

**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 СФИ — девушки																Итого баллов	Примечание
		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 стояках		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			
		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		
1	Юдина Александра	"+"	3	11	3	18	3	30	3	17	3	41	3	60	3	15	3	24	зачет
2	Мищенко Арина	"+"	3	8	3	15	3	17	3	17	3	55	3	60	3	15	3	24	зачет
3	Кузнецова Милана	"+"	3	3	0	8	3	27	3	16	3	44	3	60	3	11	1	19	незачет
4	Гончаренко София	"+"	3	12	3	20	3	45	3	16	3	38	3	60	3	15	3	24	зачет
5	Кожевникова Елизавета	"+"	3	7	3	14	3	35	3	12	0	126	3	60	3	15	3	21	незачет
6	Карпова Милана	"+"	3	7	3	10	3	37	3	16	3	39	3	60	3	15	3	24	зачет
7	Кузнецова Мария	"+"	3	13	3	20	3	63	3	20	3	60	3	60	3	15	3	24	зачет
8	Шляпникова Екатерина																	0	неявка
9	Метелкина Полина	"+"	3	18	3	18	3	70	3	20	3	33	3	60	3	15	3	24	зачет
10	Пуко Арина																	0	неявка

Тренер-преподаватель:

18.11.2025

дата

/  /

подпись

Бугрова Н.Г.

Ф.И.О.

Председатель:

18.11.2025

дата

/  /

подпись

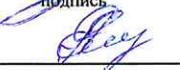
Гватуа В.Е.

Ф.И.О.

Члены комиссии:

18.11.2025

дата

/  /

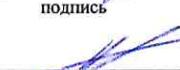
подпись

Елисеева А.Е.

Ф.И.О.

18.11.2025

дата

/  /

подпись

Алтухов Е.Ю.

Ф.И.О.

18.11.2025

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

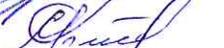
№ п/п	Фамилия, Имя	Контрольные (упражнения) тесты по ОФП — девушки													Примечание
		Бег 20 м с высокого старта		Челночный бег 3x10 м		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		Прыжок в длину с места		Наклон вперед на гимнастической скамье, с фиксацией не менее 3 сек		Поднимание туловища 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	3,6	3	7,54	3	16	3	190	3	20	3	53	3	18	зачет
2	Мищенко Арина	3,9	3	8,13	3	16	3	185	3	16	3	52	3	18	зачет
3	Кузнецова Милана	3,41	3	7,91	3	20	3	205	3	23	3	65	3	18	зачет
4	Гончаренко София	3,78	3	8,61	3	16	3	170	3	20	3	55	3	18	зачет
5	Кожевникова Елизавета	3,71	3	8,2	3	16	3	170	3	18	3	54	3	18	зачет
6	Карпова Милана	3,66	3	7,88	3	16	3	185	3	14	3	62	3	18	зачет
7	Кузнецова Мария	3,67	3	7,69	3	16	3	210	3	23	3	62	3	18	зачет
8	Шляпникова Екатерина													0	неявка
9	Метелкина Полина	3,61	3	7,83	3	20	3	180	3	21	3	54	3	18	зачет
10	Пуко Арина													0	неявка

Тренер-преподаватель: 18.11.2025 /  / Бугрова Н.Г.
дата подпись Ф.И.О.

Председатель: 18.11.2025 /  / Гвагва В.Е.
дата подпись Ф.И.О.

Члены комиссии: 18.11.2025 /  / Елисеева А.Е.
дата подпись Ф.И.О.

18.11.2025 /  / Алтухов Е.Ю.
дата подпись Ф.И.О.

18.11.2025 /  / 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 СФП — девушки																	Примечание
		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	
		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	10	3	20	3	35	3	20	3	55	3	60	3	15	3	24	зачет
2	Дергачева Ульяна	"+"	3	11	3	14	3	35	3	20	3	31	3	60	3	15	3	24	зачет
3	Гордиенко Диана	"+"	3	12	3	20	3	40	3	20	3	65	3	60	3	15	3	24	зачет
4	Сироткина Елизавета	"+"	3	0	0	0	0	5	0	2	0	5	0	44	1	10	3	7	незачет
5	Севостьянова Злата																	0	справка
6	Булдакова Валерия	"+"	3	0	0	0	0	5	0	1	0	8	0	60	3	10	3	9	незачет

Тренер-преподаватель:

18.11.2025

дата

подпись

Бугрова Н.Г.

Ф.И.О.

Председатель:

18.11.2025

дата

подпись

Гвагуа В.Е.

Ф.И.О.

Члены комиссии:

18.11.2025

дата

подпись

Елисева А.Е.

Ф.И.О.

18.11.2025

дата

подпись

Алтухов Е.Ю.

Ф.И.О.

18.11.2025

дата

подпись

Козноров 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 2 года обучения

№ п/п	Фамилия, Имя	Контрольные (упражнения) тесты по ОФП — девушки												Итого (зачтено/ не зачтено)	
		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 4,7 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	3,76	3	8,16	3	20	3	180	3	20	3	57	3	18	зачет
2	Дергачева Ульяна	4,08	3	8,75	3	15	3	165	3	17	3	45	3	18	зачет
3	Гордиенко Диана	3,73	3	7,95	3	15	3	170	3	18	3	55	3	18	зачет
4	Сироткина Елизавета	4,15	3	9	3	8	3	155	3	19	3	44	3	18	зачет
5	Севостьянова Злата													0	справка
6	Булдакова Валерия	4,2	3	8,23	3	8	3	145	3	15	3	42	3	18	зачет

Председатель:

18.11.2025

дата

/  /
подпись

Бугрова Н.Г.

Ф.И.О.

Председатель:

18.11.2025

дата

/  /
подпись

Гватуа В.Е.

Ф.И.О.

Члены комиссии:

18.11.2025

дата

/  /
подпись

Елисеева А.Е.

Ф.И.О.

18.11.2025

дата

/  /
подпись

Алтухов Е.Ю.

Ф.И.О.

18.11.2025

дата

/  /
подпись

Козиоров М.Я.

Ф.И.О.