

ПРОТОКОЛ

приема нормативов для зачисления на этап спортивной подготовки «спортивной специализации»

вид спорта художественная гимнастика

2017 – 2018 учебного года

рольные упражнения (тесты)	Критерии оценки	Фамилия и имя обучающегося							
		Баландина Диана	Гришко Алиса	Ивашина Арина	Килосония Ева	Комлева Дарья	Осадченко Мария	Солохина Анна	
с опоры высотой 40 см и назад дой ноги ой ноги	«5» - плотное касание пола правым и левым бедром, захват двумя руками «4» - 1-5 см от пола «3» - 6-10 см т. пола до бедра «2» - захват только одной рукой «1» - без наклона	5/5	4/4	4/3	3/3	5/5	5/4	5/4	
ный шпагат	«5» - вып-е шпагата по одной прямой «4» - с неб. заворотом стоп вовнутрь «3» - до 10 см от линии до паха «2» - 10-15 см от линии до паха «1» - 10-15 см от линии до паха с заворотом стоп вовнутрь	4	5	4	4	5	5	4	
ва коленах ойка на коленах гнуться назад с захватом а пятки саяния положения	«5» - плотная складка, локти прямые, колени вместе «4» - недостаточная складка наклоне, согнутые руки «3» - недостат. складка в наклоне согнутые руки, колени врозь «2» - наклон назад, руками до пола «1» - наклон назад, руками до пола, колени врозь	5	5	5	4	5	5	5	
новая стойка тон назад с односторонним руками голени саяния положения	«5» - мост с захватом руками за голень, плотная складка «4» - мост с захватом руками голени «3» - мост вплотную, руки к пяткам «2» - 2-6 см от рук до стоп «1» - 7-12 см от рук до стоп	5	4	5	4	5	5	4	
ежа на спине, ноги вверх углом, ноги в поперечном обязательном складки. Выполнили за 10 секунд	Оценивается амплитуда, темп при обязательном положении спины при выполнении складки. Выполнили за 10 секунд «5» - 10 раз «4» - 9 раз «3» - 8 раз «2» - 7 раз «1» - 6 раз	5	5	5	5	5	5	5	
ежа на животе гнуться назад, руки леч	Выполнить 10 раз «5» - до касания ног, стопы вместе «4» - руки параллельно полу «3» - руки дальше вертикали «2» - руки точно вверх «1» - руки чуть ниже вертикали	5	5	5	5	5	5	5	
с двойным вперед	«5» - 20 раз за 10 секунд «4» - 19 раз «3» - 18 раз «2» - 17 раз «1» - 16 раз	4	4	5	4	4	3	4	

(Ф.И.О. тренера-преподавателя)

ПРОТОКОЛ

приема нормативов для зачисления на этап спортивной подготовки «спортивного совершенствования»
вида спорта художественная гимнастика

2017 – 2018 учебного года

Требования к выполнению (тесты)	Критерии оценки	Фамилия и имя обучающегося				
		Бунеева Дарья	Голотина Ирина	Логунова Екатерина	Рыжова Алина	Чернецова Татьяна
с опоры высотой 50 см с левой ногой вперед, правой ногой назад	«5» - плотное касание пола правым и левым бедром, захват двумя руками «4» - 1-5 см от пола «3» - 6-10 см т.п. до бедра «2» - захват только одноименной рукой «1» - без наклона	5	5	5	3	4
с опоры высотой 50 см с левой ногой вперед, правой ногой назад	«5» - выполнение шпагата по одной прямой «4» - с небольшим заворотом стоп вовнутрь «3» - до 10 см от линии до паха «2» - 10-15 см от линии до паха «1» - 10-15 см от линии до паха с заворотом стоп вовнутрь	5	5	4	3	3
с опоры высотой 50 см с левой ногой вперед, правой ногой назад	«5» - плотная складка, локти прямые, колени вместе «4» - недостаточная складка в наклоне, согнутые руки «3» - недостаточная складка в наклоне, согнутые руки, колени врозь «2» - наклон назад, руками до пола «1» - наклон назад, руками до пола, колени врозь	5	5	5	3	4
с опоры высотой 50 см с левой ногой вперед, правой ногой назад	«5» - мост с захватом руками за голень, плотная складка «4» - мост с захватом «3» - мост вилотную, руки к пяткам «2» - 2-6 см от рук до стоп «1» - 7-12 см от рук до стоп	5	5	5	3	4
с опоры высотой 50 см с левой ногой вперед, правой ногой назад	Оде наивается амплитуда, темп при выполнении обязательном вертикальном положении спины при выполнении складки. Выполнения за 15 секунд «5» - 14 раз «4» - 13 раз «3» - 12 раз «2» - 11 раз «1» - 10 раз	4	4	5	3	4
с опоры высотой 50 см с левой ногой вперед, правой ногой назад	Выполнить 10 раз за 10 секунд «5» - до касания ног, стопы вместе «4» - руки параллельно полу «3» - руки дальше вертикали «2» - руки точно вверх «1» - руки чуть ниже вертикали	5	5	5	3	4

