжить движение после объявления счета).

Разрешается выходить в упор на обе руки одновременно.

Выполнение упражнения махом, отдых в положении упора и лежа на животе, согнувшись на грифе, не допускаются.

Упражнение выполняется в спортивной форме одежды по команде «К СНАРЯДУ».

При нарушении условий выполнения упражнения повторение не засчитывается, подается команда «НЕ СЧИТАТЬ».



Рис. 3. Подъем силой на перекладине

Таблица перевода результата выполнения упражнения № 6 в баллы

Количество	Баллы	Количество	Баллы	Количество	Баллы	Количество	Баллы	Количество	Баллы
15	100	12	92	9	83	6	65	3	38
14	98	11	89	8	78	5	56	2	29
13	95	10	86	7	73	4	47	1	20

	ФГБОУ ВО «ВГТУ», ВГТУ	И 2.08.02-2023
	<b>ИНСТРУКЦИЯ</b> <b>ПО ПРОВЕДЕНИЮ КОНКУРСНОГО ОТБОРА ГРАЖДАН</b> <b>РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ, ИЗЪЯВИВШИХ ЖЕЛАНИЕ ПРОЙТИ</b> <b>ВОЕННУЮ ПОДГОТОВКУ В ВУЗ ПРИ ВГТУ ПО ПРОГРАММАМ</b> <b>ВОЕННОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ПРОХОЖДЕНИЯ ВОЕННОЙ</b> <b>СЛУЖБЫ ПО КОНТРАКТУ НА ВОИНСКИХ ДОЛЖНОСТЯХ,</b> <b>ПОДЛЕЖАЩИХ ЗАМЕЩЕНИЮ ОФИЦЕРАМИ, ПОСЛЕ</b> <b>ПОЛУЧЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ</b>	

### Упражнение № 10. Рывок гири (рис. 4).

Стойка ноги врозь, хватом сверху одной рукой за дужку гири поднять гирю вверх и зафиксировать на прямой руке не менее 1 секунды, опустить гирю вниз и после замаха назад повторить подъем гири вверх.

Упражнение выполнить сначала одной рукой, затем другой рукой без остановки после смены рук; смена рук осуществляется один раз на замахе вперед.

Разрешается отдыхать в положении – гиря вверх на прямой руке, использовать тяжелоатлетический пояс, бинты (напульсники).

Дожимание гири, отдых в положении, когда гиря опущена вниз, касание свободной рукой частей тела, выполнение более одного замаха, касание гирей пола не допускаются.

Результат определяется по сумме рывков, выполненных каждой рукой. Вес гири – 24 кг. Установлены три весовые категории – 70 кг, 80 кг, 80+ кг.

Упражнение выполняется в спортивной форме одежды по команде «К СНАРЯДУ».

При нарушении условий выполнения упражнения повторение не засчитывается, подается команда «НЕ СЧИТАТЬ».



Рис. 4. Рывок гири

Таблица перевода результата выполнения упражнения № 10 в баллы

Весовые категории			Баллы	Весовые категории			Баллы	Весовые категории			Баллы	Весовые категории			Баллы
70 кг	80 кг	80+ кг		70 кг	80 кг	80+ кг		70 кг	80 кг	80+ кг		70 кг	80 кг	80+ кг	
Количество раз				Количество раз				Количество раз				Количество раз			
65	75	85	100	47	57	67	64	29	39	49	33	11	21	31	15
64	74	84	98	46	56	66	62	28	38	48	32	10	20	30	14
63	73	83	96	45	55	65	60	27	37	47	31	9	19	29	13
62	72	82	94	44	54	64	58	26	36	46	30	8	18	28	12
61	71	81	92	43	53	63	56	25	35	45	29	–	17	27	11
60	70	80	90	42	52	62	53	24	34	44	28	7	16	26	10

 <b>ВГТУ</b>	ФГБОУ ВО «ВГТУ», ВГТУ											И 2.08.02-2023		
	<b>ИНСТРУКЦИЯ</b> <b>ПО ПРОВЕДЕНИЮ КОНКУРСНОГО ОТБОРА ГРАЖДАН</b> <b>РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ, ИЗЪЯВИВШИХ ЖЕЛАНИЕ ПРОЙТИ</b> <b>ВОЕННУЮ ПОДГОТОВКУ В ВУЗ ПРИ ВГТУ ПО ПРОГРАММАМ</b> <b>ВОЕННОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ПРОХОЖДЕНИЯ ВОЕННОЙ</b> <b>СЛУЖБЫ ПО КОНТРАКТУ НА ВОИНСКИХ ДОЛЖНОСТЯХ,</b> <b>ПОДЛЕЖАЩИХ ЗАМЕЩЕНИЮ ОФИЦЕРАМИ, ПОСЛЕ</b> <b>ПОЛУЧЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ</b>													

