

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ УКРАЇНИ



ЗАТВЕРДЖУЮ

Голова приймальної комісії НУФВСУ

Є. В. Імас

ПРОГРАМА  
творчого конкурсу  
для здобуття ступеня бакалавра

за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт

спеціалізація – тренерська діяльність в обраному виді спорту

(види спорту: вейкбординг, веслувальний слалом, веслування академічне,

веслування на байдарках і каное, веслування на човнах «Дракон»,

вітрильний спорт, водне поло, підводний спорт, плавання,

плавання синхронне, стрибки у воду)

Відповідальний секретар  
приймальної комісії НУФВСУ

В. П. Семененко

2019 рік

## ВЕЙКБОРДИНГ

Бали	Норматив: Кікер (трамплін), захід на вибір, кут обертання чол., жін.	Примітка:
200	720	Бездоганне виконання обов'язкових технічних елементів: 2 айг-трюки з перехватом, починаючи з приводнення у блаінд, 2 трюки на джиббовій фігурі (довільні) з виконанням перехватів та пресів
199	720	
198	720	
197	720	
196	720	
195	720	
194	720	
193	720	
192	720	
191	720	
190	540	Може бути незначна помилка у виконанні обов'язкових технічних елементів: 2 айг-трюки з перехватом, починаючи з приводнення у блаінд, 2 трюки на джиббовій фігурі (довільні) з виконанням перехватів та пресів
189	540	
188	540	
187	540	
186	540	
185	540	
184	540	
183	540	
182	540	
181	540	
180	540	Трапляються окремі помилки у виконанні обов'язкових технічних елементів: 2 айг-трюки з перехватом, починаючи з приводнення у блаінд, 2 трюки на джиббовій фігурі (довільні) з виконанням перехватів та пресів
179	540	
178	540	
177	540	
176	540	
175	540	
174	540	
173	540	
172	540	
171	540	
170	540	Трапляється декілька значних помилок у виконанні обов'язкових технічних елементів: 2 айг-трюки з перехватом, починаючи з приводнення у блаінд, 2 трюки на джиббовій фігурі (довільні) з виконанням перехватів та пресів
169	540	
168	540	
167	540	
166	540	
165	540	
164	540	
163	540	
162	540	
161	540	
160	360	Може бути незначна помилка у виконанні обов'язкових технічних елементів: айг-трюк (рейлі, бек-рол, фронтфліп чи сбенд на вибір), 2 трюки на джиббовій фігурі (довільні)
159	360	
158	360	
157	360	
156	360	
155	360	
154	360	
153	360	
152	360	
151	360	
150	360	Трапляються окремі помилки у виконанні обов'язкових технічних елементів: айг-трюк (рейлі, бек-рол, фронтфліп чи сбенд на вибір), 2 трюки на джиббовій фігурі (довільні)
149	360	
148	360	
147	360	
146	360	
145	360	

144	360		
143	360		
142	360		
141	360		
140	360	Трапляються багато значних помилок у виконанні обов'язкових технічних елементів: аіг-трюк (рейлі, бек-рол, фронтфліп чи сбенд на вибір), 2 трюки на джиббовій фігурі (довільні)	
139	360		
138	360		
137	360		
136	360		
135	360		
134	360		
133	360		
132	360		
131	360		
130	180		Трапляються окремі помилки у виконанні обов'язкових технічних елементів: аіг-трюк (рейлі чи бек – рол на вибір), 1 трюк на джиббовій фігурі (довільний)
129	180		
128	180		
127	180		
126	180		
125	180		
124	180		
123	180		
122	180		
121	180		
120	180		
119	180		
118	180		
117	180		
116	180		
115	180	Трапляються багато значних помилок у виконанні обов'язкових технічних елементів: аіг-трюк (рейлі чи бек – рол на вибір), 1 трюк на джиббовій фігурі (довільний)	
114	180		
113	180		
112	180		
111	180		
110	180		
109	180		
108	180		
107	180		
106	180		
105	180		
104	180		
103	180		
102	180		
101	180		
100	180		
<100	<180		Дискваліфікація, згідно з правилами змагань, невиконання технічних елементів.

\*Учасники вступних випробувань на час іспиту повинні мати інвентар, спортивну форму та обладнання, що відповідають правилам змагань з вейкбордінгу.

## ВЕСЛУВАЛЬНИЙ СЛАЛОМ

**Байдарка – одиночка (К-1), каное – одиночка (С-1), дистанція 200 метрів – спортивний норматив**

Бали	1.Норматив: К-1, 200 м., чол.	2.Норматив: С-1, 200 м., чол.	3.Норматив: К-1, 200 м., жін.	Примітка:
200	01:08,0	01:18,0	01:18,0	Бездоганне виконання обов'язкових технічних елементів.
199	01:08,1	01:18,1	01:18,1	
198	01:08,2	01:18,2	01:18,2	
197	01:08,3	01:18,3	01:18,3	
196	01:08,4	01:18,4	01:18,4	
195	01:09,0	01:18,5	01:18,5	
194	01:09,5	01:18,6	01:18,6	
193	01:10,0	01:18,7	01:18,7	
192	01:10,2	01:18,8	01:18,8	
191	01:10,3	01:18,9	01:18,9	
190	01:10,9	01:19,0	01:19,0	Може бути незначна помилка у виконанні обов'язкових технічних елементів.
189	01:11,1	01:19,1	01:19,1	
188	01:11,2	01:19,2	01:19,2	
187	01:11,3	01:19,3	01:19,3	
186	01:11,4	01:19,4	01:19,4	
185	01:11,5	01:19,5	01:19,5	
184	01:11,6	01:19,6	01:19,6	
183	01:11,7	01:19,7	01:19,7	
182	01:11,8	01:19,8	01:19,8	
181	01:11,9	01:19,9	01:19,9	
180	01:12,1	01:20,1	01:20,1	Трапляються окремі помилки у виконанні обов'язкових технічних елементів.
179	01:12,3	01:20,3	01:20,3	
178	01:12,5	01:20,5	01:20,5	
177	01:12,7	01:20,7	01:20,7	
176	01:12,9	01:20,9	01:20,9	
175	01:13,1	01:21,1	01:21,1	
174	01:13,3	01:21,3	01:21,3	
173	01:13,5	01:21,5	01:21,5	
172	01:13,7	01:21,7	01:21,7	
171	01:13,9	01:21,9	01:21,9	
170	01:14,1	01:22,1	01:22,1	Трапляються значні помилки у виконанні обов'язкових технічних елементів.
169	01:14,3	01:22,3	01:22,3	
168	01:14,5	01:22,5	01:22,5	
167	01:14,7	01:22,7	01:22,7	
166	01:14,9	01:22,9	01:22,9	
165	01:15,1	01:23,1	01:23,1	
164	01:15,3	01:23,3	01:23,3	
163	01:15,5	01:23,5	01:23,5	
162	01:15,7	01:23,7	01:23,7	
161	01:15,9	01:23,9	01:23,9	
160	01:16,1	01:24,1	01:24,1	Трапляються багато значних помилок у виконанні обов'язкових технічних елементів
159	01:16,3	01:24,3	01:24,3	
158	01:16,5	01:24,5	01:24,5	
157	01:16,7	01:24,7	01:24,7	
156	01:16,9	01:24,9	01:24,9	
155	01:17,1	01:25,1	01:25,1	
154	01:17,3	01:25,3	01:25,3	
153	01:17,5	01:25,5	01:25,5	
152	01:17,7	01:25,7	01:25,7	
151	01:17,9	01:25,9	01:25,9	
150	01:18,1	01:26,1	01:26,1	Не виконані окремі технічні елементи.
149	01:18,3	01:26,3	01:26,3	
148	01:18,5	01:26,5	01:26,5	
147	01:18,7	01:26,7	01:26,7	
146	01:18,9	01:26,9	01:26,9	

145	01:19,1	01:27,1	01:27,1	
144	01:19,3	01:27,3	01:27,3	
143	01:19,5	01:27,5	01:27,5	
142	01:19,7	01:27,7	01:27,7	
141	01:19,9	01:27,9	01:27,9	
140	01:20,2	01:28,2	01:28,2	
139	01:20,5	01:28,5	01:28,5	
138	01:20,8	01:28,8	01:28,8	
137	01:21,1	01:29,1	01:29,1	
136	01:21,4	01:29,4	01:29,4	
135	01:21,7	01:29,7	01:29,7	
134	01:22,0	01:30,0	01:30,0	
133	01:22,3	01:30,3	01:30,3	
132	01:22,6	01:30,6	01:30,6	
131	01:22,9	01:30,9	01:30,9	
130	01:23,2	01:31,2	01:31,2	
129	01:23,5	01:31,5	01:31,5	
128	01:23,8	01:31,8	01:31,8	
127	01:24,1	01:32,1	01:32,1	
126	01:24,4	01:32,4	01:32,4	
125	01:24,7	01:32,7	01:32,7	
124	01:25,0	01:33,0	01:33,0	
123	01:25,3	01:33,3	01:33,3	
122	01:25,6	01:33,6	01:33,6	
121	01:26,2	01:34,2	01:34,2	
120	01:26,5	01:34,5	01:34,5	
119	01:26,8	01:34,8	01:34,8	
118	01:27,1	01:35,1	01:35,1	
117	01:27,4	01:35,4	01:35,4	
116	01:27,7	01:35,7	01:35,7	
115	01:28,0	01:36,0	01:36,0	
114	01:28,3	01:36,3	01:36,3	
113	01:28,6	01:36,6	01:36,6	
112	01:28,9	01:36,9	01:36,9	
111	01:29,2	01:37,2	01:37,2	
110	01:29,5	01:37,5	01:37,5	
109	01:29,8	01:37,8	01:37,8	
108	01:30,1	01:38,1	01:38,1	
107	01:30,4	01:38,4	01:38,4	
106	01:30,7	01:38,7	01:38,7	
105	01:31,0	01:39,0	01:39,0	
104	01:31,3	01:39,3	01:39,3	
103	01:31,6	01:39,6	01:39,6	
102	01:31,9	01:39,9	01:39,9	
101	01:32,2	01:40,2	01:40,2	
100	01:35,0	01:41,0	01:41,0	
<100	>01:35,0	>01:41,0	>01:41,0	Дискваліфікація, згідно з правилами змагань, невиконання технічних елементів.

\*Учасники вступних випробувань на час іспиту повинні мати інвентар, спортивну форму та обладнання, що відповідають правилам змагань з веслування на байдарках і каное.

\*В час подолання дистанції не входять обов'язкові технічні елементи, які виконуються окремо.

