

**ПРОТОКОЛ КОНТРОЛЬНЫХ НОРМАТИВОВ**  
 общей физической и специальной физической подготовки  
 НП-1 Тренер: Робина М.М.

№	Ф И О	ОФП												Акробатическая связка	СФП						ИТОГО
		Бег 30 метров		Челночный бег 3x10 (сек)		Прыжки в длину с места (см)		Прыжок вверх с места		Подъем туловища (кол-во раз)		Отжимания (кол-во раз)			Прыжки и на скакалке на 2 ногах (кол-во раз)	Прыжки на скакалке на 1 ноге (кол-во раз)		Выкрут с палкой (в см)			
		Попытка	Балл	Попытка	Балл	Попытка	Балл	Попытка	Балл	Попытка	Балл	Попытка	Балл			Попытка	Балл	Попытка	Балл		
1	Александрова Дарья																				
2	Андреева Анна	6,2	5	8,6	5	138	5	22	5	20	5	39	5	4	98	5	86/76	5	37	4	48
3	Бровкина Екатерина																				
4	Власова Ксения	7,1	5	9,9	4	110	5	21	4	15	5	10	5	5	111	5	117/78	5	35	5	48
5	Григорьева Евдокия																				
6	Корноухова Ольга	7,0	5	9,1	5	150	5	22	5	19	5	28	5	5	98	5	98/80	5	34	5	50
7	Матченя Евгения	6,9	5	10,2	1	114	5	16	0	14	5	0	0	4	113	5	96/82	5	34	5	35
8	Савостина Виктория																				
9	Фомичева Елизавета																				
10	Шарыпкина Екатерина																				

Набрать не менее 18 баллов по всем видам упражнений ОФП. Набрать не менее 9 баллов по всем видам упражнений СФП. Акробатическая связка набрать не менее 3 баллов.

Тренер преподаватель \_\_\_\_\_ 