

ПРОТОКОЛ

сдачи контрольных нормативов по ОФП и СФП из группы УТ - 4 в группу УТ-5 отделения настольного тенниса АФК
ГБУДО ДЮСШ №2 Калининского района Санкт-Петербурга

№ пп	Фамилия Имя	Год рожд.	Контрольные нормативы										Оценка уровня физ.развития
			Бег 36 м (сек) (не более 10,3)	12-минутный бег (не менее 200м)	Прыжки в длину с места (см) (не менее 160)	Сгибание и разгибание в висе на перекладине за 20 с (не менее 6 раз)	Подъем ног из положения лежа на спине (не менее 18 раз)	Подъем туловища из положения лежа на спине (не менее 30 раз)	Накат (кол-во раз)	Подача (кол-во раз)	Подрезка (кол-во раз)	Топ- спин (раз)	
1	Жилинскас Антонас	1996	4.5	сдано	215	18	18	40	100	9	50	20	переведен
2	Сапонова Дарья	1999	5.4	сдано	180	10	18	36	100	9	50	20	переведен
3	Зверева Ирина	2001	5.3	сдано	190	12	18	34	70	8	50	16	переведен
4	Детков Александр	2001	5.1	сдано	200	12	18	30	60	8	30	15	переведен
5	Егоров Максим	1999	4.8	сдано	200	14	18	35	50	7	30	15	переведен
6	Потапов Даниил	1998	4.6	сдано	200	15	18	36	50	7	30	14	переведен
7	Пальчикова Ангелина	2002	5.3	сдано	170	12	18	45	50	6	30	12	переведен
8													
9													
10													
11													
12													

«Утверждаю»
Зав.отделением _____

Аничкова Л.А.

Тренер-преподаватель _____ / Упинина Н.О. /
«__» _____ 2017 г.

ПРОТОКОЛ

приема переводных контрольных нормативов группы **НП-1 Настольный теннис АФК (спорт глухих)**

№	Ф.И. спортсмена	Быстрота		Координация				Скоростно-силовые			
		Бег 30 м.		Прыжки боком через гимнастическую скамейку за 30 с.		Прыжки через скакалку за 30 сек		Прыжок в длину с места		Метание мяча для настольного тенниса	
		Ю	Д	Ю	Д	Ю	Д	Ю	Д	Ю	Д
		Не более 5,9 с		Не менее 15 раз		Не менее 30 раз		Не менее 150 см		Не менее 3 метров	
1.	Давыдова Татьяна		6,3		14		30		150		4
2.	Макас Илья	6,2		13		28		150		6	
3.	Макас Кирилл	6,1		14		27		150		7	
4.	Старостин Никита	5,9		15		30		155		6	
5.	Худойбердиева Хосила		6,5		13		29		140	5	
6.	Бредихин Эдик	6,2		12		27		145		5	
7.	Хайдаров Мухаммадам	6,0		14		29		150		6	
8.	Васьков Степан	5,9		13		30		150		8	
9.	Худойбердиев Д.	5,7		15		28		155		8	
10.	Никитин Никита	5,3		18		35		165		7	
11.	Юзбеков Роман	5,9		15		30		155		9	
12.	Завьялова Светлана		5,8		15		33		155		5
13.	Климонтов Роман	5,9		13		30		150		6	
14.	Новожилова Евгения		5,8		15		32		160		7
15.	Андреев Олег	5,9		14		29		145		6	

Тренер-преподаватель

Минакова Т. Я.

ПРОТОКОЛ

приема переводных контрольных нормативов группы **НП-2 Настольный теннис АФК (спорт глухих)**

№	Ф.И. спортсмена	Быстрота		Координация				Скоростно-силовые			
		Бег 30 м.		Прыжки боком через гимнастическую скамейку за 30 с.		Прыжки через скакалку за 30 сек		Прыжок в длину с места		Метание мяча для настольного тенниса	
		Ю	Д Ю Д	Ю	Д	Ю	Д	Ю	Д	Ю	Д
		Не более 5,9 с		Не менее 15 раз		Не менее 30 раз		Не менее 150 см		Не менее 3 метров	
1.	Гайсин Дмитрий	5,9		14		25		145		5	
2.	Грачёв Кирилл	5,5		17		30		155		6	
3.	Попов Арслан	5,7		16		29		160		9	
4.	Тебелева Александра		5,6		17		35		160		7
5.	Рошупкин Кирилл	5,4		16		32		165		9	
6.	Новожилова Вера		5,5		18		36		155		
7.	Васенчук Алексей	5,8		16		29		155		6	
8.	Голубев Никита	5,6		17		30		160		7	
9.	Лебедева Элеонора		5,8		16		32		150		5
10.	Спешилов Кирилл	5,4		19		35		165		8	
11.	Завьялов Виталий	5,4		18		36		165		9	
12.	Симоненко Руслан	5,6		16		32		160		6	
13.											
14.											
15.											

Тренер-преподаватель

Минакова Т. Я.