Весовые категории			Баллы												
70 кг	80 кг	80+ кг		70 кг	80 кг	80+ кг		70 кг	80 кг	80+ кг		70 кг	80 кг	80+ кг	
Количество раз				Количество раз				Количество раз				Количество раз			
59	69	79	88	41	51	61	50	23	33	43	27	–	15	25	9
58	68	78	86	40	50	60	47	22	32	42	26	6	14	24	8
57	67	77	84	39	49	59	45	21	31	41	25	5	13	23	7
56	66	76	82	38	48	58	43	20	30	40	24	4	12	22	6
55	65	75	80	37	47	57	41	19	29	39	23	3	11	21	5
54	64	74	78	36	46	56	40	18	28	38	22	2	10	20	4
53	63	73	76	35	45	55	39	17	27	37	21	1	9	19	3
52	62	72	74	34	44	54	38	16	26	36	20	–	8	18	2
51	61	71	72	33	43	53	37	15	25	35	19	–	7	17	1
50	60	70	70	32	42	52	36	14	24	34	18	–	–	–	–
49	59	69	68	31	41	51	35	13	23	33	17	–	–	–	–
48	58	68	66	30	40	50	34	12	22	32	16	–	–	–	–

### Упражнения на физические качества «быстрота»

**Упражнение № 17. Бег на 60 м (рис. 5).**

**Упражнение № 18. Бег на 100 м (рис. 5).**

Упражнения выполняются в спортивной форме одежды с высокого старта по беговой дорожке стадиона или ровной площадке с любым пригодным покрытием. По команде «НА СТАРТ» подойти к стартовой линии, поставить одну ногу вперед, не наступая на линию, другую отставить назад. По команде «ВНИМАНИЕ» принять неподвижное положение старта. По команде «МАРШ!» начать бег.

Пересечение соседней дорожки, создание помехи другому военнослужащему, начало бега раньше команды «МАРШ!» (фальстарт) не допускаются.

При нарушении условий выполнения упражнений предоставляется вторая попытка, при повторном нарушении упражнение считается невыполненным.

	ФГБОУ ВО «ВГТУ», ВГТУ	И 2.08.02-2023
	<b>ИНСТРУКЦИЯ</b> <b>ПО ПРОВЕДЕНИЮ КОНКУРСНОГО ОТБОРА ГРАЖДАН</b> <b>РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ, ИЗЪЯВИВШИХ ЖЕЛАНИЕ ПРОЙТИ</b> <b>ВОЕННУЮ ПОДГОТОВКУ В ВУЗ ПРИ ВГТУ ПО ПРОГРАММАМ</b> <b>ВОЕННОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ПРОХОЖДЕНИЯ ВОЕННОЙ</b> <b>СЛУЖБЫ ПО КОНТРАКТУ НА ВОИНСКИХ ДОЛЖНОСТЯХ,</b> <b>ПОДЛЕЖАЩИХ ЗАМЕЩЕНИЮ ОФИЦЕРАМИ, ПОСЛЕ</b> <b>ПОЛУЧЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ</b>	



Рис. 5. Бег на 60 м, бег на 100 м

Таблица перевода результата выполнения упражнения № 17 в баллы

Секунды	Баллы	Секунды	Баллы	Секунды	Баллы	Секунды	Баллы
7,8	100	8,9	65	9,8	24	10,9	11
7,9	98	9,0	60	9,9	21	11,0	10
8,0	96	9,1	55	10,0	20	11,1	9
8,1	94	9,2	50	10,1	19	11,2	8
8,2	92	9,3	45	10,2	18	11,3	7
8,3	90	–	41	10,3	17	11,4	6
8,4	87	9,4	40	10,4	16	11,5	5
8,5	84	9,5	35	10,5	15	11,6	4
8,6	80	–	32	10,6	14	11,7	3
8,7	75	9,6	30	10,7	13	11,8	2
8,8	70	9,7	27	10,8	12	–	–