Критерии оценки	Фамилия и имя обучающегося					
	Бунева Дарья	Голотина Ирина	Логунова Екатерина	Рыжова Алина	Чернецова Татьяна	
Критерии оценки	3	4	4	3	5	
с двойным вращением вперед	3	4	4	3	5	
не «захват»	4	5	5	3	4	
обойка руки в стороны	4/4	5/4	5/4	3/3	4/5	
правой назад, захват	5/4	4/4	5/4	3/3	4/4	
инной рукой, стойка на	5/4	5/4	5/4	3/3	4/4	
полулалец.	5/5	5/5	5/5	3/3	4/4	
соединение с другой ноги	5/5	5/5	5/5	3/3	4/4	
не в шпагат вперед, назад	5/5	5/5	5/5	3/3	4/4	
с правой левой ноги и равновесия – 5 секунд	5/5	5/5	5/5	3/3	4/4	
равновесие	5/5	5/5	5/5	3/3	4/4	
сется на полулалец и левой ноги. Фиксация	5/5	5/5	5/5	3/3	4/4	
корпуса ниже вертикали	5/5	5/5	5/5	3/3	4/4	
«3» - 160-135°	5/5	5/5	5/5	3/3	4/4	
«2» - неуверенное исполнение	5/5	5/5	5/5	3/3	4/4	
технического элемента, низкий	5/5	5/5	5/5	3/3	4/4	
полулалец, недостаточная	5/5	5/5	5/5	3/3	4/4	
амплитуда	5/5	5/5	5/5	3/3	4/4	
«5» - демонстрация трех шпагатов	5/5	5/5	5/5	3/3	4/4	
фиксация наклона	5/5	5/5	5/5	3/3	4/4	
«4» - недостаточная амплитуда	5/5	5/5	5/5	3/3	4/4	
«3» - нет фиксированной концевки	5/5	5/5	5/5	3/3	4/4	
элемента	5/5	5/5	5/5	3/3	4/4	
«2» - амплитуда менее 135°	5/5	5/5	5/5	3/3	4/4	
«5» - демонстрация трех шпагатов	5/5	5/5	5/5	3/3	4/4	
фиксация наклона	5/5	5/5	5/5	3/3	4/4	
«4» - недостаточная амплитуда	5/5	5/5	5/5	3/3	4/4	
«3» - нет фиксированной концевки	5/5	5/5	5/5	3/3	4/4	
элемента	5/5	5/5	5/5	3/3	4/4	
«2» - амплитуда менее 135°	5/5	5/5	5/5	3/3	4/4	
«5» - демонстрация трех шпагатов	5/5	5/5	5/5	3/3	4/4	
фиксация наклона	5/5	5/5	5/5	3/3	4/4	
«4» - недостаточная амплитуда	5/5	5/5	5/5	3/3	4/4	
«3» - нет фиксированной концевки	5/5	5/5	5/5	3/3	4/4	
элемента	5/5	5/5	5/5	3/3	4/4	
«2» - амплитуда менее 135°	5/5	5/5	5/5	3/3	4/4	
Имеющийся разряд	КСС	КСС	КСС	КСС	КСС	
Слано / не слано	Слано	Слано	Слано	на слано	Слано	

