

(Ф.И.О. тренера-преподавателя)

ПРОТОКОЛ

приема нормативов для зачисления на этап спортивной подготовки «начальной специализации»
вид спорта художественная гимнастика
2017 – 2018 учебного года

Зольные упражнения (тесты)	Критерии оценки	Фамилия и имя обучающегося				
		Пучкова Юлиана	Силивончик Мария	Шанчук Алиса	Шарабарина Александра	
д, ноги вместе перед 4 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» - касание стопами лба «4» - прогиб назад в упоре «3» - 6-10 см стибание ног «5» - расстояние между лбом и «4» - При выполнении движения колени обязательно вместе «5» - 45° «4» - 30° «3» - 20°	5	5	5	5	
жа на животе - прогиб назад в упоре стибание ног	«5» - касание стопами лба «4» - прогиб назад в упоре «3» - 6-10 см стибание ног «5» - расстояние между лбом и «4» - При выполнении движения колени обязательно вместе «5» - 45° «4» - 30° «3» - 20°	5	5	5	5	
стойка ноги вместе, руки намок е рук назад	«5» - 45° «4» - 30° «3» - 20°	5	5	5	5	
ис на одной, другая вперед, стопа прижата опорной ноги, руки	«5» - удержание положения в вперед, стопа прижата мечение 6 секунд «4» - 4 секунды «3» - 2 секунды	5	5	5	5	
толчком двух ног	Выполнить с обеих ног Оценивается по 5-бальной системе легкость прыжка, толчок)	4	5	5	5	
Имеющийся разряд.						
Сдано/не сдано		сдано	сдано	сдано	сдано	

ЧЛЮЩА КОМИССИИ 4 членов устно вынес решение по результатам на этом
данный протокол, а результаты вынесены МБУ ШОР № 11

дседатель комиссии, директор МУ СДЮСШОР № 21

А.А. Тулупников



ретарь, инструктор-методист МУ СДЮСШОР № 21

Л.Г. Алатарцева

ПРОТОКОЛ

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

вида спорта художественная гимнастика

2017 – 2018 учебного года

Критерии оценки		Фамилия и имя обучающегося				
полные упражнения (тесты)		Семченко София	Шанчук Ангелина			
опоры высотой 40 см сзади опоры высотой 40 см сзади опоры высотой 40 см сзади	«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	1-3 2-3	1-5 2-5			
шаг	«5» - вып-е шага 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.	3	5			
в коленях руки на коленях руки назад с захватом руки в стороны руки в стороны руки в стороны	«5» - плотная складка, локти прямые, колени вместе «4» - недостаточная складка в 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.	3	5			
стойка руки назад с одновременным руками голени руки в стороны	«5» - мост с захватом руками за голень, 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	3	5			
руки на спине, ноги вперед руки на спине, ноги вперед руки на спине, ноги вперед	Оценивается амплитуда, темп при выполнении вертикального положения спины при выполнении складки. Выполнения за 10 секунд «5» - 10 раз «4» - 9 раз «3» - 8 раз «2» - 7 раз «1» - 6 раз	3	5			
руки на животе руки на животе руки на животе	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	3	5			
с двойным вращением с двойным вращением с двойным вращением	«5» - 20 раз за 10 секунд «4» - 19 раз «3» - 18 раз «2» - 17 раз «1» - 16 раз	4	3			

Основные упражнения (тесты)	Критерии оценки	Фамилия и имя обучающегося			
		Семченко София	Шанчук Ангелина		
«захват» ладони в стороны	Выполняется на полунапольной амплитуде				
«захват» ладони в стороны	«5» - 8 секунд	4	5		
«захват» ладони в стороны	«4» - 7 секунд				
«захват» ладони в стороны	«3» - 6 секунд				
«захват» ладони в стороны	«2» - 5 секунд				
«захват» ладони в стороны	«1» - 4 секунды				
«захват» ладони в стороны	«5» - рабочая нога выше головы				
«захват» ладони в стороны	«4» - стопа на уровне плеча				
«захват» ладони в стороны	«3» - нога на уровне 90°	4	5		
«захват» ладони в стороны	«2» - нога на уровне 90° разворот бедер, завернутая опорная нога				
Имеющийся разряд					
Сдано / не сдано		сдано	сдано		

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА
 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА к протоколу заседания комиссии для назначения на должность инструктора по физической подготовке и разрядно-квалификационной комиссии № 54 МДР ЧС

Председатель комиссии, директор МУ СДЮСШОР № 21 **А.А. Тулупников**

(подпись)

Член комиссии, инструктор-методист МУ СДЮСШОР № 21 **Л.Г. Алатарцева**

(подпись)