 <b>ВГТУ</b>	ФГБОУ ВО «ВГТУ», ВГТУ	И 2.08.02-2023
	<b>ИНСТРУКЦИЯ</b> <b>ПО ПРОВЕДЕНИЮ КОНКУРСНОГО ОТБОРА ГРАЖДАН</b> <b>РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ, ИЗЪЯВИВШИХ ЖЕЛАНИЕ ПРОЙТИ</b> <b>ВОЕННУЮ ПОДГОТОВКУ В ВУЗ ПРИ ВГТУ ПО ПРОГРАММАМ</b> <b>ВОЕННОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ПРОХОЖДЕНИЯ ВОЕННОЙ</b> <b>СЛУЖБЫ ПО КОНТРАКТУ НА ВОИНСКИХ ДОЛЖНОСТЯХ,</b> <b>ПОДЛЕЖАЩИХ ЗАМЕЩЕНИЮ ОФИЦЕРАМИ, ПОСЛЕ</b> <b>ПОЛУЧЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ</b>	

**Таблица перевода результата выполнения упражнения № 18 в баллы**

Секунды	Баллы	Секунды	Баллы	Секунды	Баллы	Секунды	Баллы
12,0	100	13,6	64	14,8	36	17,1	18
12,1	98	13,7	61	14,9	35	17,3	17
12,2	96	–	60	15,0	34	17,5	16
12,3	94	13,8	58	15,1	33	17,6	15
12,4	92	–	56	15,2	32	17,7	14
12,5	90	13,9	55	15,3	31	17,8	13
12,6	88	14,0	52	15,4	30	18,0	12
12,7	86	14,1	50	15,5	29	18,1	11
12,8	84	14,2	48	15,6	28	18,2	10
12,9	82	14,3	46	15,7	27	18,3	9
13,0	80	–	45	15,8	26	18,4	8
13,1	78	14,4	44	15,9	25	18,6	7
13,2	76	14,5	42	16,0	24	18,8	6
13,3	73	–	41	16,1	23	19,0	5
–	72	14,6	40	16,3	22	19,2	4
13,4	70	–	39	16,5	21	19,4	3
–	68	14,7	38	16,7	20	19,6	2
13,5	67	–	37	16,9	19	–	–

**Упражнение № 19. Челночный бег 10×10 м (рис. 6).**

Упражнение выполняется в спортивной форме одежды на ровной площадке с размеченными линиями старта и поворота. Ширина линии старта и поворота входит в отрезок 10 м. По команде «НА СТАРТ» подойти к стартовой линии, поставить одну ногу вперед, не наступая на линию, другую отставить назад. По команде «ВНИМАНИЕ» принять неподвижное положение старта. По команде «МАРШ» пробежать 10 м, заступить за линию поворота ногой, развернуться, пробежать девять отрезков.

Пересечение соседней дорожки, создание помехи другому военнослужащему, начало бега раньше команды «МАРШ!» (фальстарт), использование в качестве опоры при старте, развороте, каких-либо естественных и искусственных предметов, неровностей, выступающих над поверхностью дорожки, не допускаются.

При нарушении условий выполнения упражнения предоставляется вторая попытка, при повторном нарушении норматив считается невыполненным.

	ФГБОУ ВО «ВГТУ», ВГТУ	И 2.08.02-2023
	<b>ИНСТРУКЦИЯ</b> <b>ПО ПРОВЕДЕНИЮ КОНКУРСНОГО ОТБОРА ГРАЖДАН</b> <b>РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ, ИЗЪЯВИВШИХ ЖЕЛАНИЕ ПРОЙТИ</b> <b>ВОЕННУЮ ПОДГОТОВКУ В ВУЗ ПРИ ВГТУ ПО ПРОГРАММАМ</b> <b>ВОЕННОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ПРОХОЖДЕНИЯ ВОЕННОЙ</b> <b>СЛУЖБЫ ПО КОНТРАКТУ НА ВОИНСКИХ ДОЛЖНОСТЯХ,</b> <b>ПОДЛЕЖАЩИХ ЗАМЕЩЕНИЮ ОФИЦЕРАМИ, ПОСЛЕ</b> <b>ПОЛУЧЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ</b>	



