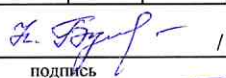


**Государственное автономное учреждение дополнительного образования Новосибирской области
«Спортивная школа «Центр подготовки по спортивной гимнастике Евгения Подгорного»**

Протокол сдачи контрольно-переводных нормативов (испытаний) учебно-тренировочного этапа 2 года обучения

№ п/п	Фамилия, Имя	Контрольные (упражнения) тесты по СФП — девушки																	
		Лазанье по канату с помощью ног 3 м		Подъем переворотом в упор из виса на гимнастической жерди		Силой, подъем в стойку на руках (на гимнастическом ковре)		Фиксация положения «угол» на гимнастических стоянках		Подъем выпрямленных ног до касания гимнастической стенки в положение «высокий угол»		Фиксация горизонтального упора с согнутыми ногами, колени прижаты к груди		Стойка на руках на полу, лицом к стене, с опорой ногами о стену		Фиксация положения стойка на одной ноге, вторая поднята на уровне или выше горизонтали, руки в стороны		Итого баллов	Примечание
без учета времени	балл	не менее 4 раз	балл	не менее 6 раз	балл	не менее 11 сек	балл	не менее 11 раз	балл	не менее 11 сек	балл	не менее 44 сек	балл	не менее 7 сек	балл	не менее 20 баллов			
1	Баранова Мирослава	"+"	3	7	3	8	3	30	3	21	3	30	3	60	3	25	3	24	зачет
2	Дергачева Ульяна	"+"	3	11	3	6	3	22	3	16	3	15	3	50	3	10	3	24	зачет
3	Гордиенко Диана	"+"	3	10	3	6	3	20	3	15	3	15	3	50	3	10	3	24	зачет
4	Сироткина Елизавета	"+"	3	4	3	6	3	12	3	11	3	11	3	60	3	7	1	22	зачет
5	Булдакова Валерия	"+"	3	4	3	6	3	11	3	11	3	15	3	45	1	10	3	22	зачет

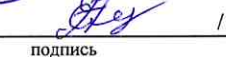
Тренер-преподаватель:

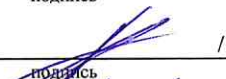
20.05.2025 /  / Бугрова Н.Г.
дата подпись Ф.И.О.

Председатель:

20.05.2025 /  / Гватуа В.Е.
дата подпись Ф.И.О.

Члены комиссии:

20.05.2025 /  / Елисеева А.Е.
дата подпись Ф.И.О.

20.05.2025 /  / Алтухов Е.Ю.
дата подпись Ф.И.О.

20.05.2025 /  / Козиоров М.Я.
дата подпись Ф.И.О.

**Государственное автономное учреждение дополнительного образования Новосибирской области
«Спортивная школа «Центр подготовки по спортивной гимнастике Евгения Подгорного»**

Протокол сдачи контрольно-переводных нормативов (испытаний) учебно-тренировочного этапа 2 года обучения

№ п/п	Фамилия, Имя	Контрольные (упражнения) тесты по ОФП — девушки													
		Бег 20 м с высокого старта		Челночный бег 3x10 м		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		Прыжок в длину с места		Наклон вперед на гимнастической скамье, с фиксацией не менее 3 сек		Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин		Итого баллов	Итого (зачтено/ не зачтено)
		не более 4,7 сек	балл	не более 9,9 сек	балл	не менее 8 раз	балл	не менее 130 см	балл	не менее + 6 см	балл	не менее 23 раз	балл	не менее 14 баллов	
1	Баранова Мирослава	3,7	3	7,9	3	30	3	183	3	12	3	60	3	18	зачет
2	Дергачева Ульяна	4	3	8,5	3	15	3	160	3	10	3	45	3	18	зачет
3	Гордиенко Диана	3,6	3	7,8	3	15	3	160	3	12	3	52	3	18	зачет
4	Сироткина Елизавета	4,2	3	8,7	3	8	3	140	3	20	3	43	3	18	зачет
5	Булдакова Валерия	3,9	3	9,9	3	15	3	140	3	10	3	39	3	18	зачет

Председатель:

20.05.2025

дата

/

подпись

Бугрова Н.Г.

Ф.И.О.

Председатель:

20.05.2025

дата

/

подпись

Гватуа В.Е.

Ф.И.О.

Члены комиссии:

20.05.2025

дата

/

подпись

Елисеева А.Е.

Ф.И.О.

20.05.2025

дата

/

подпись

Алтухов Е.Ю.

Ф.И.О.

20.05.2025

дата

/

подпись

Козиоров М.Я.

Ф.И.О.

