

«Согласовано»

Директор Департамента образования
и молодёжной политики
Ханты-Мансийского автономного
округа-Югры

Т.Н. Ковешникова
«___» _____ 2016 г.



«Утверждаю»

Директор Департамента
физической культуры и спорта
Ханты-Мансийского автономного
округа-Югры

В.Л. Редькин
«___» _____ 2016 г.



**Положение о проведении зимнего Фестиваля
Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду
и обороне (ГТО) среди обучающихся образовательных организаций,
посвященном 85-летию отечественного комплекса**

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Зимний Фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди обучающихся образовательных организаций, посвященный 85-летию отечественного комплекса ГТО (далее - Фестиваль) проводится в соответствии с планом мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее – комплекс ГТО), утверждённым распоряжением Правительства Российской Федерации от 30 июня 2014г. № 1165-р, Единым календарным планом окружных, межрегиональных, всероссийских, международных физкультурных и спортивных мероприятий Ханты-Мансийского автономного округа – Югры на 2016 год.

Целью проведения Фестиваля является вовлечение обучающихся в систематические занятия физической культурой и спортом.

Задачами Фестиваля являются:

- популяризация комплекса ГТО среди подрастающего поколения и молодежи;
- повышение уровня физической подготовленности обучающихся;
- пропаганда здорового образа жизни;
- создание условий, мотивирующих к занятиям физической культурой и спортом;
- поощрение обучающихся, показавших лучшие результаты по выполнению нормативов и требований комплекса ГТО и активно участвующих в деятельности по продвижению комплекса ГТО среди сверстников.

II. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

Фестиваль проводится в два этапа:

I этап (муниципальный) – с 1 по 29 февраля 2016 г., проводится в муниципальных образованиях автономного округа.

Положение о проведении I этапа разрабатывается органами управления образованием и органами управления физической культурой и спортом муниципальных образований автономного округа;

II этап (региональный) – с 1 по 24 марта 2016 года (приложение 1).

III. ОРГАНИЗАТОРЫ МЕРОПРИЯТИЯ

Общее руководство проведением I (муниципального) этапа соревнований осуществляют органы управления образованием и органы управления физической культурой и спортом муниципальных образований автономного округа.

Общее руководство проведением II (регионального) этапа Фестиваля осуществляют Департамент физической культуры и спорта Ханты-Мансийского

автономного округа – Югры и Департамент образования и молодежной политики Ханты-Мансийского автономного округа – Югры.

Для проведения I и II этапов Фестиваля создаются муниципальные и региональные организационные комитеты, которые утверждают составы главных судейских коллегий (далее - ГСК).

Состав ГСК формируется из судей, имеющих судейскую категорию по видам спорта, входящим в комплекс ГТО.

Методическое обеспечение на I и II этапах Фестиваля возлагается на регионального оператора комплекса ГТО АПОУ ХМАО-Югры «ЮКИОР».

Непосредственное проведение II этапа Фестиваля возлагается на регионального оператора комплекса ГТО АПОУ ХМАО-Югры «ЮКИОР».

IV. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

К участию в Фестивале на I (муниципальном) и II (региональном) этапах допускаются обучающиеся 9-29 лет, относящиеся ко II, III, IV, V, VI ступеням комплекса ГТО соответственно в составах классов и учебных групп общеобразовательных организаций, профессиональных образовательных организаций и образовательных организаций высшего образования.

Составы команд класса либо учебные группы на первом этапе рекомендуется формировать не менее чем из 8 участников независимо от пола.

К участию во II этапе Фестиваля допускаются победители I (муниципального) этапа Фестиваля в личном и командном зачетах. Сборные команды муниципальных образований для участия во II (региональном) этапе формируются из 6 участников независимо от пола и 1 представителя по каждой ступени комплекса (состав команды - 30 участников и 5 представителей, один из которых является руководителем делегации).

К участию во II этапе Фестиваля не допускаются:

обучающиеся, не участвовавшие в I этапе Фестиваля;

обучающиеся, не указанные в предварительной заявке (за исключением случаев внесения в заявку изменений, заранее согласованных с региональным оператором комплекса ГТО АПОУ ХМАО-Югры «ЮКИОР»).

К участию в Фестивале на I (муниципальном) и II (региональном) этапах Фестиваля допускаются участники основной медицинской группы при наличии допуска врача, заявки от организации и, при необходимости, одного из родителей (законных представителей).

V. ПРОГРАММА ФЕСТИВАЛЯ

Программа Фестиваля включает: спортивную программу и может включать культурную и образовательную программы.

Спортивная программа Фестиваля состоит из тестов II-VI ступеней комплекса ГТО.

Культурная и образовательная программы Фестиваля определяется проводящей организацией и может дополнять спортивную программу по усмотрению организаторов.

Программа Фестиваля I (муниципального) этапа может быть дополнена для V ступени по усмотрению организаторов (для выпускников 11 классов образовательных организаций).

Мальчики (юноши, мужчины)

№	Вид испытания (тест)	II ступень 9-10 лет	III ступень 11-12 лет	IV ступень 13-15 лет	V ступень 16-17 лет	VI ступень 18-29 лет
1.	Бег на лыжах (мин. с)	1 км	2 км/	3 км	5 км	5 км
	или бег на выносливость (мин. с) (для бесснежных районов)	1км	1.5 км	2км	2 км	3 км
2.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	+	+	+	+	+
	или сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу	(3мин)	(3мин)	(3мин)	(4мин)	(4мин)
3.	или сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу	+	+	-	-	-
	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см)	(3мин)	(3мин)	-	-	-
3.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см)	+	+	+	+	+
	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	+	+	+	+	+
4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	+	+	+	+	+
	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	+	+	+	+	+
5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	+	+	+	+	+
	Плавание 25. 50 м (мин. с)	+	+	+	+	+
6.	Плавание 25. 50 м (мин. с)	25 м	50 м	50 м	50 м	50 м
	Стрельба из пневматической винтовки (очки)	-	10 м с упора	10 м с опорой локтей	10 м с опорой локтей	10 м с опорой локтей

Девочки (девушки, женщины)

№	Вид испытания (тест)	II ступень 9-10 лет	III ступень 11-12 лет	IV ступень 13-15 лет	V ступень 16-17 лет	VI ступень 18-29 лет
1.	Бег на лыжах (мин. с)	1 км	2 км/	3 км	3 км	3 км
	или бег на выносливость (мин. с) (для бесснежных районов)	1км	1.5 км	2км	2 км	2 км
2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (количество раз за 3 мин)	+	+	+	+	+
	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (количество раз за 3 мин)	(3мин)	(3мин)	(3мин)	(4мин)	(4мин)
3.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см)	+	+	+	+	+
	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см)	+	+	+	+	+
4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	+	+	+	+	+
	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	+	+	+	+	+
5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	+	+	+	+	+
	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	+	+	+	+	+
6.	Плавание 25. 50 м (мин. с)	+	+	+	+	+
	Плавание 25. 50 м (мин. с)	25 м	50 м	50 м	50 м	50 м
7.	Стрельба из пневматической винтовки (очки)	-	10 м с упора	10 м с опорой локтей	10 м с опорой локтей	10 м с опорой локтей

Условия проведения соревнований

Участие в программе Фестиваля обязательно для всех членов сборных команд.

Соревнования проводятся в соответствии с методическими рекомендациями по тестированию населения в рамках комплекса ГТО, одобренными на заседаниях Координационной комиссии Минспорта России по введению и реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса (протокол № 1 от 23 июля 2014 г. пункт II/1) и Экспертного совета по вопросам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса 28 мая 2014 г. и 27 августа 2014 года.

Участники III степени выполняют стрельбу на дистанции 10 метров по мишени № 8. Изготовка сидя – с опорой локтей о стол из упора для винтовки.

Разрешено использование пневматических винтовок отечественного образца типа ИЖ-38. ИЖ-60. МР-60. МР-512. ИЖ-32. МР-532. Прицел открытый, мушка пеньковая. Для участников I этапа Фестиваля допускается определение достоинства пробойки по прозрачной копии мишени № 8 с выносом средней точки попадания. Количество выстрелов – 3 пробных и 5 зачетных. Мишеней – 1 пробная и 1-2 зачетные.

При проведении Фестиваля рекомендуется придерживаться следующего порядка:

Первый день:

1. Стрельба из пневматической винтовки;
2. Поднимание туловища из положения лежа на спине;
3. Силовая гимнастика – подтягивание на высокой перекладине и сгибание-разгибание рук упоре лежа на полу;
4. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами;
5. Плавание на 25 м, 50 м.

Второй день:

6. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;
7. Бег на лыжах или бег на выносливость.

В соревнованиях I этапа Фестиваля участники могут выступать в течении нескольких дней.

На соревнованиях I-II этапов Фестиваля результаты участников определяются в соответствии с 100-очковыми таблицами оценки результатов (Приложение № 3).

VI. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

Личное первенство среди участников определяется отдельно для каждой степени комплекса ГТО среди мальчиков и девочек, юношей и девушек, мужчин и женщин по наибольшей сумме очков, набранных во всех видах программы Фестиваля согласно 100-очковой таблице оценки результатов.

В случае равенства сумм очков у двух или более участников преимущество получает участник, показавший лучший результат в лыжной гонке, при равенстве этого показателя - по результату в плавании.

Командное первенство определяется по сумме очков, набранных в спортивных программах всеми участниками команды в соответствующих возрастных ступенях комплекса ГТО.

VII. НАГРАЖДЕНИЕ

Участники второго (регионального) этапа, занявшие 1-3 места в личном первенстве среди мальчиков и девочек, юношей и девушек, мужчин и женщин в программе Фестиваля в каждой из возрастных групп, награждаются дипломами соответствующих степеней. Команды, занявшие 1-3 места в каждой ступени в командном первенстве, награждаются дипломами и кубками.

Участники, зарегистрировавшиеся в системе АИС ГТО и выполнившие необходимое количество нормативов для получения знака отличия комплекса ГТО при участии муниципальных Центров тестирования, представляются к награждению соответствующим знаком: «Золотой знак», «Серебряный знак», «Бронзовый знак» комплекса ГТО.

VIII. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

Финансовое обеспечение I (муниципального) осуществляется за счет средств бюджетов муниципальных образований.

Финансовое обеспечение II (регионального) этапа Фестиваля (питание, проживание, транспорт на местах проведения мероприятия, наградная атрибутика, рекламная продукция, печатная продукция, канцелярские расходы, сувенирная продукция, заработная плата судей, питьевой режим, расходные материалы и т.д.) осуществляется за счёт средств бюджета Ханты-Мансийского автономного округа-Югра, проезд участников к месту проведения соревнований и обратно за счет командирующей стороны.

