

**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	Юнусова Камилла	5,6	9,0	30	13	160	27	77	39/46	26	31	10	выполнил
2	Хазипова Риана	4,9	7,9	27	12	180	35	91	47/59	35	41,5	10	выполнил
3	Григорьева Аделина	5,3	7,9	20	19	169	42	94	45/60	29	38	10	выполнил
4	Валиева Амелия	5,2	7,9	30	18	183	29	79	39/46	34	42,5	10	выполнил
5	Алиметова Сафия	5,3	8,3	21	18	166	44	94	54/39	29	40,5	10	выполнил
6	Габдрахманова Амелия	5,3	8,1	20	20	166	26	79	50/40	35	37	10	выполнил

**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 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 +1	Не менее 115	Не менее 21	Не менее 65	Не менее 30	Не более 50	Не менее 27		
1	Нуриев Даниэль	5,4	7,7	30	10	176	36	101	45/31	49	48	10	выполнил

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

Комиссия в составе Алчинова ЮС

Тренер Рахмогулова Ю.В

Лебедева Э.Г.

Учебный отдел  
ДЮСШ «Нефтяники»

Лист № 26 от  
17.05.2024, о проверке  
в УИТ-2 п.о.