

Протоколы контрольных нормативов по общей физической подготовке
в группе НП- 2-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					
			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	Общий балл	Средний балл								
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	Барковец Андрей	2008	6,8	5	118	5	7	5	4	3	6	3	0	3	10,5	3	4	4	30	3,7
2	Горшенина Мария	2008	7,5	3	104	3	6	4	1	3	4	3	0	3	11,2	3	4	4	26	3,3
3	Дармаев Буянто	2007	6,9	4	112	3	7	5	6	3	6	3	3	5	10,4	4	3	3	30	3,8
4	Загвоздкин Тимофей	2008	7,2	3	112	3	7	5	5	3	7	3	4	4	10,6	3	4	4	27	3,4
5	Ковтуненко Сергей	2008	6,9	4	116	5	8	5	7	4	8	4	0	3	10,3	5	4	4	34	4,2
6	Курбанова Виктория	2008	7,1	5	112	5	6	4	3	3	6	5	4	5	10,9	5	5	5	35	4,4
7	Кудрин Егор	2007	6,8	5	115	4	7	5	7	4	6	3	0	4	10,5	3	4	4	30	3,7
8	Привалов Дмитрий	2006	6,7	5	118	5	7	5	8	5	9	5	5	5	10,2	5	5	5	40	5,0
9	Хаматгалеева Алиса	2008	7,2	4	110	3	7	5	4	4	5	4	3	3	10,9	4	4	4	31	3,9
10	Шумик Полина	2008	7,4	3	108	3	6	4	3	3	5	4	2	3	11,1	3	4	4	27	3,4

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

Дата приема нормативов: 04.09.2018г.

Тренер-преподаватель по шахматам:  Рыбушкин И. В.

