

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования города Нижневартовска "Спортивная школа"
Протокол №25 от 29.10.2025
контрольных нормативов общей физической и специальной физической подготовки на этапе начальной подготовки
для зачисления на 2025-2026 учебный год

Вид спорта: Кудо

№	ФИО	Дата рождения	Тренер-преподаватель	Бег 30 м с высокого старта (не более 6 с и 6,1 с)	Сдача норматива	Бег 1 км с высокого старта (не более 5,40 мин и 6,30 мин)	Сдача норматива	Бег челночный 3*10 с высокого старта (не более 9,3 с и 9,6 с)	Сдача норматива	Прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги (не менее 140 см и 130 см)	Сдача норматива	И.П. - упор лежа, Сгибание и разгибание рук (не менее 12 р и 7 р)	Сдача норматива	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу. Коснуться пола пальцами рук (не менее 1)	Сдача норматива	И.П. лежа на спине. Ноги согнуты в коленях на ширине плеч, руки согнуты и сжаты в замок за головой. Подъем туловища до касания бедер с возвратом в И.П. в течение 1 мин/юноши не менее 30/девушки не менее 25	Сдача норматива	И.П.-вис хватом сверху на высокой перекладине. Сгибание и разгибание рук/юноши не менее 3	Сдача норматива	И.П.-вис хватом сверху лежа на низкой перекладине. Сгибание и разгибание рук/девушки не менее 8	Сдача норматива	Баллы	Итого (выполнил/не выполнил)
1	Галкин Егор Аевгеньевич	04.12.2013	Игунов С.А.	3,5	сдал	5,2	сдал	8,1	сдал	220	сдал	15	сдал	1	сдал	38	сдал	6	сдал	—	—	9	Выполнил
2	Зарипов Абулбакршо Шайдуллоевич	10.04.2011	Игунов С.А.	4,6	сдал	3,5	сдал	6,4	сдал	220	сдал	15	сдал	1	сдал	37	сдал	6	сдал	—	—	9	Выполнил
3	Зарипов Хайдаршо Шайдуллоевич	25.08.2014	Игунов С.А.	5,6	сдал	3,4	сдал	6,5	сдал	150	сдал	15	сдал	1	сдал	40	сдал	5	сдал	—	—	9	Выполнил
4	Шагалов Артем Александрович	13.01.2009	Игунов С.А.	5,9	сдал	5,3	сдал	8,9	сдал	210	сдал	40	сдал	1	сдал	40	сдал	6	сдал	—	—	9	Выполнил

*Примечание

1 норматив - 1 балл

Проходной балл для зачисления 9 баллов.

Председатель приемной комиссии:

Полятыкина Н.Д.

Члены приемной комиссии:

Заместитель председателя приемной комиссии:

Луценко А.А.

Секретарь приемной комиссии:

Краснова К.В.

Кандаурова И.В.

Кончарук И.Н.

Телицына О.Ю.

Константинова Р.М.