

Протоколы контрольных нормативов по общей физической подготовке
в УТГ 1-й год 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		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 раза (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	6,8	5	125	5	8	5	4	5	7	5	4	4	10,5	5	4	4			35	9,4
2	Иванов Лев	2007	6,6	5	120	5	8	3	3	3	6	3	2	3	10,3	3	2	4			29	3,8
3	Кильдяшов Максим	2006	6,8	4	124	5	10	5	6	3	8	3	4	3	9,8	5	3	5			33	4,1
4	Ким Николай	2007	6,4	5	125	5	11	5	9	4	11	4	5	5	10,0	5	3	5			35	4,8
5	Мерена Артур	2007	7,0	4	118	3	5	3	6	3	8	4	1	3	10,1	4	2	3			27	3,4
6	Выймов Сергей	2008	6,5	4	118	3	12	5	10	5	11	4	3	3	10,5	5	5	5			35	4,8

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

Дата приема нормативов: 05.09.2018

Тренер-преподаватель по шахматам:

Рыбушкин И. В.