

## KRYTERIA SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ ORAZ SKALA PUNKTOWA ZA UZYSKANE WYNIKI

### DLA KANDYDATÓW DO SZKÓL ASPIRANTÓW PSP I CENTRALNEJ SZKOŁY PSP NA ROK SZKOLNY 2014/2015

| Bieg na 1000 m                      | Skala punktowa |
|-------------------------------------|----------------|
| powyżej 3 min. 35 sek.              | 0,0            |
| od 3 min. 26 sek. do 3 min. 35 sek. | 0,3            |
| od 3 min. 21 sek. do 3 min. 25 sek. | 0,6            |
| od 3 min. 16 sek. do 3 min. 20 sek. | 1,2            |
| od 3 min. 11 sek. do 3 min. 15 sek. | 1,8            |
| od 3 min. 06 sek. do 3 min. 10 sek. | 2,4            |
| od 3 min. 01 sek. do 3 min. 05 sek. | 3,0            |
| od 2 min. 56 sek. do 3 min. 00 sek. | 3,6            |
| od 2 min. 51 sek. do 2 min. 55 sek. | 4,2            |
| od 2 min. 50 sek. do 2 min. 46 sek. | 4,8            |
| poniżej 2 min. 46 sek.              | 5,4            |

| Bieg na 50 m              | Skala punktowa |
|---------------------------|----------------|
| powyżej 7,65 sek.         | 0,0            |
| od 7,56 sek. do 7,65 sek. | 0,3            |
| od 7,51 sek. do 7,55 sek. | 0,6            |
| od 7,46 sek. do 7,50 sek. | 0,9            |
| od 7,41 sek. do 7,45 sek. | 1,2            |
| od 7,36 sek. do 7,40 sek. | 1,5            |
| od 7,31 sek. do 7,35 sek. | 1,8            |
| od 7,26 sek. do 7,30 sek. | 2,1            |
| od 7,21 sek. do 7,25 sek. | 2,4            |
| od 7,16 sek. do 7,20 sek. | 2,7            |
| od 7,11 sek. do 7,15 sek. | 3,0            |
| od 7,06 sek. do 7,10 sek. | 3,3            |
| od 7,01 sek. do 7,05 sek. | 3,6            |
| od 6,96 sek. do 7,00 sek. | 3,9            |
| od 6,91 sek. do 6,95 sek. | 4,2            |
| od 6,86 sek. do 6,90 sek. | 4,5            |
| od 6,81 sek. do 6,85 sek. | 4,8            |
| od 6,76 sek. do 6,80 sek. | 5,1            |
| poniżej 6,76 sek.         | 5,4            |

| Podciąganie na drążku (chwyt dowolny) | Skala punktowa |
|---------------------------------------|----------------|
| poniżej 10                            | 0,0            |
| 10                                    | 0,3            |
| 11                                    | 0,6            |
| 12                                    | 0,9            |
| 13                                    | 1,2            |
| 14                                    | 1,5            |
| 15                                    | 1,8            |
| 16                                    | 2,1            |
| 17                                    | 2,4            |
| 18                                    | 2,7            |
| 19                                    | 3,0            |
| 20                                    | 3,3            |
| 21                                    | 3,6            |
| 22                                    | 4,2            |
| 23                                    | 4,8            |
| 24 i powyżej                          | 5,4            |