

## Единый перечень требований к физической, психологической и интеллектуальной подготовленности граждан, подлежащих призыву на военную службу (извлечения)<sup>1</sup>

Гражданин Российской Федерации, подлежащий призыву на военную службу (далее призывник), должен соответствовать требованиям, установленным в настоящем едином перечне.

### Требования к физической подготовленности

Призывник должен выполнять следующие упражнения, установленные Наставлением по физической подготовке в Вооружённых Силах Российской Федерации, утверждённым приказом Министра обороны Российской Федерации.

#### 1. Упражнения, направленные на развитие силы и силовой выносливости:

- подтягивание на перекладине;
- сгибание и разгибание рук в упоре лёжа;
- наклоны туловища вперёд.

#### 2. Упражнения, направленные на развитие быстроты и выносливости:

- бег на 60 м;
- бег на 100 м;
- челночный бег 10×10 м;
- бег на 400 м;
- бег на 1 км;
- бег на 3 км;
- метание гранаты 600 г на дальность;
- лыжная гонка на 5 км;
- плавание на 100 м в спортивной форме вольным стилем.

Оценка (уровень) физической подготовленности призывника складывается из суммы баллов, полученных им за выполнение всех назначенных для проверки физических упражнений при условии выполнения минимального порогового уровня в каждом упражнении, и определяется в соответствии с Таблицей оценки физической подготовленности военнослужащих по категории военнослужащих нового пополнения воинских частей.

<sup>1</sup> Разработан Министерством обороны Российской Федерации в соответствии с поручением Президента Российской Федерации от 6 мая 2009 г. № Пр-1098ГС.

## Требования к психологической и интеллектуальной подготовленности

Призывник должен:

- иметь не ниже удовлетворительного уровня общие познавательные способности и нервно-психическую устойчивость, оценка которых осуществляется в военном комиссариате в ходе проведения мероприятий по профессиональному психологическому отбору в соответствии с требованиями, определёнными Министром обороны Российской Федерации;
- иметь образование не ниже основного общего;
- освоить программу подготовки по основам военной службы на оценку не ниже «удовлетворительно»;

Призывник должен *знать*:

- состав и предназначение Вооружённых Сил Российской Федерации;
- основы законодательства Российской Федерации об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- порядок первоначальной постановки граждан на воинский учёт, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, а также альтернативной гражданской службы;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовки призывника;
- основные положения общевоинских уставов Вооружённых Сил Российской Федерации;
- общие обязанности военнослужащего и обязанности солдата (матроса);
- обязанности часового и дневального по роте;
- устройство стрелкового оружия, основные правила, приёмы и способы стрельбы из него, устройство ручных боевых гранат;
- требования безопасности при обращении с оружием и боеприпасами;
- основные приёмы и способы действий солдата в общевойсковом бою, сигналы управления, оповещения и взаимодействия, порядок подготовки места отдыха в полевых условиях;
- последовательность инженерного оборудования одиночного окопа;
- табельные средства индивидуальной защиты, порядок их использования;
- способы ориентирования на местности, простейшие способы измерений углов и расстояний на местности без карты;

- средства индивидуального медицинского оснащения военнослужащего, порядок и способы оказания первой помощи; основы гигиены;
- боевые свойства и поражающие факторы ядерного, химического, биологических оружия, химически опасных веществ и оружия, основанного на новых физических принципах, и способы защиты от них;
- требования безопасности в повседневной жизни;  
Призывник должен уметь:
- действовать по сигналам управления, оповещения и взаимодействия;
- выполнять основные приёмы и способы действий в общевойсковом бою;
- готовить стрелковое оружие к боевому применению и поражать из него с места неподвижные и появляющиеся цели днём и метать ручные имитационные гранаты;
- оборудовать и маскировать одиночный окоп, готовить место отдыха в полевых условиях;
- использовать индивидуальные средства защиты;
- ориентироваться на местности без карты;
- оказывать первую помощь при ожогах, острых отравлениях, обморожениях и других поражениях;
- выполнять обязанности дневального по роте;
- выполнять отдельные строевые приёмы без оружия на месте и в движении;
- соблюдать требования личной гигиены и правила ношения военной формы одежды.