ПРОТОКОЛ

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

вид спорта художественная гимнастика

2017 – 2018 учебного года

Критерии оценки	Фамилия и имя обучающегося							
	Иванова Маргарита	Колесникова Полина	Начешникова Анастасия	Нижегородова Алина	Нижегородова Арина	Одинцова Дарья	Одинцова Мария	Поташкина Ульяна
с опоры высотой 40 см сзади с опоры высотой 40 см сзади с опоры высотой 40 см сзади с опоры высотой 40 см сзади	1-3	1-4	1-5	1-3	1-5	1-3	1-3	1-4
	2-2	2-4	2-5	2-3	2-3	2-3	2-3	2-4
с опоры высотой 40 см сзади с опоры высотой 40 см сзади с опоры высотой 40 см сзади с опоры высотой 40 см сзади	2	4	5	3	3	3	3	4
с опоры высотой 40 см сзади с опоры высотой 40 см сзади с опоры высотой 40 см сзади с опоры высотой 40 см сзади	2	5	5	4	3	3	3	4
с опоры высотой 40 см сзади с опоры высотой 40 см сзади с опоры высотой 40 см сзади с опоры высотой 40 см сзади	3	3	5	4	4	4	3	4
с опоры высотой 40 см сзади с опоры высотой 40 см сзади с опоры высотой 40 см сзади с опоры высотой 40 см сзади	2	4	4	4	4	4	4	4
с опоры высотой 40 см сзади с опоры высотой 40 см сзади с опоры высотой 40 см сзади с опоры высотой 40 см сзади	2	4	5	4	4	4	4	4
с опоры высотой 40 см сзади с опоры высотой 40 см сзади с опоры высотой 40 см сзади с опоры высотой 40 см сзади	1	4	4	3	4	4	4	4

1) - 16 раз
2) - 17 раз

Критерии оценки	Фамилия и имя обучающегося							
	Иванова Мargarита	Колесникова Полина	Начешникова Анастасия	Нижегородова Алина	Нижегородова Арина	Одинцова Дарья	Одинцова Мария	Поташкина Ульяна
Критерии оценки	1	4	5	4	4	4	4	4
Выполняется на полушпальце с максимальной амплитудой захвата: (5) - 8 секунд (4) - 7 секунд (3) - 6 секунд (2) - 5 секунд (1) - 4 секунды	1	4	5	4	4	4	4	4
Имеющийся разряд								
Сдано / не сдано	не сдано	сдано	сдано	сдано	сдано	сдано	сдано	сдано

РЕЗУЛЬТАТЫ РАБОТЫ КОМИССИИ 4 КЛАССА НА ПЕРВЫХ ЧЕТЫРХ ЗАНЯТИЯХ ПО УЧЕБНОМУ КУРСУ «ФУТБОЛ»

А.А. Тулупников

председатель комиссии, директор МУ СДЮСШОР № 21



Л.Г. Алатарцева

инструктор-методист МУ СДЮСШОР № 21

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

Критерии оценки	Фамилия и имя обучающегося				
	Сергина Екатерина	Соболева Мария			
с опоры высотой 40 см сзади своими ногами	1-4 2-4	1-4 2-4			
с опоры высотой 40 см сзади своими ногами	4	4			
с опоры высотой 40 см сзади своими ногами	4	4			
с опоры высотой 40 см сзади своими ногами	5	4			
с опоры высотой 40 см сзади своими ногами	4	4			
с опоры высотой 40 см сзади своими ногами	4	5			
с опоры высотой 40 см сзади своими ногами	4	4			

Критерии оценки	Фамилия и имя обучающегося			
	Сергина Екатерина	Соболева Мария		
<p>Критерии оценки</p> <p>Выполняется на полушпальце с максимальной амплитудой</p> <p>«5» - 8 секунд</p> <p>«4» - 7 секунд</p> <p>«3» - 6 секунд</p> <p>«2» - 5 секунд</p> <p>«1» - 4 секунды</p> <p>«5» - рабочая нога выше головы</p> <p>«4» - стопа на уровне плеча</p> <p>«3» - нога на уровне 90°</p> <p>«2» - нога на уровне 90° разворот бедер, завернутая опорная нога</p> <p>Имеющийся разряд</p> <p>Сдано / не сдано</p>	Ч	Ч		
	Сдано	Сдано		

Члены комиссии А. Чибрикова, И. Мещеряков и референт М. М. Мещеряков

Председатель комиссии, директор МУ СДЮСШОР № 21 А.А. Тулупников

Инструктор-методист МУ СДЮСШОР № 21 Л.Г. Алатарцева

(подпись)