## АКАДЕМІЧНЕ ВЕСЛУВАННЯ

Бали	1-х		2-х	
	чоловіки до 35 років	жінки до 35 років	чоловіки до 35 років	жінки до 35 років
200	03:17,7	03:33,8	03:07,1	03:26,9
199	03:18,2	03:34,3	03:07,6	03:27,4
198	03:18,7	03:34,8	03:08,1	03:27,9
197	03:19,2	03:35,2	03:08,5	03:28,4
196	03:19,7	03:35,6	03:09,0	03:28,9
195	03:20,2	03:36,1	03:09,5	03:29,4
194	03:20,7	03:36,5	03:09,9	03:29,9
193	03:21,2	03:37,0	03:10,4	03:30,4
192	03:21,7	03:37,5	03:10,9	03:30,9
191	03:22,2	03:37,9	03:11,3	03:31,4
190	03:22,7	03:38,3	03:11,8	03:31,9
189	03:23,2	03:38,8	03:12,2	03:32,4
188	03:23,7	03:39,2	03:12,7	03:32,9
187	03:24,2	03:39,7	03:13,2	03:33,4
186	03:24,7	03:40,2	03:13,6	03:33,9
185	03:25,2	03:40,6	03:14,1	03:34,4
184	03:25,7	03:41,0	03:14,6	03:34,9
183	03:26,2	03:41,5	03:15,0	03:35,4
182	03:26,7	03:41,9	03:15,5	03:35,9
181	03:27,2	03:42,4	03:16,0	03:36,4
180	03:27,7	03:42,8	03:16,4	03:36,9
179	03:28,2	03:43,3	03:16,9	03:37,4
178	03:28,7	03:43,7	03:17,4	03:37,9
177	03:29,2	03:44,2	03:17,8	03:38,4
176	03:29,7	03:44,6	03:18,3	03:38,9
175	03:30,2	03:45,1	03:18,8	03:39,4
174	03:30,7	03:45,5	03:19,2	03:39,9
173	03:31,2	03:46,0	03:19,7	03:40,4
172	03:31,7	03:46,4	03:20,2	03:40,9
171	03:32,2	03:46,9	03:20,6	03:41,4
170	03:32,7	03:47,3	03:21,1	03:41,9
169	03:33,2	03:47,8	03:21,5	03:42,4
168	03:33,7	03:48,2	03:22,0	03:42,9
167	03:34,2	03:48,7	03:22,5	03:43,4
166	03:34,7	03:49,1	03:22,9	03:43,9
165	03:35,2	03:49,6	03:23,4	03:44,4
164	03:35,7	03:50,0	03:23,9	03:44,9
163	03:36,2	03:50,5	03:24,3	03:45,4
162	03:36,7	03:50,9	03:24,8	03:45,9
161	03:37,2	03:51,4	03:25,3	03:46,4
160	03:37,7	03:51,8	03:25,7	03:46,9
159	03:38,2	03:52,3	03:26,2	03:47,4
158	03:38,7	03:52,7	03:26,7	03:47,9
157	03:39,2	03:53,2	03:27,1	03:48,4
156	03:39,7	03:53,6	03:27,6	03:48,9
155	03:40,2	03:54,1	03:28,1	03:49,4
154	03:40,7	03:54,5	03:28,5	03:49,9
153	03:41,2	03:55,0	03:29,0	03:50,4
152	03:41,7	03:55,4	03:29,5	03:50,9
151	03:42,2	03:55,9	03:29,9	03:51,4
150	03:42,7	03:56,3	03:30,4	03:51,9

149	03:43,2	03:56,8	03:30,8	03:52,4
148	03:43,7	03:57,2	03:31,3	03:52,9
147	03:44,2	03:57,7	03:31,8	03:53,4
146	03:44,7	03:58,1	03:32,2	03:53,9
145	03:45,2	03:58,6	03:32,7	03:54,4
144	03:45,7	03:59,0	03:33,2	03:54,9
143	03:46,2	03:59,5	03:33,6	03:55,4
142	03:46,7	03:59,9	03:34,1	03:55,9
141	03:47,2	04:00,4	03:34,6	03:56,4
140	03:47,7	04:00,8	03:35,0	03:56,9
139	03:48,2	04:01,3	03:35,5	03:57,4
138	03:48,7	04:01,7	03:36,0	03:57,9
137	03:49,2	04:02,2	03:36,4	03:58,4
136	03:49,7	04:02,6	03:36,9	03:58,9
135	03:50,2	04:03,1	03:37,4	03:59,4
134	03:50,7	04:03,5	03:37,8	03:59,9
133	03:51,2	04:04,0	03:38,3	04:00,4
132	03:51,7	04:04,4	03:38,8	04:00,9
131	03:52,2	04:04,9	03:39,2	04:01,4
130	03:52,7	04:05,3	03:39,7	04:01,9
129	03:53,2	04:05,8	03:40,1	04:02,4
128	03:53,7	04:06,2	03:40,6	04:02,9
127	03:54,2	04:06,7	03:41,1	04:03,4
126	03:54,7	04:07,1	03:41,5	04:03,9
125	03:55,2	04:07,6	03:42,0	04:04,4
124	03:55,7	04:08,0	03:42,5	04:04,9
123	03:56,2	04:08,5	03:42,9	04:05,4
122	03:56,7	04:08,9	03:43,4	04:05,9
121	03:57,2	04:09,4	03:43,9	04:06,4
120	03:57,7	04:09,8	03:44,3	04:06,9
119	03:58,2	04:10,3	03:44,8	04:07,4
118	03:58,7	04:10,7	03:45,3	04:07,9
117	03:59,2	04:11,2	03:45,7	04:08,4
116	03:59,7	04:11,6	03:46,2	04:08,9
115	04:00,2	04:12,1	03:46,7	04:09,4
114	04:00,7	04:12,5	03:47,1	04:09,9
113	04:01,2	04:13,0	03:47,6	04:10,4
112	04:01,7	04:13,4	03:48,1	04:10,9
111	04:02,2	04:13,9	03:48,5	04:11,4
110	04:02,7	04:14,3	03:49,0	04:11,9
109	04:03,2	04:14,8	03:49,4	04:12,4
108	04:03,7	04:15,2	03:49,9	04:12,9
107	04:04,2	04:15,7	03:50,4	04:13,4
106	04:04,7	04:16,1	03:50,8	04:13,9
105	04:05,2	04:16,6	03:51,3	04:14,4
104	04:05,7	04:17,0	03:51,8	04:14,9
103	04:06,2	04:17,5	03:52,2	04:15,4
102	04:06,7	04:17,9	03:52,7	04:15,9
101	04:07,2	04:18,4	03:53,2	04:16,4
100	04:07,7	04:18,8	03:53,6	04:16,9

## АКАДЕМІЧНЕ ВЕСЛУВАННЯ

Бали	1-х		2-х	
	чоловіки після 35 років	жінки після 35 років	чоловіки після 35 років	жінки після 35 років
200	03:37,7	03:53,8	03:27,1	03:46,9
199	03:38,2	03:54,3	03:27,6	03:47,4
198	03:38,7	03:54,8	03:28,1	03:47,9
197	03:39,2	03:55,3	03:28,6	03:48,4
196	03:39,7	03:55,9	03:29,1	03:48,9
195	03:40,2	03:56,3	03:29,6	03:49,4
194	03:40,7	03:56,8	03:30,1	03:49,9
193	03:41,2	03:57,4	03:30,6	03:50,4
192	03:41,7	03:57,9	03:31,1	03:50,9
191	03:42,2	03:58,3	03:31,6	03:51,4
190	03:42,7	03:58,9	03:32,1	03:51,9
189	03:43,2	03:59,4	03:32,6	03:52,4
188	03:43,7	03:59,8	03:33,1	03:52,9
187	03:44,2	04:00,3	03:33,6	03:53,4
186	03:44,7	04:00,9	03:34,1	03:53,9
185	03:45,2	04:01,4	03:34,6	03:54,4
184	03:45,7	04:01,8	03:35,1	03:54,9
183	03:46,2	04:02,4	03:35,6	03:55,4
182	03:46,7	04:02,9	03:36,1	03:55,9
181	03:47,2	04:03,3	03:36,6	03:56,4
180	03:47,7	04:03,9	03:37,1	03:56,9
179	03:48,2	04:04,4	03:37,6	03:57,4
178	03:48,7	04:04,8	03:38,1	03:57,9
177	03:49,2	04:05,3	03:38,6	03:58,4
176	03:49,7	04:05,9	03:39,1	03:58,9
175	03:50,2	04:06,3	03:39,6	03:59,4
174	03:50,7	04:06,9	03:40,1	03:59,9
173	03:51,2	04:07,4	03:40,6	04:00,4
172	03:51,7	04:07,8	03:41,1	04:00,9
171	03:52,2	04:08,4	03:41,6	04:01,4
170	03:52,7	04:08,8	03:42,1	04:01,9
169	03:53,2	04:09,3	03:42,6	04:02,4
168	03:53,7	04:09,9	03:43,1	04:02,9
167	03:54,2	04:10,3	03:43,6	04:03,4
166	03:54,7	04:10,9	03:44,1	04:03,9
165	03:55,2	04:11,4	03:44,6	04:04,4
164	03:55,7	04:11,8	03:45,1	04:04,9
163	03:56,2	04:12,4	03:45,6	04:05,4
162	03:56,7	04:12,9	03:46,1	04:05,9
161	03:57,2	04:13,3	03:46,6	04:06,4
160	03:57,7	04:13,9	03:47,1	04:06,9
159	03:58,2	04:14,3	03:47,6	04:07,4
158	03:58,7	04:14,9	03:48,1	04:07,9
157	03:59,2	04:15,4	03:48,6	04:08,4
156	03:59,7	04:15,8	03:49,1	04:08,9
155	04:00,2	04:16,4	03:49,6	04:09,4
154	04:00,7	04:16,9	03:50,1	04:09,9
153	04:01,2	04:17,3	03:50,6	04:10,4
152	04:01,7	04:17,9	03:51,1	04:10,9



