


**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	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		
		1	2	3	4	5	6	1	2	3	4		

**Тренировочный этап
ДЕВОЧКИ**

1	Погодкина Полина	5,1	7,9	36	10	179	37	87	58/45	35	43	10	выполнил
2	Комарова Лейла	5,2	8,0	29	14	181	42	85	40/52	31	41,5	10	выполнил
3	Воронова Дарья	5,1	7,2	44	21	183	44	77	63/58	26	44,5	10	выполнил
4	Бурганова Амелия	6,3	9,2	25	15	152	35	87	41/43	34	32,5	10	выполнил
5	Файрушина Саида	5,5	8,4	50	20	161	36	106	63/45	24	33,5	10	выполнил
6	Сумина София	5,4	8,0	30	17	158	40	91	53/45	25	34,5	10	выполнил

Приложение №26
 от 17.05.2024г. 0
 Учебный отдел
 ДЮСШ «Нефтяник»
 УТТГ-15


Тренировочный этап

МАЛЬЧИКИ

		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 гимнастиче ской скамье (от уровня скамьи), см	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами, см	Полнимани е 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 +1	Не менее 115	Не менее 21	Не менее 65	Не менее 30	Не более 50	Не менее 27		
1	Чекашов Андрей	5,4	8,2	34	14	173	36	93	58/51	34	40,5	10	выполнил

Нормативы принимали «13»- «16» мая 2024 г.

Комиссия в составе _____ Алчинова ЮС _____

_____, Лебедева Э.Г. _____

Тренер _____

Учебный отдел
ДЮСШ «Нефтяник»

Приказ № 26 от
17.05.2024г. о шефстве
г-3.
