ПРОТОКОЛ

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки на этапе начальной подготовки до года обучения

МАЛЬЧИКИ

Вид спорта: лыжные гонки

Дата: сентября 2024

Тренер-преподаватель: Куликов А.А.

№ п/п	ФИО	Дата рождения	Нормативы по общей физической подготовке								Итог (сдал/не сдал
			Бег на 60 м (не более 11,5 с)		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (не менее 140 см)		Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин. (не менее 30 раз)		Бег на 1000 м (не более 6.30 мин, с)		
			Результат	Сдал/не сдал	Результат	Сдал/не сдал	Результат	Сдал/не сдал	Результат	Сдал/не сдал	
1	Ивкин Иван	29.05 2015	10,8	+	150	+	31	+	5,40	+	+
2	Колошин Денис	05.03 2016	11,6	—	138	—	30	+	6,29	—	—
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
11											
12											
13											

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-спортивной работе _____ / Чернасский А.Г.

Тренер-преподаватель _____ / Харитонов А.А.

ПРОТОКОЛ

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

МАЛЬЧИКИ

Вид спорта: лыжные гонки

Дата: сентябрь 2024

Тренер-преподаватель: Харитонов А.А

№ п/п	ФИО	Дата рождения	Нормативы по общей физической подготовке								Итог (сдал/не сдал
			Бег на 60 м (не более 11,0 с)		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (не менее 150 см)		Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин. (не менее 35 раз)		Бег на 1000 м (не более 5.50 мин, с)		
			Результат	Сдал/не сдал	Результат	Сдал/не сдал	Результат	Сдал/не сдал	Результат	Сдал/не сдал	
1	Кузнецов Елисей	17.09 2013	10,6	+	165	+	38	+	4,58	+	+
2	Вервет Павел	22.04 2009	10,5	+	180	+	36	+	4,50	+	+
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
11											
12											
13											

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-спортивной работе _____ / Черкасских А.Б.

Тренер-преподаватель _____ / Жариновов А.А.

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования * Россия * Свердловская область * Спортивная школа Камышловского городского округа * ИНН 6613003643 * ОГРН 1026601075423 *

ПРОТОКОЛ

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

ДЕВОЧКИ

Вид спорта: лыжные гонки

Дата: сентябрь 2024

Тренер-преподаватель: Харитонов А.А.

№ п/п	ФИО	Дата рождения	Нормативы по общей физической подготовке								Итог (сдал/не сдал
			Бег на 60 м (не более 11,6 с)		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (не менее 140 см)		Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин. (не менее 30 раз)		Бег на 1000 м (не более 6.20 мин, с)		
			Результат	Сдал/не сдал	Результат	Сдал/не сдал	Результат	Сдал/не сдал	Результат	Сдал/не сдал	
1	Россомахина Яна	17.12 2013	11,5	+	148	+	32	+	6,10	+	+
2	Колошина Анна	17.06 2013	11,3	+	150	+	36	+	5,58	+	+
3	Кудреева Софья	28.08 2012	11,5	+	150	+	31	+	5,48	+	+
4	Мамаева Яна	05.07 2012	11,0	+	152	+	33	+	5,50	+	+
5	Гурина Вика	13.04 2012	11,6	+	141	+	30	+	6,18	+	+
6	Половников Лев	22.04 2009	11,00	+	148	+	33	+	6,00	+	+
7											
8											
9											
10											
11											
12											
13											

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-спортивной работе _____ / Черкасских А.Р.

Тренер-преподаватель _____ / Ефимович А.А.

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования * Россия * Свердловская область * Спортивная школа * Камышловского городского округа * ИНН 6613003643 * ОГРН 1026601075423 *

ПРОТОКОЛ

Нормативы для спортивно-оздоровительных групп

МАЛЬЧИКИ 8-9 ЛЕТ

Вид спорта: лыжные гонки

Дата: сентябрь 2024

Тренер-преподаватель: Хлыстов

№ п/п	ФИО	Дата рождения	Бег на 30 м (не более 7,1 с)		Смешанное передвижение на 1000 м (не более 7.21 м.сек.)		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 5 раз)		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (не менее 108 см)		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) (не менее +1 см)		Итог (сдал/не сдал
			Результат	Сдал/не сдал	Результат	Сдал/не сдал	Результат	Сдал/не сдал	Результат	Сдал/не сдал	Результат	Сдал/не сдал	
1	Квасенин Миша	22.06 2017	6,8	+	6:40	+	6	+	110	+	+2	+	+
2	Нуркин Оскар	18.02 2017											
3	Васильев Лев	03.09 2016	6,9	+	6:50	+	5	+	110	+	+3	+	+
4	Кипрушев Рома	13.06 2017											
5	Андреев Иван	07.11 2017											
6													
7													
8													
9													
10													
11													
12													
13													

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-спортивной работе _____ / Чернасович В.Г.

Тренер-преподаватель _____ / Харитонов А.А.

ПРОТОКОЛ

Нормативы для спортивно-оздоровительных групп

ДЕВОЧКИ 8-9 ЛЕТ

Вид спорта: лыжные гонки

Дата: сентябрь 2024

Тренер-преподаватель: Харитонов А.А.