151	04:02,2	04:18,3	03:51,6	04:11,4
150	04:02,7	04:18,8	03:52,1	04:11,9
149	04:03,2	04:19,4	03:52,6	04:12,4
148	04:03,7	04:19,8	03:53,1	04:12,9
147	04:04,2	04:20,4	03:53,6	04:13,4
146	04:04,7	04:20,9	03:54,1	04:13,9
145	04:05,2	04:21,3	03:54,6	04:14,4
144	04:05,7	04:21,9	03:55,1	04:14,9
143	04:06,2	04:22,3	03:55,6	04:15,4
142	04:06,7	04:22,8	03:56,1	04:15,9
141	04:07,2	04:23,4	03:56,6	04:16,4
140	04:07,7	04:23,8	03:57,1	04:16,9
139	04:08,2	04:24,4	03:57,6	04:17,4
138	04:08,7	04:24,9	03:58,1	04:17,9
137	04:09,2	04:25,3	03:58,6	04:18,4
136	04:09,7	04:25,9	03:59,1	04:18,9
135	04:10,2	04:26,4	03:59,6	04:19,4
134	04:10,7	04:26,8	04:00,1	04:19,9
133	04:11,2	04:27,4	04:00,6	04:20,4
132	04:11,7	04:27,8	04:01,1	04:20,9
131	04:12,2	04:28,4	04:01,6	04:21,4
130	04:12,7	04:28,9	04:02,1	04:21,9
129	04:13,2	04:29,3	04:02,6	04:22,4
128	04:13,7	04:29,9	04:03,1	04:22,9
127	04:14,2	04:30,4	04:03,6	04:23,4
126	04:14,7	04:30,8	04:04,1	04:23,9
125	04:15,2	04:31,4	04:04,6	04:24,4
124	04:15,7	04:31,8	04:05,1	04:24,9
123	04:16,2	04:32,3	04:05,6	04:25,4
122	04:16,7	04:32,9	04:06,1	04:25,9
121	04:17,2	04:33,3	04:06,6	04:26,4
120	04:17,7	04:33,9	04:07,1	04:26,9
119	04:18,2	04:34,4	04:07,6	04:27,4
118	04:18,7	04:34,8	04:08,1	04:27,9
117	04:19,2	04:35,4	04:08,6	04:28,4
116	04:19,7	04:35,9	04:09,1	04:28,9
115	04:20,2	04:36,3	04:09,6	04:29,4
114	04:20,7	04:36,9	04:10,1	04:29,9
113	04:21,2	04:37,3	04:10,6	04:30,4
112	04:21,7	04:37,9	04:11,1	04:30,9
111	04:22,2	04:38,4	04:11,6	04:31,4
110	04:22,7	04:38,8	04:12,1	04:31,9
109	04:23,2	04:39,4	04:12,6	04:32,4
108	04:23,7	04:39,9	04:13,1	04:32,9
107	04:24,2	04:40,3	04:13,6	04:33,4
106	04:24,7	04:40,9	04:14,1	04:33,9
105	04:25,2	04:41,3	04:14,6	04:34,4
104	04:25,7	04:41,8	04:15,1	04:34,9
103	04:26,2	04:42,4	04:15,6	04:35,4
102	04:26,7	04:42,8	04:16,1	04:35,9
101	04:27,2	04:43,4	04:16,6	04:36,4
100	04:27,7	04:43,9	04:17,1	04:36,9

## ВЕСЛУВАННЯ НА БАЙДАРКАХ І КАНОЕ

Байдарка – одиночка (К-1), каное – одиночка (С-1), дистанція 200, 500 метрів – спортивний норматив

Бали	1.Норматив: К-1, 500 м., чол.	2.Норматив: С-1, 500 м., чол.	3.Норматив: К-1, 500 м., жін.	4.Норматив: С-1, 200 м., жін.	Примітка:
200	01:46,0	01:57,0	01:57,0	00:58,0	Виконання фальшстартів відповідно з правилами змагань
199	01:46,4	01:57,4	01:57,4	00:58,2	
198	01:46,9	01:57,9	01:57,9	00:58,6	
197	01:47,2	01:58,2	01:58,2	00:59,0	
196	01:47,7	01:58,7	01:58,7	00:59,4	
195	01:48,0	01:59,0	01:59,0	00:59,8	
194	01:48,4	01:59,4	01:59,4	01:00,0	
193	01:48,9	01:59,8	01:59,8	01:00,4	
192	01:49,2	02:00,0	02:00,0	01:00,6	
191	01:49,7	02:00,4	02:00,4	01:00,9	
190	01:50,0	02:00,6	02:00,6	01:01,1	
189	01:50,4	02:00,9	02:00,9	01:01,5	
188	01:50,9	02:01,1	02:01,1	01:02,0	
187	01:51,2	02:01,5	02:01,5	01:02,4	
186	01:51,7	02:02,0	02:02,0	01:02,7	
185	01:52,0	02:02,4	02:02,4	01:02,9	
184	01:52,4	02:02,7	02:02,7	01:03,2	
183	01:52,9	02:02,9	02:02,9	01:03,4	
182	01:53,2	02:03,2	02:03,2	01:03,6	
181	01:53,7	02:03,4	02:03,4	01:03,9	
180	01:54,0	02:03,6	02:03,6	01:04,2	
179	01:54,4	02:03,9	02:03,9	01:04,7	
178	01:54,9	02:04,2	02:04,2	01:04,9	
177	01:55,2	02:04,7	02:04,7	01:05,2	
176	01:55,7	02:04,9	02:04,9	01:05,4	
175	01:56,0	02:05,2	02:05,2	01:05,6	
174	01:56,4	02:05,4	02:05,4	01:05,7	
173	01:56,7	02:05,6	02:05,6	01:05,9	
172	01:57,0	02:05,7	02:05,7	01:06,1	
171	01:57,4	02:05,9	02:05,9	01:06,3	
170	01:57,9	02:06,1	02:06,1	01:06,8	
169	01:58,2	02:06,3	02:06,3	01:07,0	
168	01:58,7	02:06,8	02:06,8	01:07,2	
167	01:59,0	02:07,0	02:07,0	01:07,4	
166	01:59,4	02:07,2	02:07,2	01:07,5	
165	01:59,8	02:07,4	02:07,4	01:07,7	
164	02:00,0	02:07,5	02:07,5	01:07,9	
163	02:00,4	02:07,7	02:07,7	01:08,1	
162	02:00,6	02:07,9	02:07,9	01:08,3	
161	02:00,9	02:08,1	02:08,1	01:08,4	
160	02:01,1	02:08,3	02:08,3	01:08,6	
159	02:01,5	02:08,4	02:08,4	01:08,8	
158	02:02,0	02:08,6	02:08,6	01:09,0	
157	02:02,4	02:08,8	02:08,8	01:09,2	
156	02:02,7	02:09,0	02:09,0	01:09,4	
155	02:02,9	02:09,2	02:09,2	01:09,6	
154	02:03,2	02:09,4	02:09,4	01:09,9	
153	02:03,4	02:09,6	02:09,6	01:10,0	
152	02:03,6	02:09,9	02:09,9	01:10,1	
151	02:03,9	02:10,0	02:10,0	01:10,2	
150	02:04,2	02:10,1	02:10,1	01:10,3	
149	02:04,7	02:10,2	02:10,2	01:10,4	

148	02:04,9	02:10,3	02:10,3	01:10,5	Виконання фальшстартів відповідно з правилами змагань
147	02:05,2	02:10,4	02:10,4	01:10,6	
146	02:05,4	02:10,5	02:10,5	01:10,7	
145	02:05,6	02:10,6	02:10,6	01:10,9	
144	02:05,7	02:10,7	02:10,7	01:11,0	
143	02:05,9	02:10,9	02:10,9	01:11,1	
142	02:06,1	02:11,0	02:11,0	01:11,3	
141	02:06,3	02:11,1	02:11,1	01:11,4	
140	02:06,8	02:11,3	02:11,3	01:11,7	
139	02:07,0	02:11,4	02:11,4	01:12,0	
138	02:07,2	02:11,7	02:11,7	01:12,2	
137	02:07,4	02:12,0	02:12,0	01:12,3	
136	02:07,5	02:12,2	02:12,2	01:12,5	
135	02:07,7	02:12,3	02:12,3	01:12,7	
134	02:07,9	02:12,5	02:12,5	01:13,0	
133	02:08,1	02:12,7	02:12,7	01:13,2	
132	02:08,3	02:13,0	02:13,0	01:13,5	
131	02:08,4	02:13,2	02:13,2	01:13,7	
130	02:08,6	02:13,5	02:13,5	01:14,0	
129	02:08,8	02:13,7	02:13,7	01:14,1	
128	02:09,0	02:14,0	02:14,0	01:14,3	
127	02:09,2	02:14,1	02:14,1	01:14,4	
126	02:09,4	02:14,3	02:14,3	01:14,6	
125	02:09,6	02:14,4	02:14,4	01:14,7	
124	02:09,9	02:14,6	02:14,6	01:14,9	
123	02:10,0	02:14,7	02:14,7	01:15,0	
122	02:10,1	02:14,9	02:14,9	01:15,3	
121	02:10,2	02:15,0	02:15,0	01:15,7	
120	02:10,3	02:15,3	02:15,3	01:16,0	
119	02:10,4	02:15,7	02:15,7	01:16,5	
118	02:10,5	02:16,0	02:16,0	01:17,0	
117	02:10,6	02:16,5	02:16,5	01:17,5	
116	02:10,7	02:17,0	02:17,0	01:18,0	
115	02:10,9	02:17,5	02:17,5	01:18,5	
114	02:11,0	02:18,0	02:18,0	01:19,0	
113	02:11,1	02:18,5	02:18,5	01:19,5	
112	02:11,3	02:19,0	02:19,0	01:20,0	
111	02:11,4	02:19,5	02:19,5	01:20,5	
110	02:11,7	02:20,0	02:20,0	01:21,0	
109	02:12,0	02:20,5	02:20,5	01:21,5	
108	02:12,2	02:21,0	02:21,0	01:22,0	
107	02:12,3	02:21,5	02:21,5	01:22,5	
106	02:12,5	02:22,0	02:22,0	01:23,0	
105	02:12,7	02:22,5	02:22,5	01:23,5	
104	02:13,0	02:23,0	02:23,0	01:24,0	
103	02:13,2	02:23,5	02:23,5	01:24,5	
102	02:13,5	02:24,0	02:24,0	01:25,0	
101	02:13,7	02:24,5	02:24,5	01:25,5	
100	02:14,0	02:25,0	02:25,0	01:26,0	
<100	>02:14,0	>2:25,0	>2:25,0	>01:26,0	Дискваліфікація, згідно з правилами змагань

\*Учасники вступних випробувань на час іспиту повинні мати інвентар, спортивну форму та обладнання, що відповідають правилам змагань з веслування на байдарках і каное.

\*В час подолання дистанції входить похибка на силу та напрямок вітру.