IX. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ

Обеспечение безопасности участников и зрителей осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 г. № 353, а также требованиям правил по соответствующим видам спорта.

Спортивная программа на II (региональном) этапе Фестиваля проводится на объектах спорта, включенных во Всероссийский реестр объектов спорта в соответствии с Федеральным законом от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии

с приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 9 августа 2010 г. № 613Н «Об утверждении порядка оказания медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий».

X. СТРАХОВАНИЕ УЧАСТНИКОВ

Страхование участников соревнований производится за счёт средств бюджетов муниципальных образований и внебюджетных средств в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации.

XI. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ

Для участия во II (региональном) этапе Фестиваля необходимо направить предварительную заявку в оригинальном виде по установленной форме (Приложение № 2), заверенную главой администрации муниципального образования, по адресу органа исполнительной власти муниципального образования в области физической культуры и спорта проводящего региональный этап.

Срок представления заявки за 10 дней до начала Фестиваля.

Вместе с предварительной заявкой в муниципальный орган, осуществляющий управление в сфере физической культуры и спорта, в Департамент физической культуры и спорта автономного округа направляется краткий отчёт о проведении I (муниципального) этапа Фестиваля, составленный в произвольной форме с указанием количества участников, участвовавших в I (муниципальном) этапе Фестиваля, программы мероприятий, количества судей, их категории, протоколы I (муниципального) этапа Фестиваля с результатами членов сборной команды.

Подтверждение приезда команды муниципального образования для обеспечения местами проживания представляется за 15 дней до начала соревнований. Команды, не подавшие заявку в установленные сроки, производят размещение участников Фестиваля самостоятельно.

Руководители команд представляют в комиссию по допуску участников следующие документы:

- заявку по форме согласно приложению № 2 (идентичную предварительной заявке без запасных участников), заверенную руководителем соответствующего органа исполнительной власти муниципального образования, осуществляющего управление в сфере образования и (или) в области физической культуры и спорта, врачебно-физкультурным диспансером (**медицинский допуск действителен не более 10 дней**);

- свидетельство о рождении или паспорт (оригинал) на каждого участника;
- страховой полис обязательного медицинского страхования на каждого участника;

- оригинал договора о страховании жизни и здоровья от несчастных случаев на каждого участника команды или на команду в целом с указанием Ф.И.О. всех участников.

Приложение № 1
к Положению о зимнем Фестивале
Всероссийского физкультурно-спортивного
комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)

График

проведения II этапа (регионального) зимнего Фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди обучающихся образовательных организаций, посвященном 85-летию отечественного комплекса ГТО в Ханты-Мансийском автономном округе-Югре

№ п/п	Муниципальное образование	Сроки проведения	Место проведения, адрес
1.	г. Сургут, Сургутский район г. Нефтеюганск, г. Пыть-Ях, Нефтеюганский район г. Ханты-Мансийск, Хаты- Мансийский район	23-24.03.2016	г. Нефтеюганск Комитет физической культуры и спорта администрации города Нефтеюганска, 5-й мкр, дом 11 р.т. 8(3463)221608; т/ф. 8(3463) 228488.
2.	г. Нижневартовск, Нижневартовский район, гг. Мегион, Радужный, Лангепас, Покачи, Когалым	17-18.03.2016	г. Нижневартовск Управление по физической культуре и спорту администрации города Нижневартовска, ул. Ханты- Мансийская, 21 т. 8(3466) 44-49-67 – приемная. 44-49-66, 44-49-67 факс
3.	г. Нягань, Октябрьский район, Березовский район, Белоярский район	17-18 .03.2016	г. Нягань Комитет по физической культуре спорту туризму и молодежной политики администрации города Нягань, 2-й мкр, 45 т. 8(34672) 6-70-55
4.	гг. Урай, Югорск, Советский район, Кондинский район	03-04.03.2016	г. Урай, Управление по физической культуре, спорту и туризму администрации города Урай, улица Парковая дом 1, Дворец спорта "Звезды Югры", т. 8(34676) 32-600

ЗАЯВКА

на участие в программе II этапа (регионального) зимнего Фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди обучающихся образовательных организаций

(Наименование муниципального образования)

№ п/п	Фамилия. имя. отчество	Дата рождения (д.м.г.)	ИД номер в АИС ГТО (при наличии)	Название общеобразовательной организации (в соответствии с Уставом)	Виза врача
1.					допущен. подпись врача. дата, печать напротив каждого участника соревнований
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					

Предварительную заявку необходимо составлять с учётом запасных участников, без визы врача.

Допущено к II этапу Фестиваля комплекса ГТО _____ обучающихся.
(прописью)

Врач _____ / _____
(ФИО) (подпись)
ДАТА (М.П. медицинского учреждения)

Руководитель делегации _____
(подпись, Ф.И.О. полностью)

Глава администрации муниципального образования _____

МП (подпись, Ф.И.О.)

Ф.И.О. исполнителя (полностью) _____

Контактный телефон. E-mail: _____

Таблица оценки результатов в видах испытаний ВФСК ГТО
МАЛЬЧИКИ 9-10 лет

Приложение 3

Таблица 1

Очки	Длина с места 3 мин	Слэб-реакт 3 мин	Бег 60м	Бег 1км	Лыжи 1 км	Стрельба ВП	Глубокая (ч/см)	Плавание 25м	Поднимание туловища из положения лежа на спине		Подтягивание 3 мин
									1 мин	1 мин	
190	230	100	8,4	3,20	3,30	59	25 (19)	15,0	70	70	28
99	229	96	-	3,21	3,33	-	19	15,2	69	-	-
98	228	96	-	3,22	3,36	-	-	15,4	68	-	27
97	227	94	8,5	3,23	3,39	49	24	15,6	-	-	-
96	226	92	-	3,24	3,42	-	-	15,8	68	-	26
95	225	90	-	3,25	3,45	-	-	16,0	-	-	-
94	224	88	8,6	3,26	3,48	48	23	16,2	67	-	25
93	223	86	-	3,27	3,51	-	-	16,4	-	-	-
92	222	84	-	3,28	3,54	-	-	16,6	66	-	24
91	221	82	8,7	3,29	3,57	47	22	16,8	-	-	-
90	220	80	-	3,30	3,60	-	-	17,0	65	-	23
89	219	78	-	3,32	3,63	-	-	17,2	64	-	22
88	218	76	8,8	3,34	3,66	46	21	17,4	-	-	-
87	217	74	-	3,36	3,69	-	-	17,6	-	-	-
86	216	72	-	3,38	3,72	-	-	17,8	63	-	21
85	215	70	8,9	3,40	3,75	45	20	18,0	-	-	-
84	214	68	-	3,42	3,78	-	-	18,2	62	-	20
83	213	66	-	3,44	3,81	-	-	18,4	-	-	-
82	212	64	9,0	3,46	3,84	44	19	18,6	61	-	19
81	211	62	-	3,48	3,87	-	-	18,8	-	-	-
80	210	60	-	3,50	3,90	-	-	19,0	60	-	18
79	209	58	9,1	3,52	3,93	43	18	19,2	-	-	-
78	208	56	-	3,54	3,96	-	-	19,4	59	-	17
77	207	54	-	3,56	3,99	-	-	19,6	-	-	-
76	206	52	9,2	3,58	4,02	42	17	19,8	58	-	16
75	205	50	-	3,60	4,05	-	-	20,0	57	-	15
74	204	48	-	3,62	4,08	-	-	20,2	-	-	-
73	203	46	9,3	3,64	4,11	41	16	20,4	56	-	14
72	202	44	-	3,66	4,14	-	-	20,6	-	-	-
71	201	42	-	3,68	4,17	-	-	20,8	55	-	13
70	200	40	9,4	3,70	4,20	40	15	21,0	54	-	12
69	199	38	-	3,72	4,23	-	-	21,2	-	-	-
68	198	36	-	3,74	4,26	-	-	21,4	53	-	11
67	197	34	9,5	3,76	4,29	39	14	21,6	52	-	10
66	196	32	-	3,78	4,32	-	-	21,8	-	-	-
65	195	30	-	3,80	4,35	-	-	22,0	51	-	9
64	194	28	9,6	3,82	4,38	38	13	22,2	-	-	-
63	193	26	-	3,84	4,41	-	-	22,4	50	-	8
62	192	24	-	3,86	4,44	-	-	22,6	-	-	-
61	191	22	9,7	3,88	4,47	37	12	22,8	49	-	7
60	190	20	-	3,90	4,50	-	-	23,0	48	-	6
59	189	18	-	3,92	4,53	-	-	23,2	-	-	-
58	188	16	9,8	3,94	4,56	36	11	23,4	47	-	5
57	187	14	-	3,96	4,59	-	-	23,6	-	-	-
56	186	12	-	3,98	4,62	-	-	23,8	46	-	4
55	185	10	9,9	3,99	4,65	35	10	24,0	-	-	-
54	184	8	-	4,02	4,68	-	-	24,2	45	-	3
53	183	6	-	4,04	4,71	-	-	24,4	-	-	-
52	182	4	10,0	4,06	4,74	34	9	24,6	44	-	2
51	181	2	-	4,08	4,77	-	-	24,8	-	-	-

Результат, превышающий максимальный в таблице, дополняется очками НЕ ОЦЕНИВАЕТСЯ

Таблица 1 (продолжение)