Рис. 6. Челночный бег 10×10 м

Таблица перевода результата выполнения упражнения № 19 в баллы

Секунды	Баллы	Секунды	Баллы	Секунды	Баллы	Секунды	Баллы
24,0	100	–	75	27,0	50	–	25
24,1	99	26,2	74	–	49	–	24
24,2	98	–	73	–	48	27,9	23
24,3	97	–	72	27,1	47	28,0	22
24,4	96	26,3	71	–	46	28,4	21
24,5	95	–	70	–	45	28,8	20
24,6	94	–	69	27,2	44	29,2	19

### Упражнения на физические качества «выносливость»

**Упражнение № 24. Бег на 1 км (рис. 7).**

**Упражнение № 25. Бег на 3 км (рис. 7).**

Упражнения выполняются в спортивной форме одежды на беговой дорожке стадиона или ровной дороге вне стадиона с общего старта, по команде «НА СТАРТ» подойти к стартовой линии, по команде «МАРШ» начать бег. Старт и финиш, как правило, оборудуются в одном месте.

При выполнении упражнений на беговой дорожке стадиона старт и финиш производится в соответствии с разметкой стадиона.

	ФГБОУ ВО «ВГТУ», ВГТУ	И 2.08.02-2023
	<b>ИНСТРУКЦИЯ</b> <b>ПО ПРОВЕДЕНИЮ КОНКУРСНОГО ОТБОРА ГРАЖДАН</b> <b>РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ, ИЗЪЯВИВШИХ ЖЕЛАНИЕ ПРОЙТИ</b> <b>ВОЕННУЮ ПОДГОТОВКУ В ВУЗ ПРИ ВГТУ ПО ПРОГРАММАМ</b> <b>ВОЕННОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ПРОХОЖДЕНИЯ ВОЕННОЙ</b> <b>СЛУЖБЫ ПО КОНТРАКТУ НА ВОИНСКИХ ДОЛЖНОСТЯХ,</b> <b>ПОДЛЕЖАЩИХ ЗАМЕЩЕНИЮ ОФИЦЕРАМИ, ПОСЛЕ</b> <b>ПОЛУЧЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ</b>	



Рис. 7. Бег на 1 км, бег на 3 км

Таблица перевода результата выполнения упражнения № 24 в баллы

Минуты, секунды	Баллы	Минуты, секунды	Баллы	Минуты, секунды	Баллы
3 мин 15 с	100	3 мин 41 с	57	4 мин 05 с	29
3 мин 16 с	99	–	56	4 мин 10 с	28
3 мин 17 с	98	3 мин 42 с	55	4 мин 15 с	27
3 мин 18 с	97	–	54	4 мин 20 с	26
3 мин 19 с	96	3 мин 43 с	53	4 мин 25 с	25
3 мин 20 с	95	–	52	4 мин 30 с	24
3 мин 21 с	94	3 мин 44 с	51	4 мин 35 с	23
3 мин 22 с	93	–	50	4 мин 40 с	22
3 мин 23 с	92	3 мин 45 с	49	4 мин 45 с	21
3 мин 24 с	91	–	48	4 мин 50 с	20
3 мин 25 с	89	3 мин 46 с	47	4 мин 55 с	19
3 мин 26 с	87	–	46	5 мин 00 с	18
3 мин 27 с	85	3 мин 47 с	45	5 мин 10 с	17
3 мин 28 с	83	–	44	5 мин 15 с	16
3 мин 29 с	81	3 мин 48 с	43	5 мин 20 с	15
3 мин 30 с	79	–	42	5 мин 25 с	14
3 мин 31 с	77	3 мин 49 с	41	5 мин 30 с	13
3 мин 32 с	75	3 мин 50 с	40	5 мин 35 с	12
3 мин 33 с	73	3 мин 51 с	39	5 мин 40 с	11
3 мин 34 с	71	3 мин 52 с	38	5 мин 45 с	10
3 мин 35 с	69	3 мин 53 с	37	5 мин 50 с	9
3 мин 36 с	67	3 мин 54 с	36	5 мин 55 с	8
3 мин 37 с	65	3 мин 55 с	35	6 мин 00 с	7
3 мин 38 с	63	3 мин 56 с	34	6 мин 05 с	6
3 мин 39 с	61	3 мин 57 с	33	6 мин 10 с	5
–	60	3 мин 58 с	32	6 мин 15 с	4
3 мин 40 с	59	3 мин 59 с	31	6 мин 20 с	3
–	58	4 мин 00 с	30	6 мин 25 с	2

