





**Результаты выполнения учащимися контрольно-переводных нормативов по ОФП, СФП  
для зачисления в группы на этапы спортивной подготовки отделения Фигурное катание на коньках/ 2023-2024/**

№	Фамилия, имя	ОФП						СФП				Всего выполнено	Результата выполнения (выполнил // не выполнил)
		Бег на 30 м (С)	Челночный бег 3 x 10 м, (С)	Сгибание и разгибание рук, кол-во раз	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи), см	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами, см	Полнимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин, кол-во раз	Двойные Прыжки на скакалке на двух ногах за 1 мин, кол-во раз	Двойные Прыжки на скакалке на одной ноге за 1 мин, кол-во раз п/л	Выкрут прямых рук вперед – назад с шириной хвата, см	Прыжок в высоту с места, см		
		Не более 7.0	Не более 10.4	Не менее 10	Не менее +5	Не менее 115	Не менее 21	Не менее 71	Не менее 39	Не более 35	Не менее 26		
		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>		

**Тренировочный этап  
ДЕВОЧКИ**

1	Лутфуллина Алсу	5,2	7,7	40	14	174	39	109	80/45	0	45	10	выполнил
2	Ломкина Яна	5,4	7,9	30	18	185	40	105	85/84	35	41,5	10	выполнил
3	Исаева Полина	5,5	7,9	37	18	175	44	102	81/54	13	40	10	выполнил
4	Токарева Екатерина	5,4	7,9	31	18	186	36	75	70/39	14	44	10	выполнил
5	Ипкаева Амалия	5,3	7,9	50	15	160	39	100	89/74	33	41	10	выполнил
6	Шайдуллина Камила	5,1	7,6	50	16	181	33	100	80/80	34	47,5	10	выполнил
7	Хохлачева Афина	5,3	8,1	20	20	166	22	75	45/39	35	37	10	выполнил

Нормативы принимали «13»-«16» мая 2024 г.  
 Комиссия в составе Алчинова ЮС , Лебедева Э.Г.   
 Тренер Алишова ЮС 

Принят №26 от  
 17.05.2024г. о переводе  
 ШИТ-3   
 Учебный отдел  
 ДЮСШ «Нефтяник»