Очки	Длина с места 3 мин	Слэб-реакт 3 мин	Бег 60м	Бег 1км	Лыжи 1 км	Стрельба ВП	Глубокая (ч/см)	Плавание 25м	Поднимание туловища из положения лежа на спине		Подтягивание 3 мин
									1 мин	1 мин	
50	189	20	-	4,09	4,80	33	8	25,0	43	-	45
49	178	-	10,1	4,52	6,03	-	-	28,4	-	-	-
48	176	19	-	4,54	6,06	29	-	28,8	44	-	-
47	174	-	4,56	6,09	-	-	-	29,2	-	-	-
46	172	18	10,2	4,58	6,12	28	7	29,6	43	-	7
45	170	-	5,00	6,15	-	-	-	30,0	-	-	-
44	168	17	10,3	5,02	6,18	27	-	30,4	42	-	-
43	166	-	5,04	6,21	-	-	-	30,8	-	-	-
42	164	16	10,4	5,06	6,24	26	-	31,2	41	-	6
41	162	-	5,08	6,27	-	-	-	31,6	-	-	-
40	160	15	10,5	5,10	6,30	25	5	32,0	40	-	-
39	158	-	5,13	6,33	-	-	-	32,5	39	-	-
38	156	14	10,6	5,16	6,36	24	-	33,0	38	-	-
37	154	-	5,19	6,39	-	-	-	33,5	37	-	5
36	152	13	10,7	5,22	6,42	23	-	34,0	36	-	-
35	150	-	5,25	6,45	-	-	-	34,5	35	-	-
34	148	12	10,8	5,28	6,48	22	3	35,0	34	-	-
33	146	-	10,9	5,31	6,51	-	-	35,5	33	-	-
32	144	11	11,0	5,34	6,54	21	-	36,0	32	-	4
31	142	-	11,1	5,37	6,57	-	-	36,5	31	-	-
30	140	10	11,2	5,40	7,00	20	-	37,0	30	-	-
29	138	-	11,3	5,43	7,03	-	-	37,5	29	-	-
28	136	-	11,4	5,46	7,06	19	1	38,0	28	-	-
27	134	9	11,5	5,49	7,09	18	-	38,6	27	-	-
26	132	-	11,6	5,52	7,12	18	-	39,2	26	-	3
25	130	-	11,7	5,55	7,15	-	-	39,8	25	-	-
24	128	8	11,8	5,58	7,18	17	-	40,4	24	-	-
23	126	-	11,9	5,61	7,21	-	-	41,0	23	-	-
22	124	-	12,0	5,64	7,24	16	-	41,8	22	-	-
21	122	7	12,1	5,67	7,27	-	-	42,6	21	-	-
20	120	-	12,2	5,70	7,30	15	-	43,4	20	-	-
19	117	-	12,3	5,73	7,34	-	-	44,2	19	-	-
18	114	6	12,4	5,76	7,38	14	-	45,0	18	-	2
17	111	-	12,5	5,79	7,43	-	-	46,0	17	-	-
16	108	-	12,6	5,82	7,48	13	-	47,0	16	-	-
15	105	5	12,7	5,85	7,53	-	-	48,0	15	-	-
14	102	-	12,8	5,88	7,58	12	-	49,0	14	-	-
13	99	-	12,9	5,91	7,63	11	-	50,0	13	-	-
12	96	4	13,0	5,94	7,68	11	-	51,0	12	-	-
11	93	-	13,2	5,97	7,73	-	-	52,0	11	-	-
10	90	-	13,4	6,00	7,78	10	-	53,0	10	-	1
9	86	3	13,6	6,04	7,83	9	-	54,0	9	-	-
8	82	-	13,8	6,08	7,88	8	-	55,0	8	-	-
7	78	-	14,0	6,12	7,93	7	-	56,0	7	-	-
6	74	2	14,2	6,16	7,98	6	-	57,0	6	-	-
5	70	-	14,5	7,00	9,10	5	-	58,0	5	-	-
4	66	-	14,8	7,05	9,20	4	-	1,00	4	-	-
3	61	1	15,1	7,10	9,31	3	-	1,02	3	-	-
2	56	-	15,5	7,20	9,44	2	-	1,05	2	-	-
1	50	-	16,0	7,40	10,00	1	-	1,10	1	-	-

Таблица оценки результатов в видах испытаний ВФСК ГТО

девочки 9-10 лет

Таблица 2 (продолжение)

Очки	Длина с места	Бег			Лыжи 1 км	Стрельба ВП	Глубина (м-см)	Плавание 25м	Поднимание туловища из положения лежа на спине		Среднее время 3 мин
		30м	60м	1км					1 мин		
106	215	4,5	9,0	3,48	3,59	28	16,8	65	40	17	
99	214	-	-	3,41	3,53	-	16,2	-	-	-	
98	213	-	-	3,42	3,56	-	16,4	84	39	16	
97	212	-	5,1	3,43	3,59	49	16,6	-	-	-	
96	211	-	-	3,44	4,02	-	16,8	83	74	-	
95	210	5,0	-	3,45	4,05	-	17,0	-	31,0	15	
94	209	-	9,2	3,46	4,08	48	17,2	82	37	14	
93	208	-	-	3,47	4,11	-	17,4	-	-	-	
92	207	-	-	3,48	4,14	-	17,6	61	36	13	
91	206	-	9,3	3,49	4,17	47	17,8	-	-	-	
90	205	5,1	-	3,50	4,20	-	18,0	60	35,5	12	
89	204	-	-	3,52	4,23	-	18,2	-	-	-	
88	203	-	9,4	3,54	4,26	46	18,4	59	34,5	11	
87	202	-	-	3,56	4,29	-	18,6	-	-	-	
86	201	-	-	3,58	4,32	-	18,8	58	33,5	10	
85	200	5,2	9,5	4,00	4,35	45	19,0	-	-	-	
84	199	-	-	4,02	4,38	-	19,2	57	32	9	
83	198	-	-	4,04	4,41	-	19,4	-	-	-	
82	197	-	9,6	4,06	4,44	44	19,6	56	31,5	8	
81	196	-	-	4,08	4,47	-	19,8	-	-	-	
80	195	5,3	-	4,10	4,50	-	20,0	55	30,5	7	
79	194	-	9,7	4,12	4,53	43	20,2	-	-	-	
78	193	-	-	4,14	4,56	-	20,4	54	29,5	6	
77	192	-	-	4,16	4,59	-	20,6	-	-	-	
76	191	-	9,8	4,18	4,62	42	20,8	53	28,5	5	
75	190	5,4	-	4,20	4,65	-	21,0	52	27,5	4	
74	189	-	-	4,22	4,68	-	21,2	51	26,5	3	
73	188	-	9,9	4,24	4,71	41	21,4	-	-	-	
72	187	-	-	4,26	4,74	-	21,6	50	25,5	2	
71	186	-	-	4,28	4,77	-	21,8	49	24,5	1	
70	185	5,5	10,0	4,30	4,80	40	22,0	-	-	-	
69	184	-	-	4,32	4,83	-	22,2	48	23,5	0	
68	183	-	-	4,34	4,86	39	22,4	-	-	-	
67	182	-	10,1	4,36	4,89	38	22,6	47	22,5	0	
66	181	-	-	4,38	4,92	-	22,8	46	21,5	0	
65	180	5,6	-	4,40	4,95	-	23,0	45	20,5	0	
64	179	-	10,2	4,42	4,98	37	23,2	-	-	-	
63	178	-	-	4,44	5,01	-	23,4	44	19,5	0	
62	177	-	-	4,46	5,04	36	23,6	-	-	-	
61	176	-	10,3	4,48	5,07	-	23,8	43	18,5	0	
60	175	5,7	-	4,50	5,10	35	24,0	42	17,5	0	
59	174	-	-	4,52	5,13	-	24,2	41	16,5	0	
58	173	-	10,4	4,54	5,16	34	24,4	-	-	-	
57	172	-	-	4,56	5,19	-	24,6	40	15,5	0	
56	171	-	-	4,58	5,22	33	24,8	-	-	-	
55	170	5,8	10,5	4,60	5,25	-	25,0	39	14,5	0	
54	169	-	-	4,62	5,28	32	25,2	-	-	-	
53	168	-	10,6	4,64	5,31	-	25,4	38	13,5	0	
52	167	-	-	4,66	5,34	31	25,6	-	-	-	
51	166	-	-	4,68	5,37	-	25,8	37	12,5	0	

Результат, превышающий максимальный в таблице, дополнительными очками НЕ ОЦЕНИВАЕТСЯ

Таблица оценки результатов в видах испытаний ВФСК ГТО

МАЛЬЧИКИ 11-12 лет

Таблица 3

Очки	Длина с места	Бег		Лыжи 2 км	Стр ВП 5в	Стр ВП 10в	Гибкость (+/- см)	Плавание 50м	Поднимание туловища из положения лежа на спине 1 мин	Сред. разбег рук гаяк 3 мин	Подтягивание 3 мин
		60м	1,50м								
100	280	7,6	4,60	6,00	60	96	30	28,0	80	120	38
99	259	-	4,51	6,05	-	-	-	29,2	-	119	-
98	258	-	4,52	6,10	-	97	-	29,4	79	118	37
97	257	7,7	4,53	6,15	49	-	29	29,6	-	117	-
96	256	-	4,54	6,20	-	96	-	29,8	78	116	36
95	255	-	4,55	6,25	-	-	-	30,0	-	115	-
94	254	7,8	4,56	6,30	48	95	28	30,2	77	114	35
93	253	-	4,57	6,35	-	-	-	30,4	-	113	-
92	252	-	4,58	6,40	-	94	-	30,6	76	112	34
91	251	7,9	4,59	6,45	47	-	27	30,8	-	111	-
90	250	-	5,00	6,50	-	93	-	31,0	75	110	33
89	249	-	5,02	6,56	-	-	31,3	-	-	109	-
88	248	8,0	5,04	7,02	46	92	26	31,6	74	108	32
87	247	-	5,06	7,08	-	-	-	31,9	-	107	-
86	246	-	5,08	7,14	-	91	-	32,2	73	106	31
85	245	8,1	5,10	7,20	45	-	26	32,5	-	105	-
84	244	-	5,12	7,26	-	90	-	32,8	72	104	30
83	243	-	5,14	7,32	-	-	33,1	-	-	103	-
82	242	8,2	5,16	7,38	44	89	24	33,4	71	102	29
81	241	-	5,18	7,44	-	-	-	33,7	-	101	-
80	240	-	5,20	7,50	-	88	-	34,0	70	100	28
79	239	8,3	5,22	7,56	43	-	23	34,4	-	99	-
78	238	-	5,24	8,02	-	87	-	35,2	69	98	27
77	237	-	5,26	8,08	-	-	-	35,6	68	97	-
76	236	8,4	5,28	8,14	42	86	22	35,8	-	96	26
75	235	-	5,30	8,20	-	85	-	36,0	-	95	-
74	234	-	5,32	8,26	-	84	-	36,4	67	94	25
73	233	8,5	5,34	8,32	41	83	21	36,8	-	93	-
72	232	-	5,36	8,38	-	82	-	37,2	66	92	24
71	231	-	5,38	8,44	-	81	-	37,6	-	91	-
70	230	8,6	5,40	8,50	40	80	20	38,0	65	90	23
69	229	-	5,42	8,57	-	79	-	38,4	-	89	-
68	228	-	5,44	9,04	39	78	-	38,8	64	88	22
67	227	8,7	5,46	9,11	-	77	19	39,2	-	87	-
66	226	-	5,48	9,18	38	76	-	39,6	63	86	21
65	225	-	5,50	9,25	-	75	-	40,0	-	85	-
64	224	8,8	5,52	9,32	37	74	18	40,5	62	84	20
63	223	-	5,54	9,39	-	73	-	41,0	-	83	-
62	222	-	5,56	9,46	36	72	-	41,5	61	82	19
61	221	8,9	5,58	9,53	-	71	17	42,0	-	81	-
60	220	-	6,00	10,00	35	70	-	42,6	60	80	18
59	218	-	6,03	10,08	-	69	-	43,2	-	78	-
58	216	9,0	6,06	10,16	34	68	16	43,8	59	76	17
57	214	-	6,09	10,24	-	67	-	44,4	-	74	-
56	212	-	6,12	10,32	33	66	-	45,0	58	72	-
55	210	9,1	6,15	10,40	-	65	15	45,6	-	70	16
54	208	-	6,18	10,48	32	64	-	46,6	57	68	-
53	206	-	6,21	10,56	-	63	-	47,4	-	66	-
52	204	9,2	6,24	11,04	31	62	14	48,2	56	64	15
51	202	-	6,27	11,12	-	61	-	49,0	-	62	-

