

Киселева С.В.  
(Ф.И.О. тренера-преподавателя)

**ПРОТОКОЛ**

приема нормативов для зачисления на этап спортивной подготовки «спортивной специализации»  
вид спорта танцевальный спорт  
20 17 – 20 18 учебного года

Контрольные упражнения (тесты)	Фамилия и имя обучающегося							
	Виноградская Яна	Военный Ян	Глушихин Иван	Карпова Анна	Мулеев Максим	Опарина Мария	Сафронов Марк	Спирин Кирилл
Прыжки с вращением скакалки вперед (не менее 70 прыжков за 1 мин)		75	61		84		50	62
Бег на 20 м (не более 4,5 с)		45	48		44		49	46
Челночный бег 3 x 10 м (не более 13 с)		98	118		46		129	127
Прыжок в длину с места (не менее 140 см)		154	129		154		118	135
Подъем туловища из положения лежа (не менее 35 раз за 1 мин)		90	27		36		23	32
Непрерывный бег в свободном темпе (не менее 10 мин)		10	9		11		8	9
Обязательная техническая программа								
Прыжки с вращением скакалки вперед (не менее 60 прыжков за 1 мин)	71			120				
Бег на 20 м (не более 4,8 с)	48			47				
Челночный бег 3 x 10 м (не более 13,5 с)	114			97				
Прыжок в длину с места (не менее 130 см)	132			148				
Подъем туловища из положения лежа (не менее 20 раз за 1 мин)	22			33				
Непрерывный бег в свободном темпе (не менее 10 мин)	10			11				
Обязательная техническая программа								
Имеющийся разряд								
Сдано / не сдано	сдано	сдано	не сдано	сдано	сдано	сдано	сдано	не сдано

ПОЯСНЕНИЕ КОМИССИИ 5 человек, трое из них женщины, в том числе члены комиссии на тот момент времени и руководителем группы танцевального спорта МУ СДЮСШОР № 21

председатель комиссии, директор МУ СДЮСШОР № 21

А.А. Тулупников



методист МУ СДЮСШОР № 21

Л.Г. Алатарцева

### ПРОТОКОЛ

приема нормативов для зачисления на этап спортивной подготовки «спортивной специализации»  
вид спорта танцевальный спорт  
20 17 – 20 18 учебного года

Контрольные упражнения (тесты)	Фамилия и имя обучающегося			
	Спицына София	Чехова Полина	Шматко Дарья	
Прыжки с вращением скакалки вперед (не менее 70 прыжков за 1 мин) Бег на 20 м (не более 4,5 с)				
Челночный бег 3 x 10 м (не более 13 с)				
Прыжок в длину с места (не менее 140 см)				
Удъем туловища из положения лежа (не менее 35 раз за 1 мин)				
Непрерывный бег в свободном темпе (не менее 10 мин)				
Обязательная техническая программа				
Прыжки с вращением скакалки вперед (не менее 60 прыжков за 1 мин) Бег на 20 м (не более 4,8 с)	57 47	85 47	67 50	
Челночный бег 3 x 10 м (не более 13,5 с)	13,3 12,0	10,6 13,9	11,9 12,8	
Прыжок в длину с места (не менее 130 см)	17	24	19	
Ползем туловища из положения лежа (не менее 20 раз за 1 мин)	9	10	9	
Непрерывный бег в свободном темпе (не менее 10 мин)				
Обязательная техническая программа				
Имеющийся разряд				
Сдано / не сдано	не сдано сдано не дано			

ЛУЦИЯ КОМИССИИ, 1 членом комиссии были назначены Фит Джамалович на тему  
данным членом комиссии и руководителем МУ СДЮСШОР № 21

