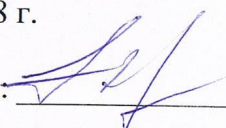


Протоколы контрольных нормативов по общей физической подготовке
В УТГ 1-й год обучения (шахматы)

№ п/п	Ф. И. обучающегося	Год рожд-я	Виды испытаний (на основе Стандарта спортивной подготовки по виду спорта)																Оценка			
			Быстрота		Скоростно-силовые качества		Выносливость		Сила				Координация		Гибкость		Техническое мастерство					
			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	Обязательная техническая программа	Общий балл	Средний балл									
Норматив для юношей			6,7 с	120 см	10 раз	9 раз	11 раз	4 раза	10,1 с	Коснуться пальцами рук до пола 2 раза												
Норматив для девушек			7,0 с	115 см	8 раз	5 раз	8 раз	5 раз (низкая)	10,7 с	Коснуться пальцами рук до пола 2 раза												
			результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл				
1	Блинова Екатерина	2004	6,6	5	130	5	10	5	5	4	8	4	4	4	10,6	5	4	4		36	9,5	
2	Иванов Лев	2007	6,8	3	118	3	10	4	6	3	10	3	3	3	10,2	3	5	5		27	3,3	
3	Кильдяшов Максим	2006	7,0	3	120	4	10	4	7	3	11	4	4	4	10,0	5	4	4		31	3,8	
4	Ким Николай	2007	6,6	5	122	5	12	5	9	4	12	5	5	5	10,0	5	4	4		38	4,8	
5	Мерена Артур	2007	7,0	4	116	3	10	4	4	3	6	3	2	3	10,6	3	3	3		27	3,4	
6	Выймов Сергей	2008	6,7	4	116	4	10	4	9	4	8	3	5	5	10,4	3	4	4		31	3,9	

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

Дата приема нормативов: 20.05.2018 г.

Тренер-преподаватель по шахматам:  Рыбушкин И. В.

