

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования города Нижневартовска "Спортивная школа"

Протокол №26 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: Рукопашный бой

№	ФИО	Дата рождения	Тренер-преподаватель	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу мальчики (не менее 10 раз) девочки (не менее 5 раз)	Сдача норматива	Прыжок в длину с места толчок ногами мальчик (не менее 130 см) девочки (не менее 125 см)	Сдача норматива	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) мальчики не менее +2 девочки не менее +3	Сдача норматива	Бег на 30 м мальчики не более 6,2 с) девочки (не более 6,4 с)	Сдача норматива	Челночный бег 3 x 10 м мальчики не более 9,6с) девочки (не более 9,9с)	Сдача норматива	Стоя ровно, на одной ноге, руки на поясе. Фиксация положения мальчики (не менее 12с) девочки (не менее 10с)	Сдача норматива	Непрерывный бег в свободном темпе мальчики (10 мин) девочки (8 мин)	Сдача норматива	Баллы	Итого (выполнил/ не выполнил)
1	Зинин Макар Олегович	06.12.2013	Самохин С.А.	30	сдал	130	сдал	2	сдал	6,2	сдал	6,9	не сдал	12	сдал	10	сдал	6	Выполнил
2	Ибатуллин Артур Ильдарович	05.08.2008	Самохин С.А.	60	сдал	240	сдал	2	сдал	6,1	сдал	5,6	сдал	12	сдал	10	сдал	7	Выполнил
3	Кушниренко Роман Андреевич	16.04.2009	Самохин С.А.	40	сдал	200	сдал	2	сдал	5,7	сдал	5,6	сдал	12	сдал	10	сдал	7	Выполнил
4	Мамашев Сайдулла Альбертович	26.07.2014	Самохин С.А.	20	сдал	140	сдал	2	сдал	5,4	сдал	6,7	сдал	12	сдал	10	сдал	7	Выполнил
5	Мягков Семён Алексеевич	14.01.2015	Самохин С.А.	15	сдал	160	сдал	4	4,4	сдал	8,8	сдал	13	сдал	10	6	сдал	6	выполнил
6	Сайдвалиев Хусрав Хуршедович	25.04.2015	Самохин С.А.	15	сдал	160	сдал	2	сдал	5,8	сдал	6,8	сдал	12	сдал	10	сдал	7	Выполнил
7	Садыков Марсэль Ринатович	09.05.2015	Самохин С.А.	15	сдал	180	сдал	2	сдал	5	сдал	6,6	сдал	15	сдал	10	сдал	7	Выполнил
8	Сулига Василий Романович	18.05.2013	Самохин С.А.	20	сдал	170	сдал	2	сдал	5,4	сдал	6,6	сдал	12	сдал	10	сдал	7	Выполнил
9	Ткач Мария Максимовна	05.05.2013	Самохин С.А.	20	сдал	160	сдал	5	сдал	5,7	сдал	7,3	сдал	12	сдал	10	сдал	7	Выполнил
10	Шигапов Тимур Айдарович	04.04.2009	Самохин С.А.	40	сдал	220	сдал	2	сдал	6,2	сдал	6,4	сдал	12	сдал	10	сдал	7	Выполнил

*Примечание

1 норматив - 1 балл

Проходной балл для зачисления 6- 7 баллов.

Председатель приемной комиссии:

Полыткина Н.Д.

Члены приемной комиссии:

Заместитель председателя приемной комиссии:

Луценко А.А.

Кандаурова И.В.

Секретарь приемной комиссии:

Краснова К.В.

Гончарук И.Н.

Телицына О.Ю.

Константинова Р.М.