Таблица 3 (продолжение)

Очки	Длина с места	Бег		Лыжи 2 км	Стр ВП 5в	Стр ВП 10в	Гибкость (+/- см)	Плавание 50м	Поднимание туловища из положения лежа на спине 1 мин	Сред. разбег рук гаяк 3 мин	Подтягивание 3 мин
		60м	1,50м								
50	200	-	6,30	11,20	30	60	-	50,0	55	60	-
49	198	9,3	6,33	11,28	-	59	13	51,0	-	58	14
48	196	-	6,36	11,36	29	58	-	52,0	54	56	-
47	194	-	6,39	11,44	-	57	-	53,0	-	54	-
46	192	9,4	6,42	11,52	28	56	12	54,0	53	52	13
45	190	-	6,45	12,00	-	55	-	55,0	-	50	-
44	188	9,5	6,49	12,08	27	54	-	56,0	52	48	-
43	186	-	6,53	12,16	-	53	11	57,0	-	46	12
42	184	9,6	6,57	12,24	26	52	-	58,0	51	44	-
41	182	-	6,61	12,32	-	51	-	59,0	-	42	-
40	180	9,7	7,05	12,40	25	50	10	1,00,0	50	40	11
39	178	-	7,09	12,48	-	49	-	1,01,0	49	39	-
38	176	9,8	7,13	12,56	24	48	-	1,02,0	48	38	-
37	174	-	7,17	13,04	-	47	9	1,03,0	47	37	10
36	172	9,9	7,21	13,12	23	46	-	1,04,0	46	36	-
35	170	-	7,25	13,20	-	45	-	1,05,0	45	35	-
34	168	10,0	7,30	13,28	22	44	8	1,06,0	44	34	9
33	166	-	7,35	13,36	-	43	-	1,07,0	43	33	-
32	164	10,1	7,40	13,44	21	42	-	1,08,0	42	32	-
31	162	-	7,45	13,52	-	41	7	1,09,0	41	31	-
30	160	10,2	7,50	14,00	20	40	-	1,10,0	40	30	8
29	157	10,3	7,55	14,08	-	39	-	1,12,0	39	29	-
28	154	10,4	8,00	14,16	19	38	6	1,14,0	38	28	-
27	151	10,5	8,05	14,24	-	37	-	1,16,0	37	27	-
26	148	10,6	8,10	14,32	18	36	-	1,18,0	36	26	7
25	145	10,7	8,15	14,40	-	35	5	1,20,0	35	25	-
24	142	10,8	8,20	14,48	17	34	-	1,22,0	34	24	-
23	139	10,9	8,25	14,56	-	33	-	1,24,0	33	23	-
22	136	11,0	8,30	15,04	16	32	4	1,26,0	32	22	6
21	133	11,1	8,35	15,12	-	31	-	1,28,0	31	21	-
19	127	11,3	8,46	15,30	15	30	-	1,29,0	30	20	-
18	124	11,4	8,52	15,40	14	28	-	1,26,0	28	18	5
17	121	11,1	8,58	15,50	-	27	-	1,29,0	27	17	-
16	118	11,6	9,04	16,00	13	26	2	1,32,0	26	16	-
15	115	11,3	9,10	16,10	-	25	-	1,35,0	25	15	-
14	112	11,8	9,16	16,20	12	24	-	1,36,0	24	14	4
13	109	11,5	9,22	16,30	-	23	1	1,41,0	23	13	-
12	106	12,0	9,28	16,40	11	22	-	1,44,0	22	12	-
11	103	11,8	9,34	16,50	-	21	-	1,47,0	21	11	-
10	100	12,4	9,40	17,00	10	20	0	1,50,0	20	10	3
9	96	12,2	9,47	17,15	9	18	-	1,54,0	18	9	-
8	92	12,8	9,54	17,30	8	16	-	1,58,0	16	8	-
7	88	13,0	10,02	17,45	7	14	-	2,02,0	14	7	-
6	84	13,2	10,10	18,00	6	12	-	2,06,0	12	6	2
5	80	13,5	10,20	18,20	5	10	-	2,10,0	10	5	-
4	76	13,8	10,35	18,40	4	8	-	2,14,0	8	4	-
3	71	14,1	10,50	19,00	3	6	-	2,18,0	6	3	-
2	66	14,5	11,10	19,30	2	4	-	2,23,0	4	2	1
1	60	16,0	11,30	20,00	1	2	-	2,30,0	2	1	-

Результат, превышающий максимальный в таблице, дополнительными очками не оценивается

Таблица оценки результатов в видах испытаний ВФСК ГТО
ДЕВОЧКИ 11-12 лет

Таблица 4 (продолжение)

Очки	Длина с места	Бег		Лыжи 2 км	Стр ВП 5м	Стр ВП 10м	Гибкость (+/-см)	Плавание 50м	Поднимание туловища из положения лежа на спине 1 мин	Сгибание разбег 3 мин
		60м	1,5км							
56	180	9,9	6,50	12,00	30	60	-	55,0	50	20
49	178	-	6,54	12,08	-	59	16	56,0	-	-
48	176	10,0	6,58	12,16	29	58	-	57,0	40	19
47	174	-	7,02	12,24	-	57	-	58,0	-	-
46	172	10,1	7,06	12,32	28	56	17	59,0	48	18
45	170	-	7,10	12,40	-	55	-	1,00,0	-	-
44	168	10,2	7,14	12,48	27	54	-	1,01,0	47	17
43	166	-	7,18	12,56	-	53	16	1,02,0	-	-
42	164	10,3	7,22	13,04	26	52	-	1,03,0	46	16
41	162	-	7,26	13,12	-	51	-	1,04,0	-	-
40	160	10,4	7,30	13,20	25	50	15	1,05,0	45	15
39	158	-	7,35	13,30	-	49	-	1,06,0	-	-
38	156	10,5	7,40	13,40	24	48	14	1,08,0	44	14
37	154	-	7,45	13,50	-	47	-	1,10,0	43	-
36	152	10,6	7,50	14,00	23	46	13	1,12,0	42	13
35	150	-	7,55	14,10	-	45	-	1,14,0	41	-
34	148	10,7	8,00	14,20	22	44	12	1,16,0	40	12
33	146	-	8,05	14,30	-	43	-	1,18,0	39	-
32	144	10,8	8,10	14,40	21	42	11	1,20,0	38	11
31	142	10,9	8,15	14,50	-	41	-	1,22,0	37	-
30	140	11,0	8,20	15,00	20	40	10	1,24,0	36	10
29	138	11,1	8,26	15,10	-	39	-	1,26,0	35	-
28	136	11,2	8,32	15,20	19	38	9	1,28,0	34	-
27	134	11,3	8,38	15,30	-	37	-	1,30,0	33	9
26	132	11,4	8,44	15,40	18	36	8	1,32,0	32	-
25	130	11,5	8,50	15,50	-	35	-	1,35,0	31	-
24	128	11,6	8,56	16,00	17	34	7	1,38,0	30	8
23	126	11,7	9,02	16,15	-	33	-	1,41,0	29	-
22	124	11,8	9,08	16,30	16	32	6	1,44,0	28	-
21	122	11,9	9,14	16,45	-	31	-	1,47,0	27	7
20	120	12,0	9,20	17,00	15	30	5	1,49,0	26	-
19	117	12,1	9,27	17,15	-	29	-	1,53,0	25	-
18	114	12,2	9,34	17,30	14	28	4	1,56,0	24	6
17	111	12,3	9,42	17,45	-	27	-	1,59,0	23	-
16	108	12,4	9,51	18,00	13	26	3	2,02,0	22	-
15	105	12,5	10,00	18,30	-	25	-	2,05,0	21	5
14	102	12,6	10,10	18,40	12	24	2	2,08,0	20	-
13	99	12,7	10,20	19,00	-	23	-	2,11,0	19	-
12	96	12,8	10,30	19,20	11	22	1	2,14,0	18	4
11	93	12,9	10,40	19,40	-	21	-	2,17,0	17	-
10	90	13,0	10,50	20,00	10	20	0	2,20,0	16	-
9	86	13,2	11,00	20,20	9	18	-	2,23,0	15	9
8	82	13,4	11,10	20,40	8	16	-1	2,26,0	14	-
7	78	13,6	11,20	21,00	7	14	-	2,29,0	13	-
6	74	13,8	11,30	21,35	6	12	-2	2,32,0	12	2
5	70	14,1	11,45	21,50	5	10	-	2,35,0	10	-
4	66	14,4	12,00	22,20	4	8	-3	2,38,0	8	-
3	61	15,0	12,20	22,50	3	6	-4	2,42,0	6	1
2	56	15,5	12,40	23,20	2	4	-4	2,46,0	4	-
1	50	16,0	13,00	24,00	1	2	-5	2,50,0	2	-

Результат, превышающий максимальный в таблице, дополнительными очками НЕ ОЦЕНИВАЕТСЯ