**ВЕСЛУВАННЯ НА ЧОВНАХ «ДРАКОН»**  
**Аутригер – одиночка (А-1), 500 метрів – спортивний норматив**  
**Денна / заочна форма навчання**

<b>Бали</b>	<b>Норматив: А-1, 500 м., чоловіки</b>	<b>Норматив: А-1, 500 м., жінки</b>	<b>Примітка:</b>
200	02:50,0	03:10,0	Виконання фальшстартів відповідно з правилами змагань
199	02:50,4	03:10,5	
198	02:50,9	03:11,0	
197	02:51,4	03:11,4	
196	02:51,9	03:11,9	
195	02:52,4	03:12,4	
194	02:52,8	03:12,9	
193	02:53,4	03:13,4	
192	02:53,9	03:13,9	
191	02:54,5	03:14,4	
190	02:55,0	03:14,8	
189	02:55,4	03:14,4	
188	02:55,9	03:14,8	
187	02:56,4	03:15,3	
186	02:56,9	03:16,9	
185	02:57,4	03:17,3	
184	02:57,9	03:17,8	
183	02:58,4	03:18,3	
182	02:58,7	03:18,9	
181	02:59,1	03:19,4	
180	02:59,5	03:19,9	
179	03:00,0	03:20,5	
178	03:00,5	03:21,0	
177	03:00,9	03:21,5	
176	03:01,3	03:22,1	
175	03:01,7	03:22,6	
174	03:02,4	03:23,0	
173	03:02,9	03:23,4	
172	03:03,4	03:23,8	
171	03:03,9	03:24,3	
170	03:04,5	03:24,8	
169	03:04,9	03:25,3	
168	03:05,4	03:26,9	
167	03:05,9	03:27,4	
166	03:06,3	03:28,0	
165	03:06,8	03:28,5	
164	03:07,3	03:28,9	
163	03:07,7	03:29,4	
162	03:08,2	03:30,1	
161	03:08,6	03:30,5	
160	03:09,1	03:30,9	
159	03:09,5	03:31,4	
158	03:09,9	03:31,9	
157	03:10,3	03:32,5	
156	03:10,8	03:32,9	
155	03:11,3	03:33,5	
154	03:11,8	03:34,0	
153	03:12,4	03:34,4	
152	03:12,9	03:34,9	
151	03:13,4	03:35,4	
150	03:13,9	03:36,0	
149	03:14,4	03:36,5	
148	03:14,8	03:37,0	

147	03:14,4	03:37,5	Виконання фальшстартів відповідно з правилами змагань
146	03:14,8	03:38,0	
145	03:15,3	03:38,5	
144	03:16,9	03:39,0	
143	03:17,3	03:39,5	
142	03:17,8	03:40,0	
141	03:18,3	03:40,5	
140	03:18,9	03:41,0	
139	03:19,4	03:41,4	
138	03:20,8	03:41,9	
137	03:21,3	03:42,4	
136	03:21,8	03:42,9	
135	03:22,3	03:43,5	
134	03:22,8	03:43,9	
133	03:23,3	03:44,4	
132	03:23,9	03:44,9	
131	03:24,3	03:45,4	
130	03:24,8	03:46,9	
129	03:25,3	03:47,5	
128	03:25,9	03:47,9	
127	03:26,4	03:48,4	
126	03:26,9	03:48,9	
125	03:27,5	03:49,4	
124	03:28,0	03:50,0	
123	03:28,5	03:50,5	
122	03:28,9	03:51,0	
121	03:29,4	03:51,5	
120	03:30,0	03:52,0	
119	03:30,5	03:52,5	
118	03:30,9	03:53,0	
117	03:31,4	03:53,4	
116	03:31,9	03:53,8	
115	03:32,5	03:54,4	
114	03:32,9	03:54,9	
113	03:33,8	03:55,4	
112	03:34,4	03:55,9	
111	03:34,9	03:56,4	
110	03:35,4	03:56,8	
109	03:36,0	03:57,4	
108	03:36,5	03:57,8	
107	03:37,0	03:58,3	
106	03:37,5	03:58,8	
105	03:38,0	03:59,3	
104	03:38,5	04:00,9	
103	03:39,0	04:01,4	
102	03:40,5	04:01,9	
101	03:41,0	04:02,4	
100	03:41,5	04:02,9	
<100	>03:42,0	>4:03,4	Дискваліфікація, згідно з правилами змагань

\*Учасники вступних випробувань на час іспиту повинні мати інвентар, спортивну форму та обладнання, що відповідають правилам змагань з веслування на човнах «Дракон».

\*Під час подолання дистанції входить похибка на силу та напрямок вітру.

Контрольні нормативи вступних випробувань для вступників за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт, спеціалізація: «Тренерська діяльність в обраному виді спорту» (веслування на човнах «Дракон») підготувала викладач кафедри водних видів спорту Єременко Н.П.

## ВІТРИЛЬНИЙ СПОРТ

### Клас «Промінь» та «Містраль», дистанція 1500 метрів – спортивний норматив

Бали	Час подолання дистанції у класі «Промінь», чол., жін.	Час подолання дистанції у класі «Містраль», чол., жін.	Примітка:
200	31:40,0	20:00,0	Посісти перше місце серед абітурієнтів з вітрильного спорту, відсутність помилок на дистанції.
199	32:00,0	20:15,0	
198	32:20,0	20:30,0	
197	32:40,0	20:45,0	
196	33:00,0	21:00,0	
195	33:20,0	21:15,0	
194	33:40,0	21:30,0	
193	34:00,0	21:45,0	
192	34:20,0	22:00,0	
191	34:40,0	22:15,0	
190	35:00,0	22:30,0	Посісти друге місце серед абітурієнтів з вітрильного спорту, відсутність помилок на дистанції.
189	35:20,0	22:45,0	
188	35:40,0	23:00,0	
187	36:00,0	23:15,0	
186	36:20,0	23:30,0	
185	36:40,0	23:45,0	
184	37:00,0	24:00,0	
183	37:20,0	24:15,0	
182	37:40,0	24:30,0	
181	38:00,0	24:45,0	
180	38:20,0	25:00,0	Зайняти Третє місце серед абітурієнтів з вітрильного спорту, наявність однієї дрібної технічної помилки, що не суперечить правилам змагань.
179	38:40,0	25:15,0	
178	39:00,0	25:30,0	
177	39:20,0	25:45,0	
176	39:40,0	26:00,0	
175	40:00,0	26:15,0	
174	40:20,0	26:30,0	
173	40:40,0	26:45,0	
172	41:00,0	27:00,0	
171	41:20,0	27:15,0	
170	41:40,0	27:30,0	Наявність двох дрібних технічних помилок, що не суперечать правилам змагань.
169	42:00,0	27:45,0	
168	42:20,0	28:00,0	
167	42:40,0	28:15,0	
166	43:00,0	28:30,0	
165	43:20,0	28:45,0	
164	43:40,0	29:00,0	
163	44:00,0	29:15,0	
162	44:20,0	29:30,0	
161	44:40,0	29:45,0	
160	45:00,0	30:00,0	Наявність трьох та більше дрібних технічних помилок, що не суперечать правилам змагань.
159	45:15,0	30:30,0	
158	45:30,0	31:00,0	
157	45:45,0	31:30,0	
156	46:00,0	32:00,0	
155	46:15,0	32:30,0	
154	46:30,0	33:00,0	
153	46:45,0	33:30,0	
152	47:00,0	34:00,0	
151	47:15,0	34:30,0	
150	47:30,0	35:00,0	Наявність однієї та більше грубих помилок, попередження та
149	47:45,0	35:30,0	
148	48:00,0	36:00,0	
147	48:15,0	36:30,0	
146	48:30,0	37:00,0	

145	48:45,0	37:30,0	знаходження «під протестом»
144	49:00,0	38:00,0	
143	49:15,0	38:30,0	
142	49:30,0	39:00,0	
141	49:45,0	39:30,0	
140	50:00,0	40:00,0	
139	50:15,0	40:30,0	
138	50:30,0	41:00,0	
137	50:45,0	41:30,0	
136	51:00,0	42:00,0	
135	51:15,0	42:30,0	
134	51:30,0	43:00,0	
133	51:45,0	43:30,0	
132	52:00,0	44:00,0	
131	52:15,0	44:30,0	
130	52:30,0	45:00,0	
129	52:45,0	45:30,0	
128	53:00,0	46:00,0	
127	53:15,0	46:30,0	
126	53:30,0	47:00,0	
125	53:45,0	47:30,0	
124	54:00,0	48:00,0	
123	54:15,0	48:30,0	
122	54:30,0	49:00,0	
121	55:00,0	50:00,0	
120	55:15,0	50:30,0	
119	55:30,0	51:00,0	
118	55:45,0	51:30,0	
117	56:00,0	52:00,0	
116	56:15,0	52:30,0	
115	56:30,0	53:00,0	
114	56:45,0	53:30,0	
113	57:00,0	54:00,0	
112	57:15,0	54:30,0	
111	57:30,0	55:00,0	
110	57:45,0	55:30,0	
109	58:00,0	56:00,0	
108	58:15,0	56:30,0	
107	58:30,0	57:00,0	
106	58:45,0	57:30,0	
105	59:00,0	58:00,0	
104	59:15,0	58:30,0	
103	59:30,0	59:00,0	
102	59:45,0	59:30,0	
101	1:00:00,0	1:00:00,0	
100	1:05:00,0	1:05:00,0	
<100	<1:05:00,0	<1:05:00,0	Дискваліфікація, згідно з правилами змагань, грубе порушення техніки безпеки.

\*Учасники вступних випробувань на час іспиту повинні мати інвентар, спортивну форму та обладнання, що відповідають правилам змагань з веслування на байдарках і каное.

\*Учасники вступних випробувань повинні вміти самостійно налаштувати дистанцію змагань «1-4-1-2-3-4-фініш» відповідно до погодних умов.

\*В час подолання дистанції входить похибка на силу вітру.

## ВОДНЕ ПОЛО

Бали	Визначення часу пропливання 3x25 м в/ст, с.		Прийом та передача м'яча партнерові у воді протягом 1 хв. (кіл-ть помилок)		Прийом та передача м'яча трьома різними способами по 30 с.		Кидки м'яча на дальність з води: сильною рукою, м.	
	чол. до 35 років	жін. до 35 років	чол. до 35 років	жін. до 35 років	чол. до 35 років	жін. до 35 років	чол. до 35 років сил. р.	жін. до 35 років сил. р.
200	13,00	14,50	0	0	1	1	20	18
199	13,50	15,00	-	-	-	-	-	-
198	14,00	15,50	-	-	-	-	-	-
197	14,50	16,00	-	-	-	-	-	-
196	15,00	16,50	-	-	-	-	-	-
195	15,25	16,75	-	-	-	-	-	-
194	15,30	16,80	-	-	-	-	-	-
193	15,35	16,85	-	-	-	-	-	-
192	15,40	16,90	-	-	-	-	-	-
191	15,45	16,95	-	-	-	-	-	-
190	15,50	17,00	1	1	2	2	19	17
189	15,55	17,05	-	-	-	-	-	-
188	15,60	17,10	-	-	-	-	-	-
187	15,65	17,15	-	-	-	-	-	-
186	15,70	17,20	-	-	-	-	-	-
185	15,75	17,25	-	-	-	-	-	-
184	15,80	17,30	-	-	-	-	-	-
183	15,85	17,35	-	-	-	-	-	-
182	15,90	17,40	-	-	-	-	-	-
181	15,95	17,45	-	-	-	-	-	-
180	16,00	17,50	2	2	3	3	18	16
179	16,05	17,55	-	-	-	-	-	-
178	16,10	17,60	-	-	-	-	-	-
177	16,15	17,65	-	-	-	-	-	-
176	16,20	17,70	-	-	-	-	-	-
175	16,25	17,75	-	-	-	-	-	-
174	16,30	17,80	-	-	-	-	-	-
173	16,35	17,85	-	-	-	-	-	-
172	16,40	17,90	-	-	-	-	-	-
171	16,45	17,95	-	-	-	-	-	-
170	16,50	18,00	3	3	4	4	17	15
169	16,55	18,05	-	-	-	-	-	-
168	16,60	18,10	-	-	-	-	-	-
167	16,70	18,20	-	-	-	-	-	-
166	16,80	18,30	-	-	-	-	-	-
165	16,85	17,35	-	-	-	-	-	-
164	16,90	18,40	-	-	-	-	-	-
163	16,95	18,45	4	4	5	5	16	14
162	17,00	18,50	-	-	-	-	-	-
161	17,05	18,55	-	-	-	-	-	-
160	17,10	18,60	-	-	-	-	-	-
159	17,15	18,65	-	-	-	-	-	-
158	17,30	18,80	-	-	-	-	-	-
157	17,35	18,85	-	-	-	-	-	-



