

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования города Нижневартовска "Спортивная школа"

Протокол № 32 от 25.02.2026

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 двумя ногами мальчик (не менее 130 см) девочки (не менее 125см)	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	Гриньков Григорий Юрьевич	22.12.2015	Самохин С.А.	30	сдал	130	сдал	2	сдал	6,2	сдал	6,9	не сдал	12	сдал	10	сдал	6	Выполнил
2	Холиков Анвар Ахрорович	06.11.2015	Самохин С.А.	60	сдал	240	сдал	2	сдал	6,1	сдал	5,6	сдал	12	сдал	10	сдал	7	Выполнил

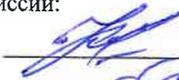
*Примечание

1 норматив - 1 балл

Проходной балл для зачисления 6- 7 баллов.

Председатель приемной комиссии:  Полятыкина 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.