Таблица 4

Очки	Длина с места	Бег		Лыжи 2 км	Стр ВП 5м	Стр ВП 10м	Гибкость (+/-см)	Плавание 50м	Поднимание туловища из положения лежа на спине 1 мин	Сгибание разбег 3 мин
		60м	1,5км							
100	230	8,2	5,10	6,30	50	90	35	31,0	75	100
99	229	-	5,11	6,36	-	89	-	31,2	-	99
98	228	-	5,12	6,42	-	87	-	31,4	74	98
97	227	8,3	5,13	6,48	49	86	34	31,6	-	94
96	226	-	5,14	6,54	-	85	-	31,8	73	92
95	225	-	5,15	7,00	-	84	-	32,0	-	90
94	224	8,4	5,16	7,06	48	86	33	32,2	72	88
93	223	-	5,17	7,12	-	83	-	32,4	-	86
92	222	-	5,18	7,18	-	84	-	32,6	71	84
91	221	8,5	5,19	7,24	47	82	32	32,8	-	82
90	220	-	5,20	7,30	-	83	-	33,0	70	80
89	219	-	5,22	7,36	-	82	-	33,2	-	78
88	218	8,6	5,24	7,42	46	82	31	33,5	69	76
87	217	-	5,26	7,48	-	81	-	33,8	-	74
86	216	-	5,28	7,54	-	81	-	34,1	68	72
85	215	8,7	5,30	8,00	45	80	30	34,4	-	70
84	214	-	5,32	8,06	-	80	-	34,7	67	68
83	213	-	5,34	8,12	-	79	-	35,0	-	66
82	212	8,8	5,36	8,18	44	80	29	35,4	66	64
81	211	-	5,38	8,24	-	79	-	35,8	-	62
80	210	-	5,40	8,30	-	88	-	36,2	65	60
79	209	8,9	5,42	8,36	43	80	28	36,5	-	58
78	208	-	5,44	8,42	-	87	-	37,0	64	56
77	207	-	5,46	8,48	-	86	-	37,5	-	54
76	206	9,0	5,48	8,54	42	86	27	38,0	63	52
75	205	-	5,50	9,00	-	85	-	38,5	-	50
74	204	-	5,52	9,06	-	84	-	39,0	62	48
73	203	9,1	5,54	9,12	41	83	26	39,5	-	46
72	202	-	5,56	9,18	-	82	-	40,0	61	44
71	201	-	5,58	9,24	-	81	-	40,5	-	42
70	200	9,2	6,00	9,30	40	80	25	41,0	60	40
69	199	-	6,02	9,36	-	79	-	41,5	-	38
68	198	-	6,04	9,42	39	78	24	42,0	59	38
67	197	9,3	6,06	9,48	-	77	-	42,5	-	37
66	196	-	6,08	9,54	38	76	23	43,0	58	36
65	195	-	6,10	10,00	-	75	-	43,5	-	35
64	194	9,4	6,12	10,06	37	74	23	44,0	57	34
63	193	-	6,14	10,16	-	73	-	44,6	-	33
62	192	-	6,16	10,24	36	72	-	45,2	56	32
61	191	9,5	6,18	10,32	-	71	-	45,8	-	31
60	190	-	6,20	10,40	35	70	22	46,4	55	30
59	189	-	6,23	10,48	-	69	-	47,0	-	29
58	188	9,6	6,26	10,56	34	68	21	47,5	54	28
57	187	-	6,29	11,04	-	67	-	48,6	-	27
56	186	-	6,32	11,12	33	66	-	49,4	53	26
55	185	9,7	6,35	11,20	32	65	20	50,2	52	25
54	184	-	6,38	11,28	31	64	-	51,0	51	24
53	183	-	6,41	11,36	30	63	-	52,0	50	23
52	182	9,8	6,44	11,44	31	62	19	53,0	49	22
51	181	-	6,47	11,52	-	61	-	54,0	-	21

Таблица оценки результатов в видах испытаний ВФСК ПО ЮНОШИ 13-15 лет

Таблица 5

Очки	Бег				Льжи 3 км	Стр ВП 5в	Стр ВП 10в	Глубокость (+/- см)	Плавание 50м	Подъемные тубышки из поплавка льда на спине 1 мин	Подтягивание 3 мин
	Длина с места	60м	1км	2 км							
100	300	7,0	2,40	6,00	8,00	50	88	33	26,6	90	45
99	299	-	2,41	6,02	8,05	-	-	-	26,8	-	-
98	298	-	2,42	6,04	8,10	-	97	-	27,0	89	44
97	297	7,1	2,43	6,06	8,15	49	-	32	27,2	-	-
96	296	-	2,44	6,08	8,20	-	96	-	27,4	88	43
95	295	-	2,45	6,10	8,25	-	-	-	27,6	-	-
94	294	7,2	2,46	6,12	8,30	48	95	31	27,8	87	42
93	293	-	2,47	6,14	8,35	-	-	-	28,0	-	-
92	292	-	2,48	6,16	8,40	-	94	-	28,2	86	41
91	291	7,3	2,49	6,18	8,45	47	-	30	28,4	-	-
90	290	-	2,50	6,20	8,50	-	93	-	28,6	85	40
89	289	-	2,51	6,22	8,55	-	-	-	28,8	-	-
88	288	7,4	2,52	6,24	8,60	46	92	29	29,0	84	39
87	287	-	2,53	6,26	8,65	-	-	-	29,2	-	-
86	286	-	2,54	6,28	8,70	-	91	-	29,4	83	38
85	285	7,5	2,55	6,30	8,75	45	-	28	30,2	-	-
84	284	-	2,56	6,32	8,80	-	90	-	30,5	82	37
83	283	-	2,57	6,34	8,85	-	-	-	30,8	-	-
82	282	7,6	2,58	6,36	8,90	44	89	27	31,2	81	36
81	281	-	2,59	6,38	8,95	-	-	-	31,6	-	-
80	280	-	3,00	6,40	9,50	-	88	-	32,0	80	35
79	279	7,7	3,01	6,42	9,55	43	-	26	32,4	-	-
78	278	-	3,02	6,44	10,02	-	87	-	32,8	79	34
77	277	-	3,03	6,46	10,08	-	-	-	33,2	-	-
76	276	7,8	3,04	6,48	10,14	42	86	25	33,6	78	33
75	275	-	3,05	6,50	10,20	-	85	-	34,0	-	-
74	274	-	3,06	6,52	10,26	-	84	-	34,4	77	32
73	273	7,9	3,07	6,54	10,32	41	83	24	34,8	-	-
72	272	-	3,08	6,56	10,38	-	82	-	35,2	76	31
71	271	-	3,09	6,58	10,44	-	81	-	35,6	-	-
70	270	8,0	3,10	7,00	10,50	40	80	23	36,0	75	30
69	269	-	3,11	7,03	10,57	-	79	-	36,4	-	-
68	268	-	3,12	7,06	11,04	39	78	-	36,8	74	29
67	267	8,1	3,13	7,09	11,11	-	77	22	37,2	-	-
66	266	-	3,14	7,12	11,18	38	-	-	38,0	-	-
65	265	-	3,15	7,15	11,25	-	75	-	38,4	73	28
64	264	8,2	3,16	7,18	11,32	37	74	21	38,8	-	-
63	263	-	3,17	7,21	11,39	-	73	-	39,2	72	27
62	262	-	3,18	7,24	11,46	36	72	-	39,6	-	-
61	261	8,3	3,19	7,27	11,53	-	71	20	40,0	71	26
60	260	-	3,20	7,30	12,00	35	70	-	40,5	70	25
59	259	-	3,21	7,33	12,08	-	69	-	41,0	-	-
58	258	8,4	3,22	7,36	12,16	34	68	19	41,5	69	24
57	257	-	3,23	7,39	12,24	-	67	-	42,0	-	-
56	256	8,5	3,24	7,42	12,32	33	66	18	42,5	68	23
55	255	-	3,25	7,45	12,40	-	65	-	43,0	-	-
54	254	8,6	3,26	7,48	12,48	32	64	17	43,5	67	22
53	253	-	3,27	7,51	12,56	-	63	-	44,0	-	-
52	252	8,7	3,28	7,54	13,04	31	62	16	44,5	66	21
51	251	-	3,29	7,57	13,12	-	61	-	45,2	-	-

Таблица 5 (продолжение)

Очки	Бег				Льжи 3 км	Стр ВП 5в	Стр ВП 10в	Глубокость (+/- см)	Плавание 50м	Подъемные тубышки из поплавка льда на спине 1 мин	Подтягивание 3 мин
	Длина с места	60м	1км	2 км							
50	250	8,8	3,30	8,00	13,20	30	60	15	48,0	65	20
49	249	-	3,31	8,04	13,30	-	59	-	48,9	-	-
48	248	8,9	3,32	8,08	13,40	29	58	14	47,6	64	19
47	247	-	3,33	8,12	13,50	-	57	-	48,4	-	-
46	246	9,0	3,34	8,16	14,00	28	56	13	49,2	63	18
45	245	-	3,35	8,20	14,10	-	55	-	50,0	-	-
44	244	9,1	3,36	8,24	14,20	27	54	12	51,0	62	17
43	243	-	3,37	8,28	14,30	-	53	-	52,0	-	-
42	242	9,2	3,38	8,32	14,40	26	52	11	53,0	61	16
41	241	-	3,39	8,36	14,50	-	51	-	54,0	-	-
40	240	9,3	3,40	8,40	15,00	25	50	10	55,0	60	15
39	239	-	3,42	8,44	15,12	-	49	-	56,0	59	14
38	238	9,4	3,44	8,48	15,24	24	48	9	57,0	58	13
37	237	-	3,46	8,52	15,36	-	47	-	58,0	57	-
36	236	9,5	3,48	8,56	15,48	23	46	8	59,0	56	12
35	235	-	3,50	9,00	16,00	-	45	-	1,00,0	55	-
34	234	9,6	3,52	9,04	16,12	22	44	7	1,01,0	54	11
33	233	-	3,54	9,08	16,24	-	43	-	1,02,0	53	-
32	232	9,7	3,56	9,12	16,36	21	42	6	1,03,0	52	-
31	231	-	3,58	9,16	16,48	-	41	-	1,04,0	51	11
30	230	9,8	4,00	9,20	17,00	20	40	5	1,05,0	50	-
29	229	-	4,03	9,26	17,15	-	39	-	1,06,0	49	-
28	228	10,0	4,06	9,32	17,30	19	38	4	1,07,0	48	10
27	227	-	4,10	9,38	17,45	-	37	-	1,08,0	47	-
26	226	10,2	4,14	9,46	18,00	18	36	3	1,09,0	46	-
25	225	-	4,18	9,54	18,20	-	35	-	1,10,0	45	9
24	224	10,4	4,22	10,02	18,40	17	34	2	1,12,0	44	-
23	223	-	4,26	10,10	19,00	-	33	-	1,14,0	43	-
22	222	10,6	4,30	10,20	19,20	16	32	1	1,16,0	42	8
21	221	-	4,35	10,30	19,40	-	31	-	1,18,0	41	-
20	220	10,8	4,40	10,40	20,00	15	30	0	1,20,0	40	-
19	219	-	4,45	10,50	20,20	-	29	-	1,22,0	39	7
18	218	11,0	4,50	11,00	20,40	14	28	-1	1,24,0	38	-
17	217	-	4,55	11,10	21,00	-	27	-	1,26,0	37	-
16	216	11,2	5,00	11,20	21,20	13	26	-2	1,28,0	36	6
15	215	-	5,06	11,30	21,45	-	25	-	1,30,0	35	-
14	214	11,4	5,12	11,40	22,10	12	24	-3	1,32,0	34	-
13	213	-	5,18	11,50	22,35	-	23	-	1,34,0	32	5
12	212	11,6	5,24	12,00	23,00	11	22	-4	1,36,0	30	-
11	211	-	5,32	12,10	23,30	-	21	-	1,38,0	28	-
10	210	12,0	5,40	12,20	24,00	10	20	-5	1,40,0	26	4
9	209	-	5,50	12,30	24,30	9	18	-	1,42,0	24	-
8	208	12,4	6,00	12,40	25,00	8	16	-6	1,44,0	22	-
7	207	-	6,10	12,50	25,40	7	14	-	1,46,0	20	3
6	206	12,8	6,20	13,10	26,20	6	12	-7	1,48,0	18	-
5	205	-	6,30	13,30	27,00	5	10	-	1,50,0	15	-
4	204	13,3	6,45	14,00	27,40	4	8	-8	1,52,0	12	2
3	203	-	7,00	14,30	28,20	3	6	-	1,54,0	9	-
2	202	14,0	7,25	15,20	29,10	2	4	-9	1,57,0	6	-
1	201	-	7,50	16,00	30,00	1	2	-10	2,00,0	3	1