156	17,40	17,90	-	-	-	-	-	-
155	17,45	17,95	5	5	6	6	15	13
154	17,50	19,00	-	-	-	-	-	-
153	17,55	19,05	-	-	-	-	-	-
152	17,60	19,10	-	-	-	-	-	-
151	17,65	19,15	-	-	-	-	-	-
150	17,70	19,20	-	-	-	-	-	-
149	17,75	19,25	-	-	-	-	-	-
148	17,80	19,30	-	-	-	-	-	-
147	17,85	19,35	-	-	-	-	-	-
146	17,90	19,40	-	-	-	-	-	-
145	17,95	19,45	-	-	-	-	-	-
144	18,00	19,50	6	6	7	7	14	12
143	18,05	19,55	-	-	-	-	-	-
142	18,10	19,60	-	-	-	-	-	-
141	18,15	19,65	-	-	-	-	-	-
140	18,20	19,70	-	-	-	-	-	-
139	18,25	19,75	-	-	-	-	-	-
138	18,30	19,80	-	-	-	-	-	-
137	18,35	19,85	-	-	-	-	-	-
136	18,40	19,90	-	-	-	-	-	-
135	18,45	19,95	-	-	-	-	-	-
134	18,50	20,00	7	7	8	8	13	11
133	18,55	20,05	-	-	-	-	-	-
132	18,60	20,10	-	-	-	-	-	-
131	18,65	20,15	-	-	-	-	-	-
130	18,70	20,20	-	-	-	-	-	-
129	18,75	20,25	-	-	-	-	-	-
128	18,80	20,30	-	-	-	-	-	-
127	18,90	20,40	-	-	-	-	-	-
126	18,95	20,45	-	-	-	-	-	-
125	19,00	20,50	8	8	9	9	12	10
124	19,30	20,80	-	-	-	-	-	-
123	19,35	20,85	9	9	10	10	11	9
122	19,40	20,90	-	-	-	-	-	-
121	19,50	21,00	-	-	-	-	-	-
120	19,60	21,10	-	-	-	-	-	-
119	19,70	21,20	-	-	-	-	-	-
118	19,80	21,30	-	-	-	-	-	-
117	19,90	21,40	-	-	-	-	-	-
116	19,95	21,45	-	-	-	-	-	-
115	20,00	21,50	10	10	11	11	10	8
114	20,10	21,60	-	-	-	-	-	-
113	20,20	21,70	-	-	-	-	-	-
112	20,25	21,75	-	-	-	-	-	-
111	20,30	21,80	-	-	-	-	-	-
110	20,35	21,85	-	-	-	-	-	-
109	20,40	21,90	11	11	12	12	9	7
108	20,50	22,00	-	-	-	-	-	-
105	21,00	23,00	-	-	-	-	-	-
104	22,00	24,00	-	-	-	-	-	-
103	23,00	25,00	-	-	-	-	-	-
102	24,00	26,00	-	-	-	-	-	-
100	25,00	27,00	-	-	-	-	-	-

1. **Визначення швидкості плавання.** Проходження тесту на пропливання відстані 3 x 25 м в/ст. Результат визначається за кращим показником пропливання одного з 3-х відрізків. Відпочинок після 1 та 2 відрізків 30 с. Старт виконується з води.
2. **Прийом та передача м'яча партнерові у воді протягом 1 хв.** Відстань між партнерами 2-3 м. Визначається кількість зроблених помилок під час виконання тесту. Помилка зараховується в тому разі, якщо абітурієнт не зловив м'яч або неточно виконав передачу.
3. **Прийом та передача м'яча партнерові у воді різними способами.** Способи передачі:
  - виконання передачі поштовхом;
  - виконання бокової передачі;
  - передача м'яча слабкою рукою.Кожен спосіб передачі м'яча демонструється абітурієнтом протягом 30 с. Відстань між партнерами 2-3 м. Визначається кількість зроблених помилок під час виконання тесту. Помилка зараховується в тому разі, якщо абітурієнт не зловив м'яч або неточно виконав передачу.
4. **Кидки м'яча на дальність з води.** Абітурієнт має 3 спроби для виконання кидка м'яча на дальність сильною рукою. Коридор для виконання кидків шириною 3 м. Враховуються кращі спроби при виконанні кидків.

Бали	Визначення часу пропливання 3x25 м в/ст, с.		Прийом та передача м'яча партнерові у воді протягом 1 хв. (кіл-ть помилок)		Прийом та передача м'яча трьома різними способами по 30 с.		Кидки м'яча на дальність з води: сильною рукою, м.	
	чол. після 35 років	жін. після 35 років	чол. після 35 років	жін. після 35 років	чол. після 35 років	жін. після 35 років	чол. після 35 років сил. р.	жін. після 35 років сил. р.
200	15,00	16,50	0	0	1	1	18	16
199	15,05	16,55	-	-	-	-	-	-
198	15,10	16,60	-	-	-	-	-	-
197	15,15	16,65	-	-	-	-	-	-
196	15,20	16,70	-	-	-	-	-	-
195	15,25	16,75	-	-	-	-	-	-
194	15,30	16,80	-	-	-	-	-	-
193	15,35	16,85	-	-	-	-	-	-
192	15,40	16,90	-	-	-	-	-	-
191	15,45	16,95	-	-	-	-	-	-
190	15,50	17,00	1	1	2	2	17	15
189	15,55	17,05	-	-	-	-	-	-
188	15,60	17,10	-	-	-	-	-	-
187	15,65	17,15	-	-	-	-	-	-
186	15,70	17,20	-	-	-	-	-	-
185	15,75	17,25	-	-	-	-	-	-
184	15,80	17,30	-	-	-	-	-	-
183	15,85	17,35	-	-	-	-	-	-
182	15,90	17,40	-	-	-	-	-	-
181	15,95	17,45	-	-	-	-	-	-
180	16,00	17,50	2	2	3	3	16	17
179	16,05	17,55	-	-	-	-	-	-
178	16,10	17,60	-	-	-	-	-	-
177	16,15	17,65	-	-	-	-	-	-
176	16,20	17,70	-	-	-	-	-	-
175	16,25	17,75	-	-	-	-	-	-
174	16,30	17,80	-	-	-	-	-	-
173	16,35	17,85	-	-	-	-	-	-
172	16,40	17,90	-	-	-	-	-	-
171	16,45	17,95	-	-	-	-	-	-
170	16,50	18,00	3	3	4	4	17	15
169	16,55	18,05	-	-	-	-	-	-
168	16,60	18,10	-	-	-	-	-	-
167	16,70	18,20	-	-	-	-	-	-
166	16,80	18,30	-	-	-	-	-	-
165	16,85	17,35	-	-	-	-	-	-
164	16,90	18,40	-	-	-	-	-	-
163	16,95	18,45	4	4	5	5	14	13
162	17,00	18,50	-	-	-	-	-	-
161	17,05	18,55	-	-	-	-	-	-
160	17,10	18,60	-	-	-	-	-	-
159	17,15	18,65	-	-	-	-	-	-
158	17,30	18,80	-	-	-	-	-	-
157	17,35	18,85	-	-	-	-	-	-

156	17,40	17,90	-	-	-	-	-	-
155	17,45	17,95	5	5	6	6	13	12
154	17,50	19,00	-	-	-	-	-	-
153	17,55	19,05	-	-	-	-	-	-
152	17,60	19,10	-	-	-	-	-	-
151	17,65	19,15	-	-	-	-	-	-
150	17,70	19,20	-	-	-	-	-	-
149	17,75	19,25	-	-	-	-	-	-
148	17,80	19,30	-	-	-	-	-	-
147	17,85	19,35	-	-	-	-	-	-
146	17,90	19,40	-	-	-	-	-	-
145	17,95	19,45	-	-	-	-	-	-
144	18,00	19,50	6	6	7	7	12	11
143	18,05	19,55	-	-	-	-	-	-
142	18,10	19,60	-	-	-	-	-	-
141	18,15	19,65	-	-	-	-	-	-
140	18,20	19,70	-	-	-	-	-	-
139	18,25	19,75	-	-	-	-	-	-
138	18,30	19,80	-	-	-	-	-	-
137	18,35	19,85	-	-	-	-	-	-
136	18,40	19,90	-	-	-	-	-	-
135	18,45	19,95	-	-	-	-	-	-
134	18,50	20,00	7	7	8	8	11	10
133	18,55	20,05	-	-	-	-	-	-
132	18,60	20,10	-	-	-	-	-	-
131	18,65	20,15	-	-	-	-	-	-
130	18,70	20,20	-	-	-	-	-	-
129	18,75	20,25	-	-	-	-	-	-
128	18,80	20,30	-	-	-	-	-	-
127	18,90	20,40	-	-	-	-	-	-
126	18,95	20,45	-	-	-	-	-	-
125	19,00	20,50	8	8	9	9	10	9
124	19,30	20,80	-	-	-	-	-	-
123	19,35	20,85	9	9	10	10	9	8
122	19,40	20,90	-	-	-	-	-	-
121	19,50	21,00	-	-	-	-	-	-
120	19,60	21,10	-	-	-	-	-	-
119	19,70	21,20	-	-	-	-	-	-
118	19,80	21,30	-	-	-	-	-	-
117	19,90	21,40	-	-	-	-	-	-
116	19,95	21,45	-	-	-	-	-	-
115	20,00	21,50	10	10	11	11	10	8
114	20,10	21,60	-	-	-	-	-	-
113	20,20	21,70	-	-	-	-	-	-
112	20,25	21,75	-	-	-	-	-	-
111	20,30	21,80	-	-	-	-	-	-
110	20,35	21,85	-	-	-	-	-	-
109	20,40	21,90	11	11	12	12	9	7
108	20,50	22,00	-	-	-	-	-	-
105	21,00	23,00	-	-	-	-	-	-
104	22,00	24,00	-	-	-	-	-	-
103	23,00	25,00	-	-	-	-	-	-
102	24,00	26,00	-	-	-	-	-	-
100	25,00	27,00	-	-	-	-	-	-

1. **Визначення швидкості плавання.** Проходження тесту на пропливання відстані 3 x 25 м в/ст. Результат визначається за кращим показником пропливання одного з 3-х відрізків. Відпочинок після 1 та 2 відрізків 30 с. Старт виконується з води.
2. **Прийом та передача м'яча партнерові у воді протягом 1 хв.** Відстань між партнерами 2-3 м. Визначається кількість зроблених помилок під час виконання тесту. Помилка зараховується в тому разі, якщо абітурієнт не зловив м'яч або неточно виконав передачу.
3. **Прийом та передача м'яча партнерові у воді різними способами.** Способи передачі:
  - виконання передачі поштовхом;
  - виконання бокової передачі;
  - передача м'яча слабкою рукою.
4. Кожен спосіб передачі м'яча демонструється абітурієнтом протягом 30 с. Відстань між партнерами 2-3 м. Визначається кількість зроблених помилок під час виконання тесту. Помилка зараховується в тому разі, якщо абітурієнт не зловив м'яч або неточно виконав передачу.
5. **Кидки м'яча на дальність з води.** Абітурієнт має 3 спроби для виконання кидка м'яча на дальність сильною рукою. Коридор для виконання кидків шириною 3 м. Враховуються кращі спроби при виконанні кидків.