дседатель комиссии, директор МУ СДЮСШОР № 21

А.А. Тулупников

етарь, инструктор-методист МУ СДЮСШОР № 21

Л.Г. Алатарцева





**ПРОТОКОЛ**

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

вид спорта танцевальный спорт

20 17 – 20 18 учебного года

Контрольные упражнения (тесты)	Фамилия и имя обучающегося							
	Бабаян Алина	Грачева Александра	Зуев Сергей	Марьенко Андрей	Перцева Вероника	Стеценко Богдан	Фалалеева Эвелина	Юшина Евгения
Прыжки с вращением скакалки вперед (не менее 70 прыжков за 1 мин) Бег на 20 м (не более 4,5 с)			78 4,5	56 4,8		105 4,4		
Челночный бег 3 x 10 м (не более 13 с)			10,3 14,4	12,6 13,2		9,7 15,7		
Прыжок в длину с места (не менее 140 см) Подъем туловища из положения лежа (не менее 35 раз за 1 мин)			35	30		38		
Непрерывный бег в свободном темпе (не менее 10 мин)			10	9		12		
Обязательная техническая программа								
Прыжки с вращением скакалки вперед (не менее 60 прыжков за 1 мин) Бег на 20 м (не более 4,8 с)	65 50	108 4,8	86 4,8	86 4,8		70 5,0		96 4,7
Челночный бег 3 x 10 м (не более 13,5 с)	12,9 12,5	10,5 14,7	10,7 13,9	10,7 13,9		7,4 7,26		10,8 14,0
Прыжок в длину с места (не менее 130 см)	18	31	26	26		18		29
Подъем туловища из положения лежа (не менее 20 раз за 1 мин)	9	11	10	10		9		10
Непрерывный бег в свободном темпе (не менее 10 мин)								
Обязательная техническая программа								
Имеющийся разряд								
Сдано / не сдано	не сдано	сдано	сдано	не сдано	сдано	сдано	не сдано	сдано

ЧЛЮЩАЯ КОМИССИЯ 5 членов формирует группу танцевального вида танцевального спорта на этапе спортивной подготовки и рекомендует для зачисления на этап спортивной подготовки

председатель комиссии, директор МУ СДЮСШОР № 21

А.А. Тулупников



методист МУ СДЮСШОР № 21

Л.Г. Алатарцева

**ПРОТОКОЛ**

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

Контрольные упражнения (тесты)	Фамилия и имя обучающегося									
	Баран София	Бородин Динасий	Бородина Анита	Варданян Артем	Гринькова Ирина	Ершова Наталья	Живаева София	Кавтарадзе Илья		
Бег на 30 м (не более 6,9 с)	6,8	14,8	24	6,8			6,9			
Прыжок в длину с места (не менее 115 см)				132			129			
Прыжок в высоту с места (не менее 20 см)				20			20			
И.П. - стойка ноги вместе, руки вверху, в замке. Отведение рук назад (не менее 15°)		+		+			+			
Баланс на одной ноге, другая согнута в сторону, стопа прижата к колену опорной ноги, руки в стороны (удержание положения в течение 4 с)		+		+			+			
Подъем туловища, лежа на спине (не м. 7 раз)	7,1	21	21	22	7,0		30			
Бег на 30 м (не более 7,2 с)	14,4		7,1		140		7,4			
Прыжок в длину с места (не м. 110 см)	19		14,8		23		104			
Прыжок в высоту с места (не м. 15 см)			21				13			
И.П. - стойка ноги вместе, руки вверху, в замке. Отведение рук назад (не м. 30°)		+	+	+	+		+			
Баланс на одной ноге, другая согнута в сторону, стопа прижата к колену опорной ноги, руки в стороны (удержание положения в течение 5 с)		+	+	+	+		+			
Подъем туловища, лежа на спине (не м. 5 раз)	23		25		29		8			
Имеющийся разряд										
Сдано / не сдано	сдано	сдано	сдано	сдано	сдано	не сдано	не сдано	сдано		

ЧЛЕНОВ КОМИССИИ в качестве члена комиссии назначены следующие кандидаты на членские должности: преподаватель физкультурно-спортивной подготовки МБОУ ШОР №1

