

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

Протокол сдачи контрольно-переводных нормативов (испытаний) для зачисления (перевода) на этап совершенствования спортивного мастерства

№ п/п	Фамилия, Имя	Контрольные (упражнения) тесты по СФП — юниоры															Примечание
		Лазанье по канату без помощи ног 4 м		Силой, согнувшись ноги вместе, подъем в стойку на руках на параллельных брусьях (спичаг ноги вместе)		Подъем силой в упор из виса на гимнастических кольцах		Фиксация положения «угол» на гимнастических стояках		Сгибание и разгибание рук (отжимание на брусьях)		Опустить тело в горизонтальный вис сзади. Фиксация положения (горизонтальный вис сзади на кольцах)		Стойка на руках на полу. Фиксация положения		Всего баллов	
		не более 12,5 сек	балл	не менее 5 раз	балл	не менее 5 раз	балл	не менее 20 сек	балл	не менее 15 раз	балл	не менее 10 сек	балл	не менее 30 сек	балл	не менее 7 баллов	
1	Шуреев Денис	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	неявка
2	Скрябин Семен	6,9	3	8	2	8	3	32	3	25	3	10	1	60	3	18	зачтено

Тренер-преподаватель:

18.11.2024

дата

/

подпись

/

Матвеев А.А.

Ф.И.О.

Председатель:

18.11.2024

дата

/

подпись

/

Гватуга В.Е.

Ф.И.О.

Секретарь:

18.11.2024

дата

/

подпись

/

Елисеева А.Е.

Ф.И.О.

Члены комиссии:

18.11.2024

дата

/

подпись

/

Алтухов Е.Ю.

Ф.И.О.

18.11.2024

дата

/

подпись

/

Матвеев А.А.

Ф.И.О.

18.11.2024

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) для зачисления (перевода) на этап совершенствования спортивного мастерства

№ п/п	Фамилия, Имя	Контрольные (упражнения) тесты по ОФП — юниоры													Примечание
		Бег 20 м с высокого старта		Челночный бег 3x10 м		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		Сгибание и разгибание рук лежа на полу		Всего баллов	
		не более 3,8 сек	балл	не более 7,8 сек	балл	не менее 200 см	балл	не менее + 8 см	балл	не менее 40 раз	балл	не менее 24 раз	балл	не менее 6 баллов	
1	Шуреев Денис	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	неявка
2	Скрябин Семен	3,05	3	7,8	1	255	3	22	3	60	3	29	3	16	зачтено

Тренер-преподаватель:

18.11.2024

дата

подпись

Матвеев А.А.

Ф.И.О.

Председатель:

18.11.2024

дата

подпись

Гватуа В.Е.

Ф.И.О.

Секретарь:

18.11.2024

дата

подпись

Елисеева А.Е.

Ф.И.О.

Члены комиссии:

18.11.2024

дата

подпись

Алтухов Е.Ю.

Ф.И.О.

18.11.2024

дата

подпись

Матвеев А.А.

Ф.И.О.

18.11.2024

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) для зачисления (перевода) на этап высшего спортивного мастерства

№ п/п	Фамилия, Имя	Контрольные (упражнения) тесты по СФП — мужчины											Примечание
		Лазание по канату без помощи ног 5 м		Сгибание и разгибание рук (отжимание на параллельных брусьях)		Подъем силой в упор из виса на гимнастических кольцах		Горизонтальный упор на руках ноги врозь на параллельных брусьях. Фиксация положения		Стойка на руках на полу. Фиксация положения		Всего баллов	
		не более 7,8 сек		не менее 15 раз		не менее 6 раз		не менее 10 сек		не менее 60 сек		не менее 5 баллов	
1	Арзумян Давид	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	неявка
2	Козин Егор	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	неявка

Тренер-преподаватель:

18.11.2024 /  / Матвеев А.А.
дата подпись Ф.И.О.

Председатель:

18.11.2024 /  / Гватуа В.Е.
дата подпись Ф.И.О.

Секретарь:

18.11.2024 /  / Елисеева А.Е.
дата подпись Ф.И.О.

Члены комиссии:

18.11.2024 /  / Алтухов Е.Ю.
дата подпись Ф.И.О.

18.11.2024 /  / Матвеев А.А.
дата подпись Ф.И.О.

18.11.2024 /  / 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) для зачисления (перевода) на этап высшего спортивного мастерства

№ п/п	Фамилия, Имя	Контрольные (упражнения) тесты по ОФП — мужчины													Прмечание
		Бег 20 м		Челночный бег 3x10 м		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		Наклон вперед на гимнастической скамье, с фиксацией не менее 3 сек		Прыжок в длину с места		Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин		Всего баллов	
		не более 3,6 сек	балл	не более 7,6 сек	балл	не менее 27 раз	балл	не менее + 10 см	балл	не менее 230 см	балл	не менее 45 раз	балл	не менее 6 баллов	
1	Арзуманян Давид	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	несявка
2	Козин Егор	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	несявка

Тренер-преподаватель:

18.11.2024

дата

подпись

Матвеев А.А.

Ф.И.О.

Председатель:

18.11.2024

дата

подпись

Гватуа В.Е.

Ф.И.О.

Секретарь:

18.11.2024

дата

подпись

Елисеева А.Е.

Ф.И.О.

Члены комиссии:

18.11.2024

дата

подпись

Алтухов Е.Ю.

Ф.И.О.

18.11.2024

дата

подпись

Матвеев А.А.

Ф.И.О.

18.11.2024

дата

подпись

Козиоров М.Я.

Ф.И.О.