## ПІДВОДНЕ ПЛАВАННЯ

Кількість балів	50 м в/с			
	до 35 років жінки	до 35 років чоловіки	після 35 років жінки	після 35 років чоловіки
200	32,00	27,00	34,00	29,50
199	32,30	28,00	34,10	29,55
198	32,60	28,30	34,15	29,60
197	32,90	28,60	34,20	29,65
196	33,00	28,90	34,25	29,70
195	33,50	29,00	34,30	29,75
194	34,00	29,30	34,40	29,80
193	34,30	29,60	34,50	29,85
192	34,60	29,90	34,60	29,90
191	34,65	29,95	34,65	29,95
190	34,70	30,00	34,70	30,00
189	34,75	30,05	34,75	30,05
188	34,80	30,10	34,80	30,10
187	34,85	30,15	34,85	30,15
186	34,90	30,20	34,90	30,20
185	34,95	30,25	34,95	30,25
184	35,00	30,30	35,00	30,30
183	35,05	30,35	35,05	30,35
182	35,10	30,40	35,10	30,40
181	35,15	30,45	35,15	30,45
180	35,20	30,50	35,20	30,50
179	35,25	30,55	35,25	30,55
178	35,30	30,60	35,30	30,60
177	35,35	30,65	35,35	30,65
176	35,40	30,70	35,40	30,70
175	35,45	30,75	35,45	30,75
174	35,50	30,80	35,50	30,80
173	35,55	30,85	35,55	30,85
172	35,60	30,90	35,60	30,90
171	35,65	30,95	35,65	30,95
170	35,70	31,00	35,70	31,00
169	35,75	31,05	35,75	31,05
168	35,80	31,10	35,80	31,10
167	35,85	31,15	35,85	31,15

166	35,90	31,20	35,90	31,20
165	35,95	31,25	35,95	31,25
164	36,00	31,30	36,00	31,30
163	36,05	31,35	36,05	31,35
162	36,10	31,40	36,10	31,40
161	36,15	31,45	36,15	31,45
160	36,20	31,50	36,20	31,50
159	36,25	31,55	36,25	31,55
158	36,30	31,60	36,30	31,60
157	36,35	31,65	36,35	31,65
156	36,40	31,70	36,40	31,70
155	36,45	31,75	36,45	31,75
154	36,50	31,80	36,50	31,80
153	36,55	31,85	36,55	31,85
152	36,60	31,90	36,60	31,90
151	36,65	31,95	36,65	31,95
150	36,70	32,00	36,70	32,00
149	36,75	32,05	36,75	32,05
148	36,80	32,10	36,80	32,10
147	36,85	32,15	36,85	32,15
146	36,90	32,20	36,90	32,20
145	36,95	32,25	36,95	32,25
144	37,00	32,30	37,00	32,30
143	37,05	32,35	37,05	32,35
142	37,10	32,40	37,10	32,40
141	37,15	32,45	37,15	32,45
140	37,20	32,50	37,20	32,50
139	37,25	32,50	37,25	32,50
138	37,30	32,55	37,30	32,55
137	37,35	32,65	37,35	32,65
136	37,40	32,70	37,40	32,70
135	37,50	32,75	37,50	32,75
134	37,60	32,80	37,60	32,80
133	37,70	32,85	37,70	32,85
132	37,80	32,90	37,80	32,90
131	37,90	32,93	37,90	32,93
130	38,00	32,96	38,00	32,96

129	38,10	32,99	38,10	32,99
128	38,20	33,00	38,20	33,00
127	38,30	33,10	38,30	33,10
126	38,40	33,20	38,40	33,20
125	38,50	33,30	38,50	33,30
124	38,60	33,40	38,60	33,40
123	38,80	33,60	38,80	33,60
122	39,00	33,80	39,00	33,80
121	39,20	34,00	39,20	34,00
120	39,40	34,20	39,40	34,20
119	39,60	34,40	39,60	34,40
118	39,80	34,60	39,80	34,60
117	40,00	34,80	40,00	34,80
116	40,20	35,00	40,20	35,00
115	40,40	35,20	40,40	35,20
114	40,60	35,40	40,60	35,40
113	40,80	35,60	40,80	35,60
112	41,00	35,80	41,00	35,80
111	41,20	36,00	41,20	36,00
110	41,40	36,20	41,40	36,20
109	41,60	36,40	41,60	36,40
108	41,80	36,60	41,80	36,60
107	42,00	36,80	42,00	36,80
106	42,20	37,00	42,20	37,00
105	42,40	37,20	42,40	37,20
104	42,60	37,40	42,60	37,40
103	42,80	37,60	42,80	37,60
102	43,00	37,70	43,00	37,70
101	43,30	37,80	43,50	37,80
100	43,60	37,90	44,00	38,00



### ПЛАВАННЯ

Кількість балів	50 м в/с		50 м брас		50 м батерфляй		50 м н/сп	
	жінки до 35 років	чоловіки до 35 років	жінки до 35 років	чоловіки до 35 років	жінки до 35 років	чоловіки до 35 років	жінки до 35 років	чоловіки до 35 років
200	28,40	24,80	35,85	31,20	30,10	27,10	32,10	27,70
199	29,00	25,00	36,00	31,50	30,50	27,50	32,50	28,00
198	30,00	26,00	36,50	32,00	31,00	28,00	33,00	28,30
197	30,10	26,20	37,00	32,30	31,20	28,20	33,30	28,60
196	30,20	26,30	37,50	32,60	31,40	28,40	33,60	28,30
195	30,30	26,40	38,00	32,90	31,60	28,60	33,90	29,00
194	30,40	26,50	38,10	33,00	31,80	28,80	34,00	29,30
193	30,50	26,60	38,20	33,50	32,00	29,00	34,30	29,60
192	30,60	26,80	38,35	33,70	32,10	29,10	34,60	29,90
191	30,70	26,90	38,40	33,75	32,20	29,15	34,65	29,95
190	30,80	27,00	38,45	33,80	32,30	29,20	34,70	30,00
189	30,90	27,10	38,50	33,85	32,35	29,25	34,75	30,05
188	31,00	27,15	38,55	33,90	32,40	29,30	34,80	30,10
187	31,10	27,20	38,60	33,95	32,45	29,35	34,85	30,15
186	31,15	27,25	38,65	34,00	32,50	29,40	34,90	30,20
185	31,20	27,30	38,70	34,05	32,55	29,45	34,95	30,25
184	31,25	27,35	38,75	34,10	32,60	29,50	35,00	30,30
183	31,40	27,40	38,80	34,15	32,65	29,55	35,05	30,35
182	31,50	27,45	38,85	34,20	32,70	29,60	35,10	30,40
181	31,60	27,50	38,90	34,25	32,75	29,65	35,15	30,45
180	31,70	27,55	38,95	34,30	32,80	29,70	35,20	30,50
179	31,80	27,60	39,00	34,35	32,85	29,75	35,25	30,55
178	31,90	27,65	39,10	34,40	32,90	29,80	35,30	30,60
177	32,00	27,70	39,15	34,45	32,95	29,85	35,35	30,65
176	32,05	27,75	39,20	34,50	33,00	29,90	35,40	30,70
175	32,10	27,80	39,25	34,55	33,05	29,95	35,45	30,75
174	32,15	27,85	39,30	34,60	33,10	30,00	35,50	30,80
173	32,20	27,90	39,35	34,65	33,15	30,05	35,55	30,85
172	32,30	28,00	39,40	34,70	33,20	30,10	35,60	30,90
171	32,40	28,05	39,45	34,75	33,25	30,15	35,65	30,95
170	32,50	28,10	39,50	34,80	33,30	30,20	35,70	31,00

169	32,60	28,15	39,55	34,85	33,35	30,25	35,75	31,05
168	32,70	28,20	39,60	34,90	33,40	30,30	35,80	31,10
167	32,80	28,25	39,65	35,00	33,45	30,35	35,85	31,15
166	32,85	28,30	39,70	35,05	33,50	30,40	35,90	31,20
165	32,90	28,35	39,75	35,10	33,55	30,45	35,95	31,25
164	32,95	28,40	39,80	35,15	33,60	30,50	36,00	31,30
163	33,00	28,45	39,85	35,20	33,65	30,55	36,05	31,35
162	33,01	28,50	39,90	35,25	33,70	30,60	36,10	31,40
161	33,02	28,55	39,95	35,30	33,75	30,65	36,15	31,45
160	33,04	28,60	40,00	35,35	33,80	30,70	36,20	31,50
159	33,05	28,65	40,05	35,40	33,85	30,75	36,25	31,55
158	33,06	28,70	40,10	35,45	33,90	30,80	36,30	31,60
157	33,07	28,75	40,15	35,50	34,00	30,85	36,35	31,65
156	33,08	28,80	40,20	35,55	34,05	30,90	36,40	31,70
155	33,09	28,85	40,25	35,60	34,10	30,95	36,45	31,75
154	33,10	28,90	40,30	35,65	34,15	31,00	36,50	31,80
153	33,15	28,95	40,35	35,70	34,20	31,05	36,55	31,85
152	33,20	29,00	40,40	35,75	34,25	31,10	36,60	31,90
151	33,25	29,05	40,45	35,80	34,30	31,15	36,65	31,95
150	33,30	29,06	40,50	35,85	34,35	31,20	36,70	32,00
149	33,35	29,10	40,55	35,90	34,40	31,25	36,75	32,05
148	33,40	29,13	40,60	35,95	34,45	31,30	36,80	32,10
147	33,45	29,16	40,65	36,00	34,50	31,35	36,85	32,15
146	33,50	29,20	40,70	36,05	34,55	31,40	36,90	32,20
145	33,55	29,23	40,75	36,10	34,60	31,45	36,95	32,25
144	33,60	29,26	40,80	36,15	34,65	31,50	37,00	32,30
143	33,65	29,30	40,85	36,20	34,70	31,55	37,05	32,35
142	33,70	29,33	40,90	36,25	34,75	31,60	37,10	32,40
141	33,75	29,36	40,95	36,30	34,80	31,65	37,15	32,45
140	33,80	29,40	40,99	36,35	34,85	31,70	37,20	32,50
139	33,82	29,43	41,00	36,40	34,90	31,75	37,25	32,50
138	33,84	29,46	41,10	36,45	34,95	31,80	37,30	32,55
137	33,86	29,50	41,20	36,50	35,00	31,85	37,35	32,65
136	33,88	29,53	41,30	36,55	35,10	31,90	37,40	32,70
135	33,90	29,56	41,40	36,60	35,20	31,95	37,50	32,75
134	33,92	29,60	41,50	36,65	35,30	32,00	37,60	32,80
133	33,94	29,63	41,60	36,70	35,40	32,05	37,70	32,85