№ п/п	ФИО	Дата рождения	Бег на 30 м (не более 7,3 с)		Смешанное передвижение на 1000 м (не более 7.45 м.сек.)		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 4 раз)		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (не менее 103 см)		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) (не менее +3 см)		Итог (сдал/не сдал
			Результат	Сдал/не сдал	Результат	Сдал/не сдал	Результат	Сдал/не сдал	Результат	Сдал/не сдал	Результат	Сдал/не сдал	
1	Ульянов. Софья	02.02 2017	6,8	+	6,30	+	5	+	120	+	+6	+	+
2	Григорьев. Арина	12.08 2015	7,1	+	7,20	+	6	+	108	+	+4	+	+
3	Машковцев. Надя	21.01 2015	6,3	+	6,20	+	8	+	136	+	+5	+	+
4	Комиссар. Софья	16.10 2016	7,9	—	7,40	+	4	+	100	—	+3	+	—
5													
6													
7													
8													
9													
10													
11													
12													
13													

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-спортивной работе _____ / Чернасенко Н.Р.

Тренер-преподаватель _____ / Харитонов А.А.

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования * Россия * Свердловская область * Спортивная школа Камышловского городского округа * ИНН 6630036 * ОГРН 1026601075423 *

ПРОТОКОЛ

Нормативы для спортивно-оздоровительных групп

ДЕВОЧКИ 10-11 ЛЕТ

Вид спорта: лыжные гонки

Дата: сентябрь 2024

Тренер-преподаватель: Уфимцев А.А.

№ п/п	ФИО	Дата рождения	Бег на 30 м (не более 6,5 с)		Бег на 1000 м (не более 6.40 м.сек.)		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 5 раз)		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (не менее 118 см)		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) (не менее +3 см)		Итог (сдал/не сдал
			Результат	Сдал/не сдал	Результат	Сдал/не сдал	Результат	Сдал/не сдал	Результат	Сдал/не сдал	Результат	Сдал/не сдал	
1	Бушуева Лиля	18.06 2014	5,9	+	6,31	+	8	+	136	+	+8	+	+
2													
3													
4													
5													
6													
7													
8													
9													
10													
11													
12													
13													

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-спортивной работе _____ / Черепанов А.Г.

Тренер-преподаватель _____ / Куртинов А.А

ПРОТОКОЛ

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки на учебно-тренировочном этапе (этап спортивной специализации)

ЮНОШИ

Вид спорта: лыжные гонки

Дата: сентябрь 2024

Тренер-преподаватель: Хрипков АА

№ п/п	ФИО	Дата рождения	Нормативы по общей физической подготовке						Нормативы по специальной физической подготовке				Итог (сдал/не сдал
			Бег на 100 м (не более 16,0 с)		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (не менее 170 см)		Бег на 1000 м (не более 4.00 мин, с)		Бег на лыжах. Классический стиль 3 км (не более 14.20 мин, с)		Бег на лыжах. Свободный стиль 3 км (не более 13.00 мин, с)		
			Результат	Сдал/не сдал	Результат	Сдал/не сдал	Результат	Сдал/не сдал	Результат	Сдал/не сдал	Результат	Сдал/не сдал	
1	Смирнов Никита	01.10 2012	16,8	—	172	+	3,55	+	14,01	+	12,50	+	+
2	Кузнецов Саша	28.08 2012	16,0	+	178	+	3,50	+	13,40	+	12,30	+	+
3	Солдатов Саша	11.10 2011	16,8	—	173	+	3,55	+	13,38	+	12,33	+	+
4	Минаев Андрей	10.10 2010	16,0	+	185	+	3,51	+	13,20	+	12,20	+	+
5	Мирошников Матвей	08.10 2010	15,8	+	200	+	3,45	+	13,15	+	12,10	+	+
6	Сидин Артем	17.02 2010	16,4	—	180	+	4,00	+	14,00	+	12,50	+	+
7	Зайцев Семен	14.02 2008	15,00	+	208	+	3,40	+	13,0	+	10,40	+	+
8													
9													
10													
11													
12													
13													

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-спортивной работе _____ / Чумасский А.Г.

Тренер-преподаватель _____ / Керимов А.А.

ПРОТОКОЛ

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки на учебно-тренировочном этапе (этап спортивной специализации)

ДЕВУШКИ

Вид спорта: лыжные гонки

Дата: сентябрь 2024

Тренер-преподаватель: Осипов А.А.

№ п/п	ФИО	Дата рождения	Нормативы по общей физической подготовке						Нормативы по специальной физической подготовке				Итог (сдал/не сдал
			Бег на 100 м (не более 16,8 с)		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (не менее 155 см)		Бег на 1000 м (не более 4.15 мин, с)		Бег на лыжах. Классический стиль 3 км (не более 15.20 мин, с)		Бег на лыжах. Свободный стиль 3 км (не более 14.30 мин, с)		
			Результат	Сдал/не сдал	Результат	Сдал/не сдал	Результат	Сдал/не сдал	Результат	Сдал/не сдал	Результат	Сдал/не сдал	
1	Насонова Ирина	11.06 2012	16,4	+	200	+	4,30	—	14,30	+	13,30	+	+
2	Смирнова Валерия	01.03 2011	16,8	+	180	+	4,15	+	14,40	+	13,40	+	+
3	Смирнова Ирина	04.07 2008	16,8	+	201	+	4,35	—	14,35	+	13,50	+	+
4													
5													
6													
7													
8													
9													
10													
11													
12													
13													

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-спортивной работе _____ / Черкасский А.Г.

Тренер-преподаватель _____ / Харитонов А.А.