

**НОРМАТИВИ**  
**виконання вправ з фізичної підготовки**  
**для вступників на навчання за державним замовленням до**  
**Пенітенціарної академії України у 2024 році**

Назва вправи	Бали та результати									
	“10”	“9”	“8”	“7”	“6”	“5”	“4”	“3”	“2”	“1”
Біг 100 м. (сек.) чоловіки	13,2	13,5	13,7	13,9	14,1	14,3	14,5	14,8	15,0	15,2
Біг 100 м. (сек.) жінки	16,0	16,2	16,4	16,6	16,8	17,0	17,3	17,6	17,9	18,2

Назва вправи	Бали та результати									
	“10”	“9”	“8”	“7”	“6”	“5”	“4”	“3”	“2”	“1”
Біг 1000 м. (хв., сек.) чоловіки	3,25	3,27	3,30	3,35	3,40	3,45	3,50	3,55	4,0	4,10
Біг 1000 м. (хв., сек.) жінки	4,05	4,10	4,15	4,25	4,30	4,45	4,55	5,0	5,20	5,50

Назва вправи	Бали та результати									
	“10”	“9”	“8”	“7”	“6”	“5”	“4”	“3”	“2”	“1”
Підтягування на перекладині (кількість разів) чоловіки	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6
Згинання і розгинання рук в упорі лежачи (кількість разів) жінки	24	22	20	18	17	16	14	13	11	9