

**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	Поднимание 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	Прыжки на скакалке на одной ноге за 1 мин, кол-во раз л/п	Выкрут прямых рук вперед – назад с шириной хвата, см	Прыжок в высоту с места, см		
		Не более 7.1	Не более 10.6	Не менее 4	Не менее+ 3	Не менее 105	Не менее 18	Не менее 65	Не менее 30	Не более 40	Не менее 24		
		1	2	3	4	5	6	1	2	3	4		

**Этап начальной подготовки
ДЕВОЧКИ**

1	Шамсутдинова Рената	6,0	7,5	38	19	162	38	95	149/154	9	38,5	10	выполнил
2	Мияссарова Раяна	5,4	9,0	29	15	123	33	97	143/146	33	36	10	выполнил
3	Мубаракшина Таира	5,9	8,2	27	18	169	41	101	117/144	30	39	10	выполнил
4	Салахутдинова Рузана	5,7	8,4	23	12	176	34	90	148/142	32	41	10	выполнил
5	Хуснутдинова Амелия	5,5	8,2	42	18	167	35	96	140/162	34	43,5	10	выполнил
6	Моисеева Веста	5,3	8,3	35	20	165	37	117	161/151	13	41,5	10	выполнил
7	Гильманова Диана	5,4	7,7	32	17	187	32	103	150/157	14	46	10	выполнил
8	Лимонова Есения	5,8	8,6	31	22	158	35	76	108/142	11	37	10	выполнил
9	Герасимова Ульяна	6,3	9,2	23	9	156	29	80	138/118	32	42	10	выполнил
10	Скворцова Серафима	6,0	8,2	23	17	157	34	70	166/161	28	38	10	выполнил

Приложение № 26
 от 17.05.2024 г.
 ДЮСШ «Нефтяник»

Этап начальной подготовки

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 гимнастическ ой скамье (от уровня скамьи), см	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами, см	Поднимание 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	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	Всего выпол нено	Результата выполнени я (выполнил // не выполнил)
		Не более 6.9	Не более 10.3	Не менее 7	Не менее + 1	Не менее 110	Не менее 21	Не менее 65	Не менее 30	Не более 50	Не менее 27		
1	Ломакин Данил	5,8	7,7	44	21	173	38	87	96/146	25	42	10	выполнил

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

Комиссия в составе _____ Алчинова ЮС _____

Тренер Мамкина Р.У.

_____, Лебедева Э.Г.

Приказ № 26
от 17.05.2024.
о утверждении в УЭГ-1

учебный отдел
ДЮСШ «Нефтяник»