Результат, превышающий максимальный в таблице, дополнительными очками не оценивается

Таблица оценки результатов в видах испытаний ВФСК ГТО
Девушки 13-15 лет

Таблица 6 (продолжение)

Счет	Длина с места	Бег			Спр ВП 5м	Спр ВП 10м	Глубина (м-сек)	Плавания 50м	Подъемные туловища из положения лежа на спине 1 мин	Сгибание разгиб рук 3 мин
		60м	100м	200м						
58	280	-	4.18	9.10	15.10	30	49	50.9	58	40
49	198	9.5	4.12	9.16	15.27	58	58	51.0	-	38
48	196	-	4.14	9.22	15.34	29	59	52.0	49	38
47	194	-	4.16	9.28	15.47	-	57	53.0	-	37
46	192	9.6	4.18	9.34	16.00	26	56	54.0	46	36
45	190	-	4.20	9.40	16.15	-	55	55.0	-	35
44	188	-	4.22	9.46	16.30	27	54	56.0	47	34
43	186	9.7	4.24	9.52	16.45	-	53	57.0	-	33
42	184	-	4.26	9.58	17.00	26	52	58.0	46	32
41	182	-	4.28	10.04	17.15	-	51	59.0	-	31
40	180	9.8	4.30	10.10	17.30	25	50	1.00.0	45	30
39	178	-	4.33	10.17	17.45	-	49	1.02.0	-	29
38	176	-	4.36	10.24	18.00	24	48	1.04.0	44	28
37	174	9.9	4.39	10.31	18.15	-	47	1.06.0	-	27
36	172	-	4.42	10.38	18.45	23	46	1.08.0	43	26
35	170	-	4.45	10.45	18.45	-	45	1.10.0	-	25
34	168	10.0	4.48	10.52	19.00	22	44	1.12.0	42	24
33	166	-	4.51	10.59	19.15	-	43	1.14.0	-	23
32	164	10.1	4.54	11.06	19.30	21	42	1.16.0	41	22
31	162	-	4.57	11.13	19.45	-	41	1.18.0	-	21
30	160	10.2	5.00	11.20	20.00	20	40	1.20.0	40	20
29	157	10.3	5.04	11.26	20.15	-	38	1.22.0	-	19
28	154	10.4	5.08	11.36	20.30	19	38	1.24.0	39	18
27	151	10.5	5.12	11.44	20.45	-	37	1.26.0	-	17
26	148	10.6	5.16	11.52	21.00	18	36	1.28.0	38	16
25	145	10.7	5.20	12.00	21.20	-	35	1.30.0	-	15
24	142	10.8	5.24	12.08	21.40	17	34	1.32.0	37	14
23	139	10.9	5.28	12.16	22.00	-	33	1.34.0	-	13
22	136	11.0	5.32	12.24	22.20	16	32	1.36.0	36	12
21	133	11.1	5.36	12.32	22.40	-	31	1.38.0	-	11
20	130	11.2	5.40	12.40	23.00	15	30	1.40.0	35	10
19	127	11.3	5.45	12.48	23.25	-	29	1.43.0	34	9
18	124	11.4	5.50	12.58	23.50	14	28	1.46.0	33	9
17	121	11.5	5.55	13.07	24.15	-	27	1.49.0	32	-
16	118	11.6	6.00	13.16	24.40	13	26	1.52.0	31	8
15	115	11.7	6.06	13.25	25.10	-	25	1.55.0	30	-
14	112	11.8	6.12	13.34	25.40	12	24	1.58.0	29	7
13	109	11.9	6.18	13.43	26.10	-	23	2.01.0	28	-
12	106	12.0	6.24	13.52	26.40	11	22	2.04.0	27	6
11	103	12.1	6.32	14.01	27.20	-	21	2.07.0	26	-
10	100	12.2	6.40	14.10	28.00	10	20	2.10.0	25	5
9	96	12.4	6.50	14.20	28.40	9	18	2.13.0	18	-
8	97	12.6	7.00	14.30	29.20	8	16	2.16.0	16	4
7	89	12.8	7.10	14.40	30.10	7	14	2.19.0	14	-
6	84	13.0	7.20	15.00	31.00	6	12	2.22.0	12	3
5	80	13.3	7.30	15.25	31.50	5	10	2.25.0	10	-
4	76	13.6	7.45	15.50	32.40	4	8	2.28.0	8	2
3	71	14.0	8.00	16.20	33.40	3	6	2.32.0	6	-
2	66	14.5	8.30	17.10	34.50	2	4	2.36.0	4	1
1	60	15.0	8.40	18.00	36.00	1	2	2.40.0	2	-

Таблица 6

Счет	Длина с места	Бег			Спр ВП 5м	Спр ВП 10м	Глубина (м-сек)	Плавания 50м	Подъемные туловища из положения лежа на спине 1 мин	Сгибание разгиб рук 3 мин
		60м	100м	200м						
100	298	7.8	3.48	6.50	8.59	68	40	29.8	65	120
99	299	-	3.01	6.52	8.56	-	-	29.2	84	118
98	298	-	3.02	6.54	9.02	67	-	29.4	83	118
97	297	7.9	3.03	6.56	9.08	49	39	29.6	82	114
96	296	-	3.04	6.58	9.14	58	-	29.8	81	112
95	295	-	3.05	7.00	9.20	-	30.0	30.0	80	110
94	294	8.0	3.06	7.02	9.26	48	38	30.2	79	108
93	293	-	3.07	7.04	9.32	-	30.4	30.4	78	106
92	292	-	3.08	7.06	9.38	-	30.6	30.6	77	104
91	291	8.1	3.09	7.08	9.44	47	37	30.8	76	102
90	290	-	3.10	7.10	9.50	-	31.0	31.0	75	100
89	289	-	3.11	7.12	9.57	-	31.2	31.2	74	98
88	288	8.2	3.12	7.14	10.04	46	36	31.3	73	96
87	287	-	3.13	7.16	10.11	-	31.6	31.6	72	94
86	286	-	3.14	7.18	10.18	-	31.9	31.9	71	92
85	285	8.3	3.15	7.20	10.25	45	35	32.2	70	90
84	284	-	3.16	7.22	10.32	-	32.3	32.3	69	88
83	283	-	3.17	7.24	10.39	-	32.8	32.8	68	86
82	282	8.4	3.18	7.26	10.46	44	34	33.2	67	84
81	281	-	3.19	7.28	10.53	-	33.6	33.6	66	82
80	280	-	3.20	7.30	11.00	-	34.0	34.0	65	80
79	279	8.5	3.21	7.33	11.07	43	33	34.4	64	78
78	278	-	3.22	7.36	11.14	-	34.8	34.8	64	76
77	277	-	3.23	7.39	11.21	-	35.2	35.2	63	74
76	276	8.6	3.24	7.42	11.28	42	32	35.6	63	72
75	275	-	3.25	7.45	11.35	-	36.0	36.0	62	70
74	274	-	3.26	7.48	11.42	-	36.4	36.4	62	68
73	273	8.7	3.27	7.51	11.49	41	31	36.8	61	66
72	272	-	3.28	7.54	11.56	-	37.2	37.2	61	64
71	271	-	3.29	7.57	12.03	-	37.6	37.6	60	62
70	270	8.8	3.30	8.00	12.10	40	30	38.0	60	60
69	269	-	3.32	8.03	12.18	-	38.5	38.5	59	58
68	268	-	3.34	8.06	12.26	39	29	39.0	59	56
67	267	8.9	3.36	8.09	12.34	38	28	39.5	58	57
66	266	-	3.38	8.12	12.42	-	40.0	40.0	58	56
65	265	-	3.40	8.15	12.50	-	40.5	40.5	57	55
64	264	9.0	3.42	8.18	12.58	37	27	41.0	57	54
63	263	-	3.44	8.21	13.06	-	41.5	41.5	56	53
62	262	-	3.46	8.24	13.14	36	26	42.0	56	52
61	261	9.1	3.48	8.27	13.22	-	42.5	42.5	55	51
60	260	-	3.50	8.30	13.30	35	25	43.0	55	50
59	259	-	3.52	8.34	13.40	-	43.6	43.6	54	49
58	258	9.2	3.54	8.38	13.50	34	24	44.2	54	48
57	257	-	3.56	8.42	14.00	-	44.8	44.8	53	47
56	256	-	3.58	8.46	14.10	33	23	45.4	53	46
55	255	9.3	4.00	8.50	14.20	32	22	46.0	52	45
54	254	-	4.02	8.54	14.30	32	22	46.8	52	44
53	253	-	4.04	8.58	14.40	31	21	47.6	51	43
52	252	9.4	4.08	9.02	14.50	30	20	48.4	51	42
51	251	-	4.08	9.06	15.00	-	49.2	49.2	50	41

Результат, превышающий максимальный в таблице, дополняемый очками НЕ ОЦЕНИВАЕТСЯ

Таблица 7
Таблица оценки результатов взрослых в многоборьях ВФСК ГТО юноши и мужчины 16-39 лет