 <b>ВГТУ</b>	ФГБОУ ВО «ВГТУ», ВГТУ	И 2.08.02-2023
	<b>ИНСТРУКЦИЯ</b> <b>ПО ПРОВЕДЕНИЮ КОНКУРСНОГО ОТБОРА ГРАЖДАН</b> <b>РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ, ИЗЪЯВИВШИХ ЖЕЛАНИЕ ПРОЙТИ</b> <b>ВОЕННУЮ ПОДГОТОВКУ В ВУЗ ПРИ ВГТУ ПО ПРОГРАММАМ</b> <b>ВОЕННОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ПРОХОЖДЕНИЯ ВОЕННОЙ</b> <b>СЛУЖБЫ ПО КОНТРАКТУ НА ВОИНСКИХ ДОЛЖНОСТЯХ,</b> <b>ПОДЛЕЖАЩИХ ЗАМЕЩЕНИЮ ОФИЦЕРАМИ, ПОСЛЕ</b> <b>ПОЛУЧЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ</b>	

**Таблица перевода результата выполнения упражнения № 25 в баллы**

Минуты, секунды	Баллы	Минуты, секунды	Баллы	Минуты, секунды	Баллы
10 мин 30 с	100	12 мин 12	67	14 мин 24 с	34
10 мин 32 с	99	12 мин 16 с	66	14 мин 28 с	33
10 мин 34 с	98	12 мин 20 с	65	14 мин 32 с	32
10 мин 36 с	97	12 мин 24 с	64	14 мин 36 с	31
10 мин 38 с	96	12 мин 28 с	63	14 мин 40 с	30
10 мин 40 с	95	12 мин 32 с	62	14 мин 44 с	29
10 мин 42 с	94	12 мин 36 с	61	14 мин 48 с	28
10 мин 44 с	93	12 мин 40 с	60	14 мин 52 с	27
10 мин 46 с	92	12 мин 44 с	59	14 мин 56 с	26
10 мин 48 с	91	12 мин 48 с	58	15 мин 00 с	25
10 мин 50 с	90	12 мин 52 с	57	15 мин 04 с	24
10 мин 52 с	89	12 мин 56 с	56	15 мин 08 с	23
10 мин 54 с	88	13 мин 00 с	55	15 мин 12 с	22
10 мин 56 с	87	13 мин 04 с	54	15 мин 16 с	21
10 мин 58 с	86	13 мин 08 с	53	15 мин 20 с	20
11 мин 00 с	85	13 мин 12 с	52	15 мин 24 с	19
11 мин 04 с	84	13 мин 16 с	51	15 мин 28 с	18
11 мин 08 с	83	13 мин 20 с	50	15 мин 32 с	17
11 мин 12 с	82	13 мин 24 с	49	15 мин 36 с	16
11 мин 16 с	81	13 мин 28 с	48	15 мин 40 с	15
11 мин 20 с	80	13 мин 32 с	47	15 мин 44 с	14
11 мин 24 с	79	13 мин 36 с	46	15 мин 48 с	13
11 мин 28 с	78	13 мин 40 с	45	15 мин 52 с	12
11 мин 32 с	77	13 мин 44 с	44	15 мин 56 с	11
11 мин 36 с	76	13 мин 48 с	43	16 мин 00 с	10
11 мин 40 с	75	13 мин 52 с	42	16 мин 04 с	9
11 мин 44 с	74	13 мин 56 с	41	16 мин 08 с	8
11 мин 48 с	73	14 мин 00 с	40	16 мин 12 с	7
11 мин 52 с	72	14 мин 04 с	39	16 мин 16 с	6
11 мин 56 с	71	14 мин 08 с	38	16 мин 20 с	5
12 мин 00 с	70	14 мин 12 с	37	16 мин 24 с	4
12 мин 04 с	69	14 мин 16 с	36	16 мин 28 с	3
12 мин 08 с	68	14 мин 20 с	35	16 мин 32 с	2

**Упражнение № 21. Плавание на 100 м вольным стилем (рис. 8).**

Упражнения выполняются в спортивной форме одежды в плавательном бассейне или на оборудованной водной станции.

По команде «ЗАНЯТЬ МЕСТА» занимает положение на стартовой тумбе или рядом с ней, либо в воде у бортика плавательного бассейна. По команде «НА СТАРТ» принять неподвижное положение старта. Старт выполняется по звуковому сигналу или команде «МАРШ».