**Государственное автономное учреждение дополнительного образования Новосибирской области
«Спортивная школа «Центр подготовки по спортивной гимнастике Евгения Подгорного»**

Протокол сдачи контрольно-переводных нормативов (испытаний) учебно-тренировочного этапа 4 года обучения

№ п/п	Фамилия, Имя	Контрольные (упражнения) тесты по ОФП — девушки													Примечание
		Бег 20 м с высокого старта		Челночный бег 3x10 м		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		Прыжок в длину с места		Наклон вперед на гимнастической скамье, с фиксацией не менее 3 сек		Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин		Итого баллов	
		не более 4,5 сек	балл	не более 8,9 сек	балл	не менее 10 раз	балл	не менее 150 см	балл	не менее + 8 см	балл	не менее 27 раз	балл	не менее 14 баллов	
1	Юдина Александра	3,7	3	7,7	3	20	3	185	3	15	3	49	3	18	зачет
2	Мищенко Арина	4	3	7,8	3	20	3	185	3	13	3	49	3	18	зачет
3	Кузнецова Милана	3,5	3	7,6	3	20	3	205	3	15	3	50	3	18	зачет
4	Гончаренко София	4,1	3	8,8	3	23	3	155	2	15	3	41	3	17	зачет
5	Кожевникова Елизавета	3,8	3	8	3	20	3	170	3	15	3	53	3	18	зачет
6	Карпова Милана	3,5	3	7,4	3	20	3	190	3	15	3	59	3	18	зачет
7	Кузнецова Мария	3,5	3	7,7	3	20	3	205	3	20	3	59	3	18	зачет
8	Шляпникова Екатерина	3,6	3	7,9	3	20	3	180	3	20	3	50	3	18	зачет
9	Метелкина Полина	3,9	3	7,8	3	20	3	180	3	20	3	45	3	18	зачет
10	Пуко Арина	4,3	3	8,7	3	20	3	155	2	15	3	41	3	17	зачет

Тренер-преподаватель:

20.05.2025

дата

подпись

Бугрова Н.Г.

Ф.И.О.

Председатель:

20.05.2025

дата

подпись

Гватуга В.Е.

Ф.И.О.

Члены комиссии:

20.05.2025

дата

подпись

Елисеева А.Е

Ф.И.О.

20.05.2025

дата

подпись

Алтухов Е.Ю.

Ф.И.О.

20.05.2025

дата

подпись

Козиоров М.Я.

Ф.И.О.

**Государственное автономное учреждение дополнительного образования Новосибирской области
«Спортивная школа «Центр подготовки по спортивной гимнастике Евгения Подгорного»**

Протокол сдачи контрольно-переводных нормативов (испытаний) учебно-тренировочного этапа 4 года обучения

№ п/п	Фамилия, Имя	Контрольные (упражнения) тесты по СФП — девушки																	
		Лазанье по канату с помощью ног 3 м		Подъем переворотом в упор из виса на гимнастической жерди		Силой, подъем в стойку на руках (на гимнастическом ковре)		Фиксация положения «угол» на гимнастических стоялках		Подъем выпрямленных ног до касания гимнастической стенки в положение «высокий угол»		Фиксация горизонтального упора с согнутыми ногами, колени прижаты к груди		Стойка на руках на полу, лицом к стене, с опорой ногами о стену		Фиксация положения стойка на одной ноге, вторая поднята на уровне или выше горизонтали, руки в стороны		Итого баллов	Примечание
		без учета времени	балл	не менее 6 раз	балл	не менее 8 раз	балл	не менее 13 сек	балл	не менее 13 раз	балл	не менее 13 сек	балл	не менее 52 сек	балл	не менее 11 сек	балл	не менее 20 баллов	
1	Юдина Александра	"+"	3	16	3	10	3	30	3	25	3	15	3	60	3	15	3	24	зачет
2	Мищенко Арина	"+"	3	14	3	8	3	30	3	20	3	15	3	60	3	15	3	24	зачет
3	Кузнецова Милана	"+"	3	8	3	8	3	17	3	13	3	20	3	60	3	15	3	24	зачет
4	Гончаренко София	"+"	3	7	3	8	3	30	3	23	3	30	3	60	3	25	3	24	зачет
5	Кожевникова Елизавета	"+"	3	6	3	8	3	15	3	15	3	15	3	60	3	15	3	24	зачет
6	Карпова Милана	"+"	3	12	3	8	3	15	3	15	3	15	3	60	3	15	3	24	зачет
7	Кузнецова Мария	"+"	3	16	3	10	3	15	3	25	3	15	3	60	3	15	3	24	зачет
8	Шляпникова Екатерина	"+"	3	15	3	10	3	30	3	19	3	15	3	60	3	15	3	24	зачет
9	Метелкина Полина	"+"	3	14	3	10	3	30	3	22	3	15	3	60	3	15	3	24	зачет
10	Пуко Арина	"+"	3	6	3	8	3	25	3	13	3	15	3	60	3	15	3	24	зачет

Тренер-преподаватель:

20.05.2025

дата

подпись

Бугрова Н.Г.

Ф.И.О.

Председатель:

20.05.2025

дата

подпись

Гватуа В.Е.

Ф.И.О.

Члены комиссии:

20.05.2025

дата

подпись

Елисеева А.Е.

Ф.И.О.

20.05.2025

дата

подпись

Алгухов Е.Ю.

Ф.И.О.

20.05.2025

дата

подпись

Козноров М.Я.

Ф.И.О.