Очки	Бег										Стрельба					Гибкость (%-см)	Подтяг. на переклад. 4 мин	Длина с места	
	100 м					3 км					Лыжня	Потачм тулов.	МВ	ВП					
	60 м	100 м	1 км	2 км	3 км	5 м	10 в	5 в	10 в	10 м				10 м	10 м				10 м
100	6,7	10,7	2,30	5,25	8,30	12,00	90	90	90	98	11,0	24,0	30,0	30,0	66	340			
99	-	-	2,31	5,26	8,32	12,07	-	-	-	97	11,1	24,2	-	-	64	339			
98	-	-	2,32	5,27	8,34	12,14	-	-	-	97	11,2	24,4	-	-	63	338			
97	6,8	10,8	2,33	5,28	8,36	12,21	-	-	-	96	11,3	24,6	29	-	62	337			
96	-	-	2,34	5,29	8,38	12,28	-	-	-	96	11,4	24,8	-	-	61	336			
95	-	-	2,35	5,30	8,40	12,35	-	-	-	95	11,5	25,0	28	-	60	335			
94	6,9	10,9	2,36	5,31	8,42	12,42	-	-	-	97	11,6	25,2	-	-	59	334			
93	-	-	2,37	5,32	8,44	12,49	-	-	-	94	11,7	25,4	-	-	58	333			
92	-	-	2,38	5,33	8,46	12,56	-	-	-	94	11,8	25,6	-	-	57	332			
91	7,0	11,0	2,39	5,34	8,48	13,03	-	-	-	96	11,9	25,8	27	-	56	331			
90	-	-	2,40	5,35	8,50	13,10	-	-	-	93	12,0	26,0	56	330	55	330			
89	-	-	2,41	5,36	8,52	13,17	-	-	-	92	12,1	26,2	-	-	54	329			
88	7,1	11,1	2,42	5,37	8,54	13,24	-	-	-	92	12,2	26,4	26	-	53	328			
87	-	-	2,43	5,38	8,56	13,31	-	-	-	91	12,3	26,6	-	-	52	327			
86	-	-	2,44	5,39	8,58	13,38	-	-	-	91	12,4	26,8	-	-	51	326			
85	7,2	-	2,45	5,40	9,00	13,45	-	-	-	90	12,5	27,0	25	-	50	325			
84	-	-	2,46	5,42	9,02	13,52	-	-	-	90	12,6	27,2	-	-	49	324			
83	-	-	2,47	5,44	9,04	13,59	-	-	-	89	12,7	27,4	-	-	48	323			
82	7,3	11,4	2,48	5,46	9,06	14,06	-	-	-	89	12,8	27,6	24	-	47	322			
81	-	-	2,49	5,48	9,08	14,13	-	-	-	88	12,9	27,8	-	-	46	321			
80	-	-	2,50	5,50	9,10	14,20	-	-	-	88	13,0	28,0	45	320	45	320			
79	7,4	-	2,51	5,52	9,12	14,27	-	-	-	87	13,2	28,4	-	-	44	319			
78	-	-	2,52	5,54	9,14	14,34	-	-	-	87	13,2	28,4	-	-	43	318			
77	-	-	2,53	5,56	9,18	14,41	-	-	-	85	13,3	29,6	-	-	42	316			
76	7,5	11,7	2,54	5,58	9,19	14,48	-	-	-	86	13,4	29,8	22	-	41	312			
75	-	-	2,55	6,00	9,22	14,55	-	-	-	85	13,5	29,0	-	-	40	310			
74	-	-	2,56	6,02	9,25	15,02	-	-	-	84	13,6	29,2	-	-	39	308			
73	7,6	-	2,57	6,04	9,28	15,09	-	-	-	83	13,7	29,4	21	-	38	306			
72	-	-	2,58	6,06	9,31	15,16	-	-	-	82	13,8	29,6	-	-	37	304			
71	-	-	2,59	6,08	9,34	15,23	-	-	-	81	13,9	29,8	-	-	36	302			
70	7,7	12,0	3,00	6,10	9,37	16,30	-	-	-	88	14,0	30,0	20	-	36	300			
69	-	-	3,01	6,12	9,40	16,37	-	-	-	79	14,1	30,2	-	-	34	298			
68	-	-	3,02	6,14	9,43	16,44	-	-	-	78	14,2	30,4	-	-	33	296			
67	7,8	-	3,03	6,16	9,46	16,51	-	-	-	77	14,3	30,6	19	-	32	294			
66	-	-	3,04	6,18	9,49	16,58	-	-	-	76	14,4	30,8	-	-	31	292			
65	-	-	3,05	6,20	9,52	16,65	-	-	-	75	14,5	31,0	-	-	30	290			
64	7,9	12,3	3,06	6,22	9,55	16,72	-	-	-	85	14,6	31,2	18	-	29	288			
63	-	-	3,07	6,24	9,58	16,79	-	-	-	73	14,7	31,4	-	-	28	286			
62	-	-	3,08	6,26	10,01	16,86	-	-	-	84	14,8	31,6	-	-	28	284			
61	8,0	-	3,09	6,28	10,04	16,93	-	-	-	71	14,9	31,8	17	-	28	282			
60	-	-	3,10	6,30	10,07	17,00	-	-	-	83	15,0	32,0	-	-	27	280			
59	-	-	3,11	6,32	10,10	17,07	-	-	-	89	15,1	32,2	-	-	26	278			
58	8,1	12,6	3,12	6,34	10,13	17,14	-	-	-	88	15,2	32,4	16	-	26	276			
57	-	-	3,13	6,36	10,16	17,21	-	-	-	87	15,3	32,6	-	-	25	274			
56	-	-	3,14	6,38	10,19	17,28	-	-	-	81	15,4	32,8	-	-	25	272			
55	8,2	-	3,15	6,40	10,22	17,35	-	-	-	86	15,5	33,0	15	-	24	270			
54	-	-	3,16	6,42	10,25	17,42	-	-	-	82	15,6	33,2	-	-	24	268			
53	-	-	3,17	6,44	10,28	17,49	-	-	-	83	15,7	33,4	-	-	23	266			
52	8,3	12,9	3,18	6,46	10,31	17,56	-	-	-	79	15,8	34,0	14	-	23	264			
51	-	-	3,19	6,48	10,34	17,63	-	-	-	81	15,9	34,5	-	-	23	262			

Результат, превышающий максимальный в таблице, дополнительно оценивается числом очков, кратным верхнему "шагу" шкалы вида

Таблица 7 (продолжение)

Очки	Бег										Стрельба					Гибкость (%-см)	Подтяг. на переклад. 4 мин	Длина с места	
	100 м					3 км					Лыжня	Потачм тулов.	МВ	ВП					
	60 м	100 м	1 км	2 км	3 км	5 м	10 в	5 в	10 в	10 м				10 м	10 м				10 м
50	6,4	13,0	3,20	6,50	10,37	17,50	-	-	-	85	39	78	30	60	18,0	35,0	22	280	
49	-	-	3,21	6,52	10,40	18,00	-	-	-	84	-	-	-	59	16,2	35,5	13	268	
48	8,5	13,1	3,22	6,54	10,44	18,10	-	-	-	84	-	-	-	59	16,4	36,0	21	266	
47	-	-	3,23	6,57	10,48	18,20	-	-	-	83	-	-	-	57	16,6	36,5	-	254	
46	8,6	13,2	3,24	7,00	10,52	18,30	-	-	-	83	38	76	28	56	16,8	37,0	20	252	
45	-	-	3,25	7,03	10,56	18,40	-	-	-	82	-	-	-	55	17,0	37,5	-	250	
44	8,7	13,3	3,26	7,06	11,00	18,50	-	-	-	82	-	-	-	55	17,2	38,0	19	249	
43	-	-	3,27	7,09	11,04	19,00	-	-	-	81	-	-	-	53	17,4	38,5	11	246	
42	8,8	13,4	3,28	7,12	11,08	19,10	-	-	-	81	37	74	26	62	17,6	39,0	18	244	
41	-	-	3,29	7,15	11,12	19,20	-	-	-	80	-	-	-	51	17,8	39,5	-	242	
40	8,9	13,5	3,30	7,16	11,16	19,30	-	-	-	80	73	25	60	18,0	40,0	10	240		
39	-	-	3,31	7,21	11,20	19,45	-	-	-	79	-	-	-	49	18,3	41,0	-	238	
38	9,0	13,6	3,32	7,24	11,24	20,00	-	-	-	78	36	72	24	48	18,6	42,0	16	236	
37	-	-	3,33	7,27	11,28	20,15	-	-	-	77	-	-	-	47	19,0	43,0	9	234	
36	9,1	13,7	3,34	7,30	11,32	20,30	-	-	-	77	71	23	46	19,4	44,0	15	232		
35	-	-	3,35	7,33	11,36	20,50	-	-	-	76	-	-	-	45	19,8	45,0	-	230	
34	9,2	13,8	3,36	7,36	11,40	21,10	-	-	-	76	35	70	22	44	20,2	46,0	14	228	
33	-	-	3,37	7,39	11,45	21,30	-	-	-	75	-	-	-	43	20,6	47,0	-	226	
32	9,3	13,9	3,38	7,42	11,50	21,50	-	-	-	75	69	21	42	21,0	48,0	-	224		
31	-	-	3,39	7,46	11,55	22,10	-	-	-	74	-	-	-	41	21,5	49,0	7	222	
30	9,4	14,0	3,40	7,50	12,00	22,30	-	-	-	74	68	20	40	22,0	50,0	12	220		
29	-	-	3,42	7,56	12,08	22,50	-	-	-	73	-	-	-	39	22,5	51,0	-	218	
28	9,5	14,1	3,44	8,02	12,16	23,10	-	-	-	73	67	19	38	23,0	52,0	6	216		
27	-	-	3,46	8,08	12,24	23,35	-	-	-	72	-	-	-	37	23,5	53,0	21	214	
26	9,6	14,2	3,48	8,14	12,32	24,00	-	-	-	72	66	18	36	24,0	54,0	10	212		
25	-	-	3,50	8,20	12,40	24,30	-	-	-	71	-	-	-	35	24,5	55,0	-	210	
24	9,7	14,3	3,53	8,28	12,50	25,00	-	-	-	71	32	14	34	25,0	56,0	9	208		
23	-	-	3,56	8,36	13,00	25,30	-	-	-	70	-	-	-	33	25,5	57,0	-	206	
22	9,8	14,4	3,59	8,43	13,10	26,00	-	-	-	70	62	16	32	26,0	58,0	4	204		
21	9,9	-	4,01	8,52	13,20	26,30	-	-	-	69	-	-	-	31	26,5	59,0	-	202	
20	10,0	14,5	4,04	9,00	13,30	27,00	-	-	-	69	60	15	30	27,0	100,0	-	200		
19	10,1	14,6	4,08	9,08	13,40	27,30	-	-	-	68	59	29	29	27,6	1,02,0	3	198		
18	10,2	14,7	4,12	9,16	13,52	28,00	-	-	-	68	58	14	28	28,2	1,04,0	-	196		
17	10,3	14,8	4,16	9,24	14,04	28,30	-	-	-	67	56	14	28	28,2	1,06,0	-	194		
16	10,4	14,9	4,22	9,32	14,16	29,15	-	-	-	67	52	13	26	29,8	1,08,0	2	192		
15	10,5	15,0	4,30	9,40	14,28	30,00	-	-	-	66	50	12	24	31,4	1,12,0	-	190		
14	10,6	15,2	4,38	9,54	14,40	30,45	-	-											