При плавании применяется любой способ. Поворот и финиш выполняются с обязательным касанием поворотного щита плавательного бассейна (водной станции) любой частью тела.

 <b>ВГТУ</b>	<b>ФГБОУ ВО «ВГТУ», ВГТУ</b>	И 2.08.02-2023
	<b>ИНСТРУКЦИЯ</b> <b>ПО ПРОВЕДЕНИЮ КОНКУРСНОГО ОТБОРА ГРАЖДАН</b> <b>РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ, ИЗЪЯВИВШИХ ЖЕЛАНИЕ ПРОЙТИ</b> <b>ВОЕННУЮ ПОДГОТОВКУ В ВУЗ ПРИ ВГТУ ПО ПРОГРАММАМ</b> <b>ВОЕННОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ПРОХОЖДЕНИЯ ВОЕННОЙ</b> <b>СЛУЖБЫ ПО КОНТРАКТУ НА ВОИНСКИХ ДОЛЖНОСТЯХ,</b> <b>ПОДЛЕЖАЩИХ ЗАМЕЩЕНИЮ ОФИЦЕРАМИ, ПОСЛЕ</b> <b>ПОЛУЧЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ</b>	

Старт раньше команды «МАРШ», касание дна плавательного бассейна, захват за разграничительные дорожки не допускаются.



Рис. 8. Плавание в спортивной форме одежды вольным стилем

Таблица перевода результата выполнения упражнения № 21 в баллы

Минуты, секунды	Баллы	Минуты, секунды	Баллы	Минуты, секунды	Баллы	Минуты, секунды	Баллы
1 мин 10 с	100	1 мин 35 с	75	2 мин 00 с	50	2 мин 25 с	25
1 мин 11 с	99	1 мин 36 с	74	2 мин 01 с	49	2 мин 26 с	24
1 мин 12 с	98	1 мин 37 с	73	2 мин 02 с	48	2 мин 27 с	23
1 мин 13 с	97	1 мин 38 с	72	2 мин 03 с	47	2 мин 28 с	22
1 мин 14 с	96	1 мин 39 с	71	2 мин 04 с	46	2 мин 29 с	21
1 мин 15 с	95	1 мин 40 с	70	2 мин 05 с	45	2 мин 30 с	20
1 мин 16 с	94	1 мин 41 с	69	2 мин 06 с	44	2 мин 32 с	19
1 мин 17 с	93	1 мин 42 с	68	2 мин 07 с	43	2 мин 34 с	18
1 мин 18 с	92	1 мин 43 с	67	2 мин 08 с	42	2 мин 36 с	17
1 мин 19 с	91	1 мин 44 с	66	2 мин 09 с	41	2 мин 38 с	16
1 мин 20 с	90	1 мин 45 с	65	2 мин 10 с	40	2 мин 40 с	15
1 мин 21 с	89	1 мин 46 с	64	2 мин 11 с	39	2 мин 42 с	14
1 мин 22 с	88	1 мин 47 с	63	2 мин 12 с	38	2 мин 44 с	13
1 мин 23 с	87	1 мин 48 с	62	2 мин 13 с	37	2 мин 46 с	12
1 мин 24 с	86	1 мин 49 с	61	2 мин 14 с	36	2 мин 48 с	11
1 мин 25 с	85	1 мин 50 с	60	2 мин 15 с	35	2 мин 50 с	10
1 мин 26 с	84	1 мин 51 с	59	2 мин 16 с	34	2 мин 52 с	9
1 мин 27 с	83	1 мин 52 с	58	2 мин 17 с	33	2 мин 54 с	8
1 мин 28 с	82	1 мин 53 с	57	2 мин 18 с	32	2 мин 56 с	7
1 мин 29 с	81	1 мин 54 с	56	2 мин 19 с	31	2 мин 58 с	6
1 мин 30 с	80	1 мин 55 с	55	2 мин 20 с	30	3 мин 00 с	5
1 мин 31 с	79	1 мин 56 с	54	2 мин 21 с	29	3 мин 05 с	4
1 мин 32 с	78	1 мин 57 с	53	2 мин 22 с	28	3 мин 10 с	3
1 мин 33 с	77	1 мин 58 с	52	2 мин 23 с	27	3 мин 15 с	2
1 мин 34 с	76	1 мин 59 с	51	2 мин 24 с	26	—	—

