**Проверка физической подготовленности для желающих обучаться на военной кафедре состоится с 13.00** **по следующему расписанию:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Дата** | **Факультеты** |
| 14 октября (пн) | Все факультеты |
| 15 октября (вт) |
| 17 октября (чт) |
| 18 октября (пт) |
| 21 октября (пн) | Математический, ФКН, РГФ, М/Б |
| 22 октября (вт) | Физический, МО, ПММ |
| 24 октября (чт) | Экономический, юридический, ПММ, математический |
| 25 октября (пт) | Геологический, М/Б, исторический |
| 28 октября (пн) | Математический, ФИПСИ, химический, РГФ |
| 29 октября (вт) | Экономический, исторический, юридический |
| 31 октября (чт) | РГФ, химический, ГГиТ, геологический |
| 1 ноября (пт) | Химический, ГГиТ, физический, ФИПСИ |
| 5 ноября (вт) | ФКН, физический, МО, геологический |
| 7 ноября (чт) | ФКН, МО, юридический, М/Б |
| 8 ноября (пт) | Экономический, ПММ, исторический |
| 11 ноября (пн) **с 10.00 до 15.00** | Все факультеты |
| 12 ноября (вт) **с 10.00 до 15.00** |
| 14 ноября (чт) **с 10.00 до 15.00** |
| 15 ноября (пт) **с 10.00 до 15.00** |
| 18 ноября (пн) **с 10.00 до 15.00** |
| 19 ноября (вт) **с 10.00 до 15.00** |
| 20 ноября (ср) **с 10.00 до 15.00** |

**Прием нормативов разрешается только ПОСЛЕ прохождения *военной врачебной комиссии* и предоставлении справки о ее прохождении на кафедру!**

Место приема: спортивная площадка по адресу ул. Хользунова, 40Е (Лыжная база)

1. **Уровень физической подготовленности** устанавливается на основании «Наставления по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации», утвержденного приказом Министра обороны Российской Федерации от 20 апреля 2023 г. N 230.
2. Программа по дисциплине «Физическая подготовка»

Проверка кандидатов осуществляется **в течение одного дня**, в ходе которого кандидаты для поступления на военную кафедру при ВГУ для определения уровня физической подготовленности по физической подготовке выполняют **три** упражнения в следующей последовательности: упражнения на быстроту, силовые упражнения, упражнения на выносливость.

**1) для кандидатов мужского пола:**

- сила (подтягивание на перекладине *или* рывок гири (24кг));

- быстрота (бег на 60 м *или* бег на 100 м);

- выносливость (бег на 1 км *или* бег на 3 км);

**2) для кандидатов женского пола:**

- сила (сгибание и разгибание рук в упоре лежа *или* наклоны туловища вперед);

- быстрота (бег на 60 м *или* бег на 100 м);

- выносливость (бег на 400 м *или* бег на 1 км).

Повторное выполнение физических упражнений с целью улучшения полученной оценки не допускается!

Форма одежды – спортивная.