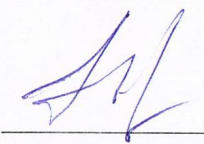


Протоколы контрольных нормативов по общей физической подготовке
ГНП 1-го года обучения (шахматы)

№ п/п	Ф. И. обучающегося	Год рождения	Виды испытаний (на основе Стандарта спортивной подготовки по виду спорта)																Оценка	
			Быстрота		Скоростно-силовые качества		Выносливость		Сила				Координация		Гибкость		Общий балл	Средний балл		
			Бег 30 м	Прыжок в длину с места	Приседания без остановки	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	Подъем туловища лежа на спине	Подтягивание из виса на перекладине	Челночный бег 3x10 м	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами										
Норматив для юношей			6,9 с	115 см	6 раз	7 раз	8 раз	2 раза	10,4 с	Коснуться пальцами рук до пола										
Норматив для девушек			7,2 с	110 см	6 раз	4 раз	5 раз	4 раза (низкая)	10,9 с	Коснуться пальцами рук до пола										
			результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл		
1	Амалицкая Анастасия	2008	7,1	5	108	3	8	5	5	5	3	3	4	5	10,7	5	5	5	36	4,5
2	Алипов Игорь	2008	7,2	3	105	3	8	5	4	5	5	3	0	3	11,0	5	3	5	26	3,4
3	Андрушкевич Светлана	2008	7,2	4	106	3	7	5	2	3	3	3	0	3	11,5	3	5	5	29	3,6
4	Бархатов Егор	2010	8,4	3	95	3	8	5	3	3	3	3	3	4	11,2	3	4	4	28	3,5
5	Галлямов Дмитрий	2006	6,1	5	110	3	10	5	8	5	10	5	4	5	10,6	5	4	4	37	4,6
6	Горошко Владислав	2008	6,8	5	118	5	8	5	8	5	8	4	3	5	10,5	3	4	4	36	4,5
7	Зекин Сергей	2008	6,7	5	120	5	7	5	7	4	6	3	4	5	10,4	4	4	4	35	4,4
8	Комченко Светлана	2008	7,4	3	108	3	5	3	2	3	3	3	2	3	11,2	3	3	3	24	3,9
9	Матвеев Глеб	2008	6,9	4	112	4	5	3	5	3	5	3	2	4	10,4	4	4	4	29	3,6
10	Смирнов Лев	2008	6,5	5	118	5	7	5	7	4	6	3	2	4	10,5	3	5	5	34	4,3

ПРИМЕЧАНИЕ: Выше норматива – 5 баллов Норматив – 4 балла Ниже норматива – 3 балла

Дата приема нормативов: 02.09.2017

Тренер-преподаватель по шахматам:  Рыбушкин И. В.