132	33,96	29,66	41,70	36,75	35,50	32,10	37,80	32,90
131	33,98	29,69	41,80	36,80	35,60	32,15	37,90	32,93
130	33,99	29,70	41,90	36,90	35,70	32,20	38,00	32,96
129	34,00	29,72	42,00	37,00	35,80	32,25	38,10	32,99
128	34,02	29,74	42,20	37,10	35,90	32,30	38,20	33,00
127	34,04	29,76	42,40	37,20	36,00	32,35	38,30	33,10
126	34,06	29,78	42,60	37,30	36,10	32,40	38,40	33,20
125	34,08	29,79	42,70	37,40	36,20	32,50	38,50	33,30
124	34,10	29,80	42,85	37,50	36,30	32,60	38,60	33,40
123	34,20	29,85	43,00	37,80	36,40	32,70	38,80	33,60
122	34,30	29,90	43,30	37,90	36,50	32,80	39,00	33,80
121	34,40	29,95	43,60	38,00	36,60	32,90	39,20	34,00
120	34,50	30,00	43,90	38,20	36,70	33,00	39,40	34,20
119	34,60	30,20	44,00	38,40	36,80	33,20	39,60	34,40
118	34,70	30,40	44,30	38,60	36,90	33,40	39,80	34,60
117	34,80	30,50	44,60	38,80	37,00	33,60	40,00	34,80
116	34,90	30,60	44,90	39,00	37,30	33,80	40,20	35,00
115	35,00	30,70	45,00	39,20	37,60	34,00	40,40	35,20
114	35,30	30,80	45,30	39,40	37,90	34,20	40,60	35,40
113	35,50	30,90	45,60	39,60	38,00	34,40	40,80	35,60
112	35,70	31,00	45,90	39,80	38,30	34,60	41,00	35,80
111	35,90	31,20	46,00	40,00	38,60	34,80	41,20	36,00
110	36,00	31,40	46,30	40,20	38,90	35,00	41,40	36,20
109	36,30	31,50	46,60	40,40	39,00	35,20	41,60	36,40
108	36,50	31,80	46,90	40,60	39,30	35,40	41,80	36,60
107	36,70	32,00	47,00	40,80	39,60	35,60	42,00	36,80
106	36,90	32,20	47,30	41,00	39,90	35,80	42,20	37,00
105	37,00	32,40	47,60	41,20	40,00	36,00	42,40	37,20
104	37,30	32,60	47,90	41,40	40,30	36,20	42,60	37,40
103	37,50	32,80	48,00	41,60	40,60	36,40	42,80	37,60
102	37,70	33,00	48,30	41,80	40,90	36,80	43,00	37,70
101	38,00	33,50	48,60	42,00	41,00	37,00	43,30	37,80
100	38,60	33,80	48,85	42,50	41,30	37,10	43,60	37,90

**ПЛАВАННЯ**

Кількість балів	50 м в/с		50 м брас		50 м батерфляй		50 м н/сп	
	жінки після 35 років	чоловіки після 35 років	жінки після 35 років	чоловіки після 35 років	жінки після 35 років	чоловіки після 35 років	жінки після 35 років	чоловіки після 35 років
200	30,40	26,80	38,00	33,60	32,02	29,00	34,20	28,90
199	30,45	26,82	38,05	33,62	32,04	29,02	34,25	28,92
198	30,50	26,84	38,10	33,64	32,06	29,04	34,30	28,94
197	30,55	26,86	38,15	33,66	32,08	29,06	34,35	28,96
196	30,60	26,88	38,20	33,68	32,10	29,08	34,40	28,98
195	30,65	26,90	38,25	33,70	32,12	29,10	34,45	29,90
194	30,70	26,92	38,30	33,72	32,14	29,12	34,50	29,92
193	30,75	26,94	38,35	33,74	32,16	29,14	34,55	29,94
192	30,80	26,96	38,40	33,76	32,18	29,16	34,60	29,96
191	30,85	26,98	38,45	33,78	32,20	29,18	34,65	29,98
190	30,90	27,00	38,50	33,80	32,30	29,20	34,70	30,00
189	30,95	27,10	38,55	33,85	32,35	29,25	34,75	30,05
188	31,00	27,15	38,57	33,90	32,40	29,30	34,80	30,10
187	31,10	27,20	38,60	33,95	32,45	29,35	34,85	30,15
186	31,15	27,25	38,65	34,00	32,50	29,40	34,90	30,20
185	31,20	27,30	38,70	34,05	32,55	29,45	34,95	30,25
184	31,25	27,35	38,75	34,10	32,60	29,50	35,00	30,30
183	31,40	27,40	38,80	34,15	32,65	29,55	35,05	30,35
182	31,50	27,45	38,85	34,20	32,70	29,60	35,10	30,40
181	31,60	27,50	38,90	34,25	32,75	29,65	35,15	30,45
180	31,70	27,55	38,95	34,30	32,80	29,70	35,20	30,50
179	31,80	27,60	39,00	34,35	32,85	29,75	35,25	30,55
178	31,90	27,65	39,10	34,40	32,90	29,80	35,30	30,60
177	32,00	27,70	39,15	34,45	32,95	29,85	35,35	30,65
176	32,05	27,75	39,20	34,50	33,00	29,90	35,40	30,70
175	32,10	27,80	39,25	34,55	33,05	29,95	35,45	30,75
174	32,15	27,85	39,30	34,60	33,10	30,00	35,50	30,80
173	32,20	27,90	39,35	34,65	33,15	30,05	35,55	30,85
172	32,30	28,00	39,40	34,70	33,20	30,10	35,60	30,90
171	32,40	28,05	39,45	34,75	33,25	30,15	35,65	30,95
170	32,50	28,10	39,50	34,80	33,30	30,20	35,70	31,00

169	32,60	28,15	39,55	34,85	33,35	30,25	35,75	31,05
168	32,70	28,20	39,60	34,90	33,40	30,30	35,80	31,10
167	32,80	28,25	39,65	35,00	33,45	30,35	35,85	31,15
166	32,85	28,30	39,70	35,05	33,50	30,40	35,90	31,20
165	32,90	28,35	39,75	35,10	33,55	30,45	35,95	31,25
164	32,95	28,40	39,80	35,15	33,60	30,50	36,00	31,30
163	33,00	28,45	39,85	35,20	33,65	30,55	36,05	31,35
162	33,01	28,50	39,90	35,25	33,70	30,60	36,10	31,40
161	33,02	28,55	39,95	35,30	33,75	30,65	36,15	31,45
160	33,04	28,60	40,00	35,35	33,80	30,70	36,20	31,50
159	33,05	28,65	40,05	35,40	33,85	30,75	36,25	31,55
158	33,06	28,70	40,10	35,45	33,90	30,80	36,30	31,60
157	33,07	28,75	40,15	35,50	34,00	30,85	36,35	31,65
156	33,08	28,80	40,20	35,55	34,05	30,90	36,40	31,70
155	33,09	28,85	40,25	35,60	34,10	30,95	36,45	31,75
154	33,10	28,90	40,30	35,65	34,15	31,00	36,50	31,80
153	33,15	28,95	40,35	35,70	34,20	31,05	36,55	31,85
152	33,20	29,00	40,40	35,75	34,25	31,10	36,60	31,90
151	33,25	29,05	40,45	35,80	34,30	31,15	36,65	31,95
150	33,30	29,06	40,50	35,85	34,35	31,20	36,70	32,00
149	33,35	29,10	40,55	35,90	34,40	31,25	36,75	32,05
148	33,40	29,13	40,60	35,95	34,45	31,30	36,80	32,10
147	33,45	29,16	40,65	36,00	34,50	31,35	36,85	32,15
146	33,50	29,20	40,70	36,05	34,55	31,40	36,90	32,20
145	33,55	29,23	40,75	36,10	34,60	31,45	36,95	32,25
144	33,60	29,26	40,80	36,15	34,65	31,50	37,00	32,30
143	33,65	29,30	40,85	36,20	34,70	31,55	37,05	32,35
142	33,70	29,33	40,90	36,25	34,75	31,60	37,10	32,40
141	33,75	29,36	40,95	36,30	34,80	31,65	37,15	32,45
140	33,80	29,40	40,99	36,35	34,85	31,70	37,20	32,50
139	33,82	29,43	41,00	36,40	34,90	31,75	37,25	32,50
138	33,84	29,46	41,10	36,45	34,95	31,80	37,30	32,55
137	33,86	29,50	41,20	36,50	35,00	31,85	37,35	32,65
136	33,88	29,53	41,30	36,55	35,10	31,90	37,40	32,70
135	33,90	29,56	41,40	36,60	35,20	31,95	37,50	32,75
134	33,92	29,60	41,50	36,65	35,30	32,00	37,60	32,80
133	33,94	29,63	41,60	36,70	35,40	32,05	37,70	32,85