Председатель комиссии, директор МУ СДЮСШОР № 21

А.А. Тулупников



Методист МУ СДЮСШОР № 21

Л.Г. Алатарцева





**ПРОТОКОЛ**

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

вид спорта танцевальный спорт

20 17 – 20 18 учебного года

Контрольные упражнения (тесты)	Фамилия и имя обучающегося									
	Куранжин Егор	Лежнина Дарья	Литвинова София	Нефтуллаева Алина	Орлова Елена	Попова Маргарита	Рыбкина Виктория	Сигаева Анна		
Бег на 30 м (не более 6,9 с)	6,2									
рыжок в длину с места (не менее 115 см)	148									
рыжок в высоту с места (не менее 20 см)	21									
И.П. - стойка ноги вместе, руки вверх, в замке. Отведение рук назад (не менее 15°)	+									
авновесие на одной ноге, другая согнута в сторону, стопа прижата к колену опорной и, руки в стороны (удержание положения в течение 4 с)	+									
льем туловища, лежа на спине (не м. 7 раз)	19	75	72	71	71	72	72	71		
Бег на 30 м (не более 7,2 с)		107	126	136	127	132	120	140		
Прыжок в длину с места (не м. 110 см)		12	17	20	17	20	19	21		
Прыжок в высоту с места (не м. 15 см)										
И.П. - стойка ноги вместе, руки вверх, в замке. Отведение рук назад (не м. 30°)		-	+	+	+	+	+	+		
авновесие на одной ноге, другая согнута в сторону, стопа прижата к колену опорной и, руки в стороны (удержание положения в течение 5 с)		+	+	+	+	+	+	+		
льем туловища, лежа на спине (не м. 5 раз)		9	20	15	19	18	17	11		
Имеющийся разряд										
Сдано / не сдано	сдано	не сдано	сдано	сдано	сдано	сдано	сдано	сдано		

люция комиссии *4 человека устно* *руководитель группы* *руководитель группы* *руководитель группы* *руководитель группы*

седатель комиссии, директор МУ СДЮСШОР № 21

А.А. Тулупников



етарь, инструктор-методист МУ СДЮСШОР № 21

Л.Г. Алатарцева



**ПРОТОКОЛ**

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

вид спорта танцевальный спорт

20 17 – 20 18 учебного года

Контрольные упражнения (тесты)	Фамилия и имя обучающегося				
	Синякин Дмитрий	Третьякова Анна	Тютенко Арина	Шелкова Юлия	
Бег на 30 м (не более 6,9 с)	6,7				
Прыжок в длину с места (не менее 115 см)	143				
Прыжок в высоту с места (не менее 20 см)	23				
И.П. - стойка ноги вместе, руки вверху, в замке. Отведение рук назад (не менее 15°)	+				
Авансирование на одной ноге, другая согнута в сторону, стопа прижата к колену опорной ноги, руки в стороны (удержание положения в течение 4 с)	+				
Подъем туловища, лежа на спине (не м. 7 раз)	32				
Бег на 30 м (не более 7,2 с)		7,2	7,2	7,7	
Прыжок в длину с места (не м. 110 см)		119	120	120	
Прыжок в высоту с места (не м. 15 см)		17	18	19	
И.П. - стойка ноги вместе, руки вверху, в замке. Отведение рук назад (не м. 30°)		+	+	+	
Авансирование на одной ноге, другая согнута в сторону, стопа прижата к колену опорной ноги, руки в стороны (удержание положения в течение 5 с)		+	+	+	
Подъем туловища, лежа на спине (не м. 5 раз)		14	16	19	
Именующийся разряд					
Сдано / не сдано	сдано	сдано	сдано	сдано	

Члены комиссии: Шелкова Юлия, Тютенко Арина, Третьякова Анна, Синякин Дмитрий. Председатель комиссии: Киселева С.В.

Председатель комиссии, директор МУ СДЮСШОР № 21

А.А. Тулупников

Методист МУ СДЮСШОР № 21

Л.Г. Алагарцева