	ФГБОУ ВО «ВГТУ», ВГТУ	И 2.08.02-2023
	ИНСТРУКЦИЯ <b>ПО ПРОВЕДЕНИЮ КОНКУРСНОГО ОТБОРА ГРАЖДАН          РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ, ИЗЪЯВИВШИХ ЖЕЛАНИЕ ПРОЙТИ          ВОЕННУЮ ПОДГОТОВКУ В ВУЗ ПРИ ВГТУ ПО ПРОГРАММАМ          ВОЕННОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ПРОХОЖДЕНИЯ ВОЕННОЙ          СЛУЖБЫ ПО КОНТРАКТУ НА ВОИНСКИХ ДОЛЖНОСТЯХ,          ПОДЛЕЖАЩИХ ЗАМЕЩЕНИЮ ОФИЦЕРАМИ, ПОСЛЕ          ПОЛУЧЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ</b>	

**Упражнение № 22. Плавание на 100 м способом брасс (рис. 9).**

Упражнение выполняется в спортивной форме одежды в бассейне или на оборудованной водной станции.

По команде «ЗАНЯТЬ МЕСТА» занимает положение на стартовой тумбе или рядом с ней, либо в воде у бортика плавательного бассейна. По команде «НА СТАРТ» принять неподвижное положение старта. Старт выполняется по звуковому сигналу или команде «МАРШ» произвольным способом.

Дистанция преодолевается способом плавания брасс. Поворот и финиш выполняются с обязательным касанием поворотного щита плавательного бассейна (водной станции) любой частью тела.

Старт раньше команды «МАРШ», касание дна плавательного бассейна, захват за разграничительные дорожки не допускаются.