люция комиссии 4 членами, решением нашей комиссии для размещения на сайте

седатель комиссии, директор МУ СДЮСШОР № 21 А.А. Тулульников

старь, инструктор-методист МУ СДЮСШОР № 21 Л.Г. Алатарцева



(Ф.И.О. тренера-преподавателя)

ПРОТОКОЛ

приема нормативов для зачисления на этап спортивной подготовки «начальной специализации»
 вида спорта художественная гимнастика
 20 17 – 20 18 учебного года

рольные упражнения (тесты)	Критерии оценки	Фамилия и имя обучающегося							
		Бессарабова Марина	Время Кристина	Еронина Валерия	Клеменова Алена	Клеменова Полина	Колобова Милана	Савельева Диана	Сидоренко Виктория
д.д. ноги вместе перед я положения 5 счетов	х5» - плотная складка, колени прям. х4» - кисти рук выходят за линии стоп, колени прямые х3» - при наклоне вперед кисти рук на линии стоп, колени прямые	5	5	4	5	5	4	5	5
жа на животе - прогиб назад в упоре стигание ног ся расстояние между лбом	х5» - касание стопами лба х4» - до 5 см х3» - 6-10 см При выполнении движения колени и	5	4	5	5	5	4	5	4
стойка ноги вместе, руки амок е рук назад	х5» - 45° х4» - 30° х3» - 20°	4	5	5	5	5	4	5	4
ие на одной, другая вперед, стопа прижата опорной ноги, руки	х5» - удержание положения в время 6 секунд х4» - 4 секунды х3» - 2 секунды Выполнять с обеих ног	4	5	4	5	4	4	5	4
толчком двух ног	Оценивается по 5-бальной системе легкость прыжка, толчок)	5	5	5	5	4	4	5	4
Имеющийся разряд		нетр.	нетр.	нетр.	нетр.	нетр.	нетр.	нетр.	нетр.
Сдано/не сдано		сдано	сдано	сдано	сдано	сдано	сдано	сдано	сдано

ПРЕДСЕДАТЕЛЬ КОМИССИИ в целях выполнения условий нормативов для зачисления на этап начальной специализации в предметной области художественная гимнастика для девочек 10-11 лет

председатель комиссии, директор МУ СДЮСШОР № 21

А.А. Тулупников



методист МУ СДЮСШОР № 21

Л.Г. Алагарцева

ПРОТОКОЛ

приема нормативов для зачисления на этап спортивной подготовки «начальной специализации»
вид спорта художественная гимнастика
20 17 – 20 18 учебного года

рольные упражнения (тесты)	Критерии оценки	Фамилия и имя обучающегося				
		Сидорчук София	Сливинская Дрья	Шишкина Анна	Шишкина Александра	
д.л. ноги вместе перед я положения 5 счетов	«5» - плотная складка, колени прям. «4» - кисти рук выходят за линии стоп, колени прямые «3» - при наклоне вперед кисти рук на линии стоп, колени прямые	5	4	4	4	
жа на животе - прогиб назад в упоре стигание ног ся расстояние между лбом	«5» - касание стопами лба «4» - до 5 см «3» - 6-10 см При выполнении движения колени обязательно вместе	5	5	4	4	
стойка ноги вместе, руки «4» - 30° «3» - 20°	«5» - 45° «4» - 30° «3» - 20°	5	4	5	3	
е на одной, другая вперед, стопа прижата опорной ноги, руки	«5» - удержание положения вперед, стопа прижата мечение 6 секунд «4» - 4 секунды «3» - 2 секунды	4	4	3	3	
толчком двух ног	Выполнять с обеих ног Оценивается по 5-бальной системе (легкость прыжка, толчок)	4	5	4	4	
Имеющийся разряд						
Слано/не слано						

люция комиссии 4 членами комиссии руководителями на этапах
приема нормативов и результатов руководителями ИБСЧ МОРЧД

седатель комиссии, директор МУ СДЮСШОР № 21

А.А. Тулупников

етарь, инструктор-методист МУ СДЮСШОР № 21

Л.Г. Алатарцева