Таблица 8
Таблица оценки результатов в видах испытаний ВФСК ГТО
девушки и женщины 16 - 39 лет

Очки	Бег						Стрельба			Подъем			Плывание			Службе-разбег		Длина с места
	100 м		500 м		1 км		Лыжи 3 км +/-	ВП 10м	ВП 5 в 10 в	Тул. в	Гибк. +/-	3 км	50 м	50 м	рук 4 мин	4 мин		
	60 м	7,8	12,3	1,15	2,51	6,12											8,05	
99			12,4	1,165	2,53	6,14	8,10	34	74	7,9	13,2	28,4	156	268				
98			12,5	1,170	2,54	6,16	8,20	33	73	7,8	13,3	28,6	153	267				
97			12,6	1,175	2,55	6,20	8,25	33	72	7,7	13,4	28,8	150	266				
96			12,7	1,180	2,56	6,22	8,30	33	72	7,6	13,5	29,0	148	265				
95			12,8	1,185	2,57	6,24	8,35	32	71	7,5	13,6	29,2	144	264				
94			12,9	1,190	2,58	6,26	8,40	32	71	7,4	13,7	29,4	141	263				
93			13,0	1,195	2,59	6,28	8,45	32	71	7,3	13,8	29,6	139	262				
92			13,1	1,200	3,00	6,30	8,50	31	70	7,2	13,9	29,8	135	261				
91			13,2	1,205	3,01	6,32	8,55	31	70	7,1	14,0	30,0	132	260				
90			13,3	1,210	3,02	6,34	8,60	31	69	7,0	14,1	30,2	129	259				
89			13,4	1,215	3,03	6,36	8,65	30	68	6,9	14,2	30,4	126	258				
88			13,5	1,220	3,04	6,38	8,70	30	68	6,8	14,3	30,6	124	257				
87			13,6	1,225	3,05	6,40	8,75	30	67	6,7	14,4	30,8	122	256				
86			13,7	1,230	3,06	6,42	8,80	30	67	6,6	14,5	31,0	120	255				
85			13,8	1,235	3,07	6,44	8,85	29	66	6,5	14,6	31,2	118	254				
84			13,9	1,240	3,08	6,46	8,90	29	66	6,4	14,7	31,4	116	253				
83			14,0	1,245	3,09	6,50	8,95	28	65	6,3	14,8	31,6	114	252				
82			14,1	1,250	3,10	6,53	9,00	28	64	6,2	14,9	31,8	112	251				
81			14,2	1,255	3,11	6,56	9,05	27	63	6,1	15,0	32,0	110	250				
80			14,3	1,260	3,12	6,59	9,10	27	63	6,0	15,1	32,2	108	249				
79			14,4	1,265	3,13	6,62	9,15	26	62	5,9	15,2	32,4	106	248				
78			14,5	1,270	3,14	6,66	9,20	26	61	5,8	15,3	32,6	104	247				
77			14,6	1,275	3,15	6,70	9,25	25	60	5,7	15,4	32,8	102	246				
76			14,7	1,280	3,16	6,74	9,30	25	60	5,6	15,5	33,0	100	245				
75			14,8	1,285	3,17	6,78	9,35	24	59	5,5	15,6	33,2	98	244				
74			14,9	1,290	3,18	6,82	9,40	24	58	5,4	15,7	33,4	96	243				
73			15,0	1,295	3,19	6,86	9,45	23	57	5,3	15,8	33,6	94	242				
72			15,1	1,300	3,20	6,90	9,50	23	56	5,2	15,9	33,8	92	241				
71			15,2	1,305	3,21	6,94	9,55	22	55	5,1	16,0	34,0	90	240				
70			15,3	1,310	3,22	6,98	9,60	22	54	5,0	16,1	34,2	88	239				
69			15,4	1,315	3,23	7,02	9,65	21	53	4,9	16,2	34,4	86	238				
68			15,5	1,320	3,24	7,06	9,70	21	52	4,8	16,3	34,6	84	237				
67			15,6	1,325	3,25	7,10	9,75	20	51	4,7	16,4	34,8	82	236				
66			15,7	1,330	3,26	7,14	9,80	20	50	4,6	16,5	35,0	80	235				
65			15,8	1,335	3,27	7,18	9,85	19	49	4,5	16,6	35,2	78	234				
64			15,9	1,340	3,28	7,22	9,90	19	48	4,4	16,7	35,4	76	233				
63			16,0	1,345	3,29	7,26	9,95	18	47	4,3	16,8	35,6	74	232				
62			16,1	1,350	3,30	7,30	10,00	18	46	4,2	16,9	35,8	72	231				
61			16,2	1,355	3,31	7,34	10,05	17	45	4,1	17,0	36,0	70	230				
60			16,3	1,360	3,32	7,38	10,10	17	44	4,0	17,1	36,2	68	228				
59			16,4	1,365	3,33	7,42	10,15	16	43	3,9	17,2	36,4	66	226				
58			16,5	1,370	3,34	7,46	10,20	16	42	3,8	17,3	36,6	64	224				
57			16,6	1,375	3,35	7,50	10,25	15	41	3,7	17,4	36,8	62	222				
56			16,7	1,380	3,36	7,54	10,30	15	40	3,6	17,5	37,0	60	220				
55			16,8	1,385	3,37	7,58	10,35	14	39	3,5	17,6	37,2	58	218				
54			16,9	1,390	3,38	7,62	10,40	14	38	3,4	17,7	37,4	56	216				
53			17,0	1,395	3,39	7,66	10,45	13	37	3,3	17,8	37,6	54	214				
52			17,1	1,400	3,40	7,70	10,50	13	36	3,2	17,9	37,8	52	212				
51			17,2	1,405	3,41	7,74	10,55	12	35	3,1	18,0	38,0	50	210				

Результат, превышающий максимальный в таблице, дополнительно оценивается числом очков, кратным верхнему "шагу" шкалы вида

Таблица 8

Очки	Бег						Стрельба			Подъем			Плывание			Службе-разбег		Длина с места
	100 м		500 м		1 км		Лыжи 3 км +/-	ВП 10м	ВП 5 в 10 в	Тул. в	Гибк. +/-	3 км	50 м	50 м	рук 4 мин	4 мин		
	60 м	9,4	14,8	1,40	4,10	8,60											12,20	
49			9,5	1,41	4,12	8,54	12,30	18	59	18,2	41,0	48	208					
48			9,6	1,42	4,14	8,58	12,40	18	58	18,5	42,0	46	206					
47			9,7	1,43	4,16	8,62	12,50	17	57	18,8	43,0	44	204					
46			9,8	1,44	4,18	8,66	12,60	17	56	19,2	44,0	42	202					
45			9,9	1,45	4,20	8,70	12,70	16	55	19,6	45,0	40	200					
44			10,0	1,46	4,22	8,74	12,80	16	54	20,0	46,0	38	198					
43			10,1	1,47	4,24	8,78	12,90	16	53	20,5	47,0	36	196					
42			10,2	1,48	4,26	8,82	13,00	15	52	21,0	48,0	34	194					
41			10,3	1,49	4,28	8,86	13,10	15	51	21,5	49,0	32	192					
40			10,4	1,50	4,30	8,90	13,20	15	50	22,0	50,0	30	190					
39			10,5	1,51	4,32	8,94	13,30	14	49	22,5	51,0	29	188					
38			10,6	1,52	4,34	8,98	13,40	14	48	23,0	52,0	28	186					
37			10,7	1,53	4,36	9,02	13,50	14	47	23,5	53,0	27	184					
36			10,8	1,54	4,38	9,06	13,60	13	46	24,0	54,0	26	182					
35			10,9	1,55	4,40	9,10	13,70	13	45	24,5	55,0	25	180					
34			11,0	1,56	4,42	9,14	13,80	12	44	25,0	56,0	24	178					
33			11,1	1,57	4,44	9,18	13,90	12	43	25,5	57,0	23	176					
32			11,2	1,58	4,46	9,22	14,00	11	42	26,0	58,0	22	174					
31			11,3	1,59	4,48	9,26	14,10	11	41	26,5	59,0	21	172					
30			11,4	1,60	4,50	9,30	14,20	10	40	27,0	60,0	20	170					
29			11,5	1,61	4,52	9,34	14,30	10	39	27,5	61,0	19	168					
28			11,6	1,62	4,54	9,38	14,40	9	38	28,0	62,0	18	166					
27			11,7	1,63	4,56	9,42	14,50	9	37	28,5	63,0	17	164					
26			11,8	1,64	4,58	9,46	14,60	8	36	29,0	64,0	16	162					
25			11,9	1,65	4,60	9,50	14,70	8	35	30,0	65,0	15	160					
24			12,0	1,66	4,62	9,54	14,80	7	34	31,0	66,0	14	158					
23			12,1	1,67	4,64	9,58	14,90	7	33	32,0	67,0	13	156					
22			12,2	1,68	4,66	9,62	15,00	6	32	33,0	68,0	12	154					
21			12,3	1,69	4,68	9,66	15,10	6	31	34,0	69,0	11	152					
20			12,4	1,70	4,70	9,70	15,20	5	30	35,0	70,0	10	150					
19			12,5	1,71	4,72	9,74	15,30	5	29	36,0	71,0	9	148					
18			12,6	1,72	4,74	9,78	15,40	4	28	37,0	72,0	8	146					
17			12,7	1,73	4,76	9,82	15,50	4	27	38,0	73,0	7	144					
16			12,8	1,74	4,78	9,86	15,60	3	26	39,0	74,0	6	142					
15			12,9	1,75	4,80	9,90	15,70	3	25	40,0	75,0	5	140					
14			13,0	1,76	4,82	9,94	15,80	2	24	41,0	76,0	4	138					
13			13,1	1,77	4,84	9,98	15,90	2	23	42,0	77,0	3	136					
12			13,2	1,78	4,86	10,02	16,00	1	22	43,0	78,0	2	134					
11			13,3	1,7														