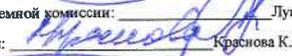


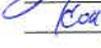
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования города Нижневартовска "Спортивная школа"
Протокол № 49 от 16.02.21 контрольных нормативов общей физической и специальной физической подготовки на этапе начальной подготовки для зачисления на 2025-2026 учебный год

Вид спорта: Танцевальный спорт (Брейкинг)

№	ФИО	Год рождения	Бег на 30 м (мальчики не более 6,9 сек., девочки не более 7,1 сек.)	Сдача норматива	Смешанное передвижение на 1000 м (мальчики не более 7 мин., 10 сек., девочки не более 7 мин., 35 сек.)	Сдача норматива	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) (мальчики не менее +1 см, девочки не менее +3 см)	Сдача норматива	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (не менее 110 см./девочки не менее 105)	Сдача норматива	Исходное положение – стоя, ноги вместе, руки вверх, в замок. Отведение рук назад (мальчики не менее 15°/девочки не менее 30°)	Сдача норматива	Равновесие на одной ноге, другую согнуть в сторону, стопа прижата к колену опорной ноги, руки в стороны. Удержание положения (мальчики не менее 4 сек./девочки не менее 5 сек.)	Сдача норматива	Исходное положение - лежа на спине. Ноги согнуты в коленях на ширине плеч, руки согнуты и сложены в замок за головой. Подъем туловища до касания бедер с возвратом в исходное положение (мальчики не менее 7 раз/девочки не менее 5 раз)	Сдача норматива	Исходное положение – упор лежа. Сгибание и разгибание рук (кол. раз) (мальчики не менее 8 раз/девочки не менее 5 раз)	Сдача норматива	Исходное положение – вис на гимнастической стенке. Подъем выпрямленных ног до горизонтального положения угла (количество раз) (не менее 5 раз)	Сдача норматива	Итого	Выполнение
1	Аптреев Николай Ярославович	29.03.2020	7,58	не сдал	7,01	сдал	3	сдал	115	сдал	+	сдал	6	сдал	10	сдал	10	сдал	5	сдал	8	Выполнил

*Примечание
 1 норматив - 1 балл
 Проходной балл для зачисления - 8-9 баллов.
 Резерв 7 баллов.

Председатель приемной комиссии:  Подтыкина Н.Д.
 Заместитель председателя приемной комиссии: Луценко А.А.
 Секретарь приемной комиссии:  Краснова К.В.

Члены приемной комиссии:
 Телицина О.Ю.
 Кандаурова И.В.
 Константинова Р.М.
 Гончарук И.Н.