

14	
15	
16	
17	
18	
19	
20	
21	
22	
23	
24	
25	
26	
27	
28	
29	
30	
31	
32	
33	
34	
35	



Заместитель директора по учебно-методической работе

Тестер-преподаватель

Курасова С.А.
Султанова В.А.

ПРОТОКОЛ
 Нормативы общей физической и специальной физической подготовки на этапе начальной подготовки свыше года обучения
 МАЛЬЧИКИ

Вид спорта: дзю-джиу-до
 Дата: 6.10.2014
 Тренер-преподаватель: Сулейман ВЗ

№ п/п	ФИО	Дата рождения	Бег на 30 м (не более 5,7 с)		Бег на 1000 м (не более 6.10 мин, с)		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 13 раз)		Насклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) (не менее +4 см)		Челночный бег 3x10 м (не более 9,3 с)		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (не менее 145 см)		Нормативы по общей физической подготовке				Нормативы по специальной физической подготовке				Итого (сдал/не сдал)
			Результат	Сдал/не сдал	Результат	Сдал/не сдал	Результат	Сдал/не сдал	Результат	Сдал/не сдал	Результат	Сдал/не сдал	Результат	Сдал/не сдал	Результат	Сдал/не сдал	Результат	Сдал/не сдал	Результат	Сдал/не сдал	Результат	Сдал/не сдал	
1	Кобелев Артем	23.11.2014	5,7	сдал	6,08	сдал	15	сдал	+4	сдал	9,00	сдал	150	сдал	37	сдал	3	сдал	15	сдал	15	сдал	сдал
2	Ковалевский Павел	26.03.2016	5,4	сдал	6,06	сдал	15	сдал	+4	сдал	9,41	сдал	155	сдал	38	сдал	4	сдал	16	сдал	16	сдал	сдал
3	Кобелев Давид	10.05.2014	5,5	сдал	6,00	сдал	20	сдал	+4	сдал	8,58	сдал	160	сдал	39	сдал	5	сдал	20	сдал	20	сдал	сдал
4	Степанов Вадим	17.05.2015	5,7	сдал	6,10	сдал	13	сдал	+4	сдал	9,01	сдал	145	сдал	35	сдал	3	сдал	15	сдал	15	сдал	сдал
5	Светлов Александр	01.12.2014	5,4	сдал	5,98	сдал	14	сдал	+4	сдал	9,8	сдал	145	сдал	35	сдал	3	сдал	15	сдал	15	сдал	сдал
6	Сидоров Константин	18.08.2015	5,7	сдал	6,09	сдал	14	сдал	+4	сдал	9,3	сдал	148	сдал	35	сдал	3	сдал	15	сдал	15	сдал	сдал
7	Васильев Данил	08.11.2015	4,40	сдал	6,00	сдал	15	сдал	+4	сдал	9,0	сдал	148	сдал	36	сдал	3	сдал	15	сдал	15	сдал	сдал
8	Камышев Александр	07.09.2016	5,7	сдал	6,10	сдал	13	сдал	+4	сдал	9,2	сдал	145	сдал	35	сдал	3	сдал	15	сдал	15	сдал	сдал
9	Климов Александр	10.03.2015	5,5	сдал	6,04	сдал	13	сдал	+4	сдал	9,0	сдал	145	сдал	35	сдал	3	сдал	15	сдал	15	сдал	сдал
10	Климов Денис	04.11.2016	5,7	сдал	6,10	сдал	13	сдал	+4	сдал	9,3	сдал	145	сдал	35	сдал	3	сдал	15	сдал	15	сдал	сдал
11	Климов Александр	29.08.2018	5,7	сдал	6,10	сдал	13	сдал	+4	сдал	9,3	сдал	145	сдал	35	сдал	3	сдал	15	сдал	15	сдал	сдал
12	Курбанов Александр	13.06.2016	5,2	сдал	6,00	сдал	14	сдал	+4	сдал	9,1	сдал	147	сдал	36	сдал	4	сдал	16	сдал	16	сдал	сдал
13	Курбанов Александр	01.08.2014	5,5	сдал	6,5	сдал	15	сдал	+4	сдал	9,00	сдал	150	сдал	36	сдал	4	сдал	16	сдал	16	сдал	сдал

14	
15	
16	
17	
18	
19	
20	
21	
22	
23	
24	
25	
26	
27	
28	
29	
30	
31	
32	
33	
34	
35	

Заместитель директора по учебно-воспитательной работе

Труфанова А.А.



Труфанова А.А.
Труфанова А.А.

14	
15	
16	
17	
18	
19	
20	
21	
22	
23	
24	
25	
26	
27	
28	
29	
30	
31	
32	
33	
34	
35	

Заместитель директора по учебно-методической работе



Мухоморова А.В.
Мухоморова А.В.