

**ПРОТОКОЛ**

**приема нормативов для зачисления на этап спортивной подготовки «спортивного совершенствования»**

**вид спорта художественная гимнастика**

**20 17 – 20 18 учебного года**

Фамилия и имя обучающегося	Критерии оценки					
	Бакулина Полина	Земляная Анастасия	Кан Ариадна	Краженкова Юлия	Скобельцева Арина	Ушакова Дарья
с опоры высотой 50 см сзади и вперёд одной ногой	1-5 2-4	1-5 2-5	1-5 2-5	1-5 2-4	1-5 2-4	1-5 2-4
с опоры высотой 50 см сзади и вперёд одной ногой	5	5	5	5	5	5
на коленях	5	5	5	5	5	5
стойка на коленях	5	5	5	5	5	5
отклониться назад с захватом в пятки	5	5	5	5	5	5
вращения положения	5	5	5	5	5	5
стоя на спине, ноги вверху, ноги в поперечном	5	5	5	5	5	5
стоя на животе	5	5	5	5	5	5
отклониться назад, плечи	5	5	5	5	5	5





## ПРОТОКОЛ

приема нормативов для зачисления на этап спортивной подготовки «высшего спортивного мастерства»

вид спорта художественная гимнастика  
20 17 – 20 18 учебного года

Фамилия и имя обучающегося		Болатбаева Натэла	Синякина Валерия				
ольные упражнения (тесты)	Критерии оценки						
опоры высотой 60 см с назад ой ноги й 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 одноим. рукой «1» - без наклона	1-5 2-4	1-5 2-4				
ый шпагат	«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				
в коленях ойка на коленях гнуться назад с захватом в пятки сация положения	«5» - плотная складка, локти прямые, колени вместе «4» - недостаточная складка наклоне, согнутые руки «3» - недост. складка в наклоне, согнутые руки, колени врозь «2» - наклон назад, руками до пола «1» - наклон назад, руками до пола, колени врозь	5	5				
новная стойка лон назад с одноименным руками голени сация положения	«5» - мост с захватом руками зе толень, плотная складка «4» - мост с захватом «3» - мост вплотную, руки к пяткам «2» - 2-6 см от рук до стоп «1» - 7-12 см от рук до стоп	5	5				
тежа на спине, ноги вверх углом, ноги в поперечном	Оценивается амплитуда, темп при 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	5	5				
лежа на животе огнуться назад, руки плеч	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				