132	33,96	29,66	41,70	36,75	35,50	32,10	37,80	32,90
131	33,98	29,69	41,80	36,80	35,60	32,15	37,90	32,93
130	33,99	29,70	41,90	36,90	35,70	32,20	38,00	32,96
129	34,00	29,72	42,00	37,00	35,80	32,25	38,10	32,99
128	34,02	29,74	42,20	37,10	35,90	32,30	38,20	33,00
127	34,04	29,76	42,40	37,20	36,00	32,35	38,30	33,10
126	34,06	29,78	42,60	37,30	36,10	32,40	38,40	33,20
125	34,08	29,79	42,70	37,40	36,20	32,50	38,50	33,30
124	34,10	29,80	42,85	37,50	36,30	32,60	38,60	33,40
123	34,20	29,85	43,00	37,80	36,40	32,70	38,80	33,60
122	34,30	29,90	43,30	37,90	36,50	32,80	39,00	33,80
121	34,40	29,95	43,60	38,00	36,60	32,90	39,20	34,00
120	34,50	30,00	43,90	38,20	36,70	33,00	39,40	34,20
119	34,60	30,20	44,00	38,40	36,80	33,20	39,60	34,40
118	34,70	30,40	44,30	38,60	36,90	33,40	39,80	34,60
117	34,80	30,50	44,60	38,80	37,00	33,60	40,00	34,80
116	34,90	30,60	44,90	39,00	37,30	33,80	40,20	35,00
115	35,00	30,70	45,00	39,20	37,60	34,00	40,40	35,20
114	35,30	30,80	45,30	39,40	37,90	34,20	40,60	35,40
113	35,50	30,90	45,60	39,60	38,00	34,40	40,80	35,60
112	35,70	31,00	45,90	39,80	38,30	34,60	41,00	35,80
111	35,90	31,20	46,00	40,00	38,60	34,80	41,20	36,00
110	36,00	31,40	46,30	40,20	38,90	35,00	41,40	36,20
109	36,30	31,50	46,60	40,40	39,00	35,20	41,60	36,40
108	36,50	31,80	46,90	40,60	39,30	35,40	41,80	36,60
107	36,70	32,00	47,00	40,80	39,60	35,60	42,00	36,80
106	36,90	32,20	47,30	41,00	39,90	35,80	42,20	37,00
105	37,00	32,40	47,60	41,20	40,00	36,00	42,40	37,20
104	37,30	32,60	47,90	41,40	40,30	36,20	42,60	37,40
103	37,50	32,80	48,00	41,60	40,60	36,40	42,80	37,60
102	37,70	33,00	48,30	41,80	40,90	36,80	43,00	37,70
101	38,00	33,50	48,60	42,00	41,00	37,00	43,30	37,80
100	38,60	33,80	48,85	42,50	41,30	37,10	43,60	37,90

## СИНХРОННЕ ПЛАВАННЯ

Кількість балів	Вправи виконуються у воді жінки до 35 років			
	I. Вертикаль, висота (вправа виконується на опорному гребку)	II. Обертання в положенні вертикаль, висота вище коліна (1 оберт дорівнює 360 <sup>o</sup> )	III. Виштовхування у вертикаль (25 м), виконати 3 спроби (зараховується найкраща)	IV. Вистрибування, руки догори (25 м), виконати 3 спроби (зараховується найкраща)
200	Висота вище коліна, корпус знаходиться у вертикальному положенні, гребок рівний і стійкий	Необхідно виконати 8 обертів без втрати висоти	Висота виштовхування на рівні грудей, корпус знаходиться у вертикальному положенні	Висота - рівень води під тазом, швидкий вихід з води, вертикальна постава
199				
198				
197				
196				
195				
194				
193				
192				
190				
191				
190	Висота вище коліна; корпус відхилити назад від вертикального положення, гребок рівний і стійкий	Необхідно виконувати 7 обертів без втрати висоти	Висота виштовхування на рівні грудей, корпус відхилений назад від вертикального положення	Висота - рівень води під тазом, швидкий вихід з води, постава відхилених від вертикального положення
189				
188				
187				
186				
185				
184				
183				
182				
181				
180	Висота вище коліна; корпус відхилений назад від вертикального положення, гребок не рівний не стійкий	Необхідно виконати 7 обертів з втрати висоти до рівня коліна	Висота виштовхування на рівні грудей корпус відхилити назад від вертикального положення коліна при зігнанні	Висота - рівень води під тазом, повільний вихід з води, постава відхилення від вертикального положення
179				
178				
177				
176				
175				
174				
173				
172				
171				
170	Висота на рівні коліна, корпус знаходиться у вертикальному положенні, гребок рівний і стійкий	Необхідно виконати 6 обертів без втрати висоти	Висота виштовхування на рівні талії, корпус знаходиться у вертикальному положенні	Висота - рівень води над тазом, швидкий вихід з води, вертикальна постава
169				
165				
164				
163				
162				
161				

160	Висота на рівні коліна, корпус відхилений назад від вертикального положення, гребок рівний і стійкий	Необхідно виконати 5 обертів без втрати висоти	Висота виштовхування на рівні талії, корпус відхилений назад від вертикального положення	Висота - рівень води над тазом, швидкий вихід з води, постава відхил від вертикального положення
159				
158				
157				
156				
155				
154				
153				
152	Висота на рівні коліна, корпус відхилення назад від вертикального положення, гребок нерівний, нестійкий	Необхідно виконати 5 обертів з втрати висоти до рівня коліна	Висота виштовхування на рівні талії, корпус відхилений назад від вертикального положення, коліна призігнуті	Висота - рівень води над тазом, повільний вихід з води, постава відхилення від вертикального положення
150				
149				
148				
147				
146				
145				
144				
143	Висота нижче коліна, корпус знаходиться у вертикальному положенні, гребок рівний і стійкий	Необхідно виконати 4 оберти без втрати висоти	Висота виштовхування на рівні таза, корпус знаходиться у вертикальному положенні	Висота - рівень води над тазом, швидкій вихід з води вертикальна постава
142				
141				
140				
139				
138				
137				
136				
135	Висота нижче коліна, корпус знаходиться у вертикальному положенні, гребок рівний і стійкий	Необхідно виконати 3 оберти без втрати висоти	Висота виштовхування на рівні таза, корпус відхилений назад від вертикального положення	Висота - рівень води над тазом, швидкій вихід з води постава відхилення від вертикального положення
134				
133				
132				
131				
130				
129	Висота нижче коліна, корпус знаходиться у вертикальному положенні, гребок рівний і стійкий	Необхідно виконати 3 оберти з втрат. висоти до рівня під колін.	Висота виштовхування на рівні таза, корпус відхилений назад від вертикального положення, коліна призігнуті	Висота - рівень води під тазом, повільний вихід з води, постава відхилення від вертикального положення
128				
127				
126				
125				
124				
123				
122				
121				
120				
119				
118				
117				
116				
115				
114				
113				



112	Висота на рівні гомілок (щиколотка), корпус знаходиться у вертикальному положенні, гребок рівний і стійкий	Необхідно виконати. 2 оберти без втрати висоти	Висота виштовхування на рівні стегна, корпус знаходиться у вертикальному положенні	Висота - рівень води нижче талії, швидкий вихід з води вертикальна постава
111				
110				
109				
108				
107				
106	Висота на рівні гомілок, корпус відхилений назад від вертикального положення, гребок рівний і стійкий	Необхідно виконати. 1 оберт без втрати висоти	Висота виштовхування на рівні стегна, корпус відхилення назад від вертикального положення	Висота - рівень води нижче талії швидкий вихід з води постава відхилення від вертикального положення
105				
104				
103				
102				
101				
100	Висота на рівні гомілок, корпус відхилений назад від вертикального положення, гребок не рівний, не стійкий	Необхідно виконати 1 оберт з втрати висоти	Висота виштовхування на рівні стегна, корпус відхилений назад від вертикального положення, коліна призігнуті	Висота - рівень води нижче талії повільний вихід з води вертикальна постава відхилення від вертикального положення

**Примітка:** оцінка 200, 190, 180, 170, 160, 150, 140, 130, 124, 112, 106 балів виставляється за правильне виконання всіх елементів зазначених критеріїв шкали оцінювання. За виконання вправ з помилками оцінка знижується на 2 бали.

## СТРИБКИ У ВОДУ

Кількість балів	Силова стійка на руках (утримання, сек.)	Нахил тулуба донизу, стоячи на гімнастичній лаві (глибина нахилу, см)
	чоловіки, жінки до 35 років	
200	17,0	22,0
199	16,8	21,8
198	16,6	21,6
197	16,4	21,4
196	16,2	21,2
195	16,0	21,0
194	15,8	21,8
193	15,6	21,6
192	15,4	21,4
191	15,2	21,2
190	15,0	20,0
189	14,9	19,9
188	14,8	19,8
187	14,7	19,7
186	14,6	19,6
185	14,5	19,5
184	14,4	19,4
183	14,3	19,3
182	14,2	19,2
181	14,1	19,1
180	14,0	19,0
179	13,9	18,9
178	13,8	18,8
177	13,7	18,7
176	13,6	18,6
175	13,5	18,5
174	13,4	18,4
173	13,3	18,3
172	13,2	18,2
171	13,1	18,1
170	13,0	18,0
169	12,9	17,9
168	12,8	17,8
167	12,7	17,8

166	12,6	17,6
165	12,5	17,5
164	12,4	17,4
163	12,3	17,3
162	12,2	17,2
161	12,1	17,1
160	12,0	17,0
159	11,9	16,8
158	11,8	16,6
157	11,7	16,4
156	11,6	16,2
155	11,5	16,0
154	11,4	15,8
153	11,3	15,6
152	11,2	15,4
151	11,1	15,2
150	11,0	15,0
149	10,9	14,9
148	10,8	14,8
147	10,7	14,7
146	10,6	14,6
145	10,5	14,5
144	10,4	14,4
143	10,3	14,3
142	10,2	14,2
141	10,1	14,1
140	10,0	14,0
139	9,9	13,8
138	9,8	13,6
137	9,7	13,4
136	9,6	13,2
135	9,5	13,0
134	9,4	12,8
133	9,3	12,6
132	9,2	12,4
131	9,1	12,2
130	9,0	12,0
129	8,8	11,5

128	8,6	11,2
127	8,4	11,0
126	8,3	10,5
125	8,2	10,2
124	8,0	10,0
123	7,6	9,9
122	7,2	9,8
121	7,0	9,6
120	6,6	9,4
119	6,2	9,2
118	6,0	9,0
117	5,6	8,8
116	5,2	8,6
115	5,0	8,9
114	4,6	8,2
113	4,2	8,1
112	4,0	8,0
111	3,6	7,5
110	3,2	7,0
109	2,8	6,5
108	2,6	6,0
107	2,2	5,5
106	2,0	5,0
105	1,6	4,5
104	1,2	4,0
103	1,0	3,5
102	0,8	3,0
101	0,2	2,0
100	0,1	1,0

Абітурієнт повинен виконувати вправи кваліфікаційної програми відповідно до правил змагань та розрядних нормативів. При підсумку балів враховується коефіцієнт, відповідно до правил змагань: 2 розряд – 1,0; 1 розряд – 1,05; КМС – 1,1; МС – 1,2.

**Вимоги до абітурієнтів, які спеціалізуються зі стрибків у воду:**

Виконуються дві вправи:

- силова стійка на руках (утримання, сек.);
- нахил тулуба донизу, стоячи на гімнастичній лаві (глибина нахилу, см).