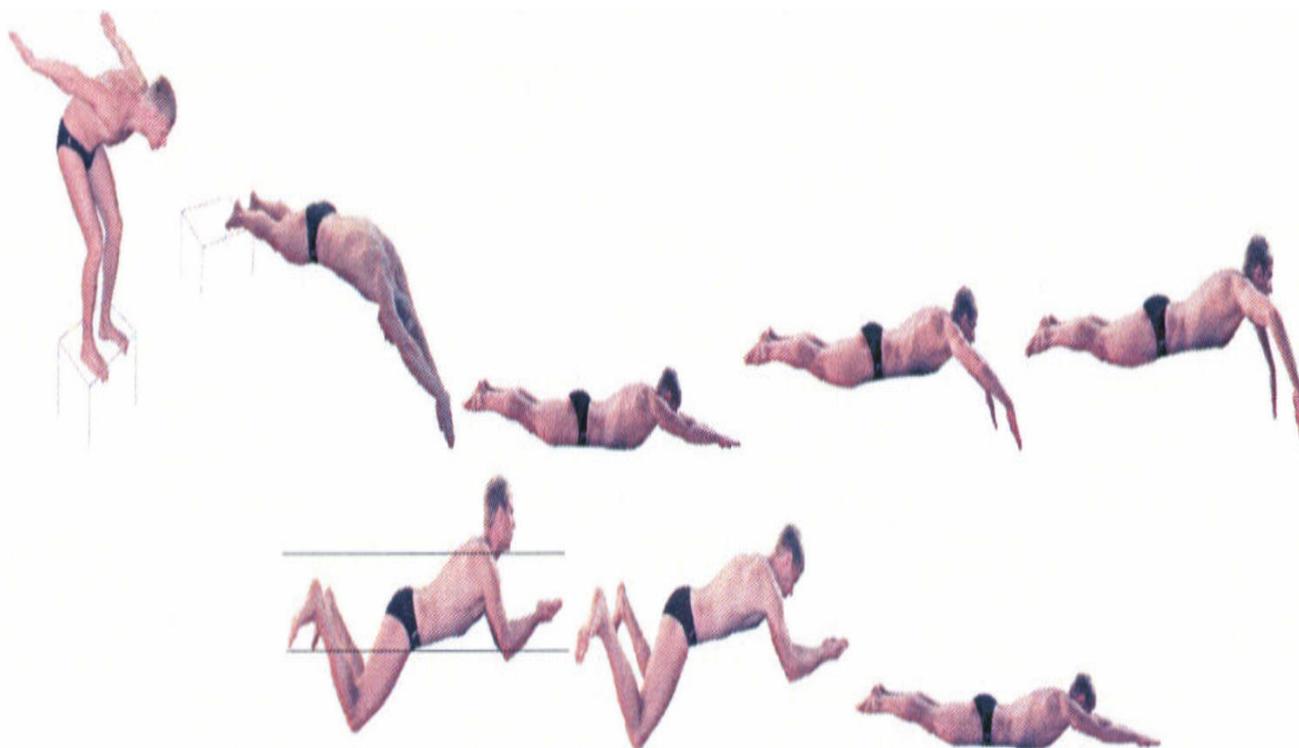


Рис. 9. Плавание в спортивной форме одежды способом брасс

	ФГБОУ ВО «ВГТУ», ВГТУ	И 2.08.02-2023
	<b>ИНСТРУКЦИЯ</b> <b>ПО ПРОВЕДЕНИЮ КОНКУРСНОГО ОТБОРА ГРАЖДАН</b> <b>РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ, ИЗЪЯВИВШИХ ЖЕЛАНИЕ ПРОЙТИ</b> <b>ВОЕННУЮ ПОДГОТОВКУ В ВУЗ ПРИ ВГТУ ПО ПРОГРАММАМ</b> <b>ВОЕННОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ПРОХОЖДЕНИЯ ВОЕННОЙ</b> <b>СЛУЖБЫ ПО КОНТРАКТУ НА ВОИНСКИХ ДОЛЖНОСТЯХ,</b> <b>ПОДЛЕЖАЩИХ ЗАМЕЩЕНИЮ ОФИЦЕРАМИ, ПОСЛЕ</b> <b>ПОЛУЧЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ</b>	

**Таблица перевода результата выполнения упражнения № 22 в баллы**

Минуты, секунды	Баллы	Минуты, секунды	Баллы	Минуты, секунды	Баллы	Минуты, секунды	Баллы
1 мин 30 с	100	1 мин 55 с	75	2 мин 20 с	50	2 мин 45 с	25
1 мин 31 с	99	1 мин 56 с	74	2 мин 21 с	49	2 мин 46 с	24
1 мин 32 с	98	1 мин 57 с	73	2 мин 22 с	48	2 мин 47 с	23
1 мин 33 с	97	1 мин 58 с	72	2 мин 23 с	47	2 мин 48 с	22
1 мин 34 с	96	1 мин 59 с	71	2 мин 24 с	46	2 мин 49 с	21
1 мин 35 с	95	2 мин 00 с	70	2 мин 25 с	45	2 мин 50 с	20
1 мин 36 с	94	2 мин 01 с	69	2 мин 26 с	44	2 мин 51 с	19
1 мин 37 с	93	2 мин 02 с	68	2 мин 27 с	43	2 мин 52 с	18
1 мин 38 с	92	2 мин 03 с	67	2 мин 28 с	42	2 мин 53 с	17
1 мин 39 с	91	2 мин 04 с	66	2 мин 29 с	41	2 мин 54 с	16
1 мин 40 с	90	2 мин 05 с	65	2 мин 30 с	40	2 мин 55 с	15
1 мин 41 с	89	2 мин 06 с	64	2 мин 31 с	39	2 мин 56 с	14
1 мин 42 с	88	2 мин 07 с	63	2 мин 32 с	38	2 мин 57 с	13
1 мин 43 с	87	2 мин 08 с	62	2 мин 33 с	37	2 мин 58 с	12
1 мин 44 с	86	2 мин 09 с	61	2 мин 34 с	36	2 мин 59 с	11
1 мин 45 с	85	2 мин 10 с	60	2 мин 35 с	35	3 мин 00 с	10
1 мин 46 с	84	2 мин 11 с	59	2 мин 36 с	34	3 мин 05 с	9
1 мин 47 с	83	2 мин 12 с	58	2 мин 37 с	33	3 мин 10 с	8
1 мин 48 с	82	2 мин 13 с	57	2 мин 38 с	32	3 мин 15 с	7
1 мин 49 с	81	2 мин 14 с	56	2 мин 39 с	31	3 мин 20 с	6
1 мин 50 с	80	2 мин 15 с	55	2 мин 40 с	30	3 мин 25 с	5
1 мин 51 с	79	2 мин 16 с	54	2 мин 41 с	29	3 мин 30 с	4
1 мин 52 с	78	2 мин 17 с	53	2 мин 42 с	28	3 мин 35 с	3
1 мин 53 с	77	2 мин 18 с	52	2 мин 43 с	27	3 мин 40 с	2
1 мин 54 с	76	2 мин 19 с	51	2 мин 44 с	26	–	–