

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования г. Нижневартовска
«Спортивная школа олимпийского резерва»

Контрольные нормативы по ОФП и СФП (тесты на скоростно-силовые качества, гибкость) отделение Плавания
для зачисления и перевода в группы на учебно-тренировочном этапе

Группа Т-3

Тренер Мушкетова Н.А.

дата 24.05 2024 г.

№ П/П	Ф.И.О.	Дата рождения	Бег на 1000м не более: Юноши-5,50мин. Девушки-6,20 мин.	Бег челночный 3x10 м с высокого старта мальчики не более 9,3, девочки не более 9,5	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами мальчики не менее 140 см. девочки не менее 130 см.	Бросок набивного мяча вперед 1 кг мальчики не менее 4,0 м, дев не менее 3,5м	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа по полу мальчики не менее 13 раз, дев не менее 7 раз	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от урвня скамьи) мал не менее +4см,дев не менее +5 см	Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед назад ширина хвата 60см не менее 3 раз	Скольжение в воде лежа на груди руки вперед мал не менее 7 м, дев не менее 8 м.	Разряд 3,2,1 юношеский (на этапе до 3-х лет), 3,2,1 спортивный разряд. (на этапе выше 3-х лет)	переведен
1	Баймухаметова Виктория Алексеевна	13.10.2007	6,0	9,1	145	4,2	10	+7	40	11	2	переведен
2	Басов Михаил Алексеевич	29.09.2006	5,0	8,4	170	6,0	29	0	54	12	2	переведен
3	Бобров Владимир Андреевич	21.11.2006	5,2	8,7	171	5,4	27	+3	51	14	3	переведен
4	Вахранева Анастасия Александровна	14.03.2008	5,9	9,4	140	4,4	10	+5	42	10	3	переведен
5	Живодерова Карина Алексеевна	26.01.2006	5,7	9,0	147	4,0	10	+7	37	8	3	переведен
6	Живодерова Полина Алексеевна	26.01.2006	5,4	8,7	143	3,7	10	+9	39	7	3	переведен
7	Задорожный Иван Михайлович	01.07.2006	4,9	8,2	164	6,4	21	0	40	13	2	переведен
8	Заломский Михаил Андреевич	01.07.2006	4,7	8,0	172	6,2	24	+1	42	14	2	переведен

9	Каргалолова Софья Сергеевна	10.08.2007	5,9	8,9	135	3,9	15	+7	42	7	3	перевод
10	Клюева Виолетта Дмитриевна	27.03.2007	6,1	9,0	142	4,1	19	+9	40	11	2	перевод
11	Коншин Михаил Романович	02.08.2007	5,4	8,7	150	5,2	21	+1	60	12	3	перевод
12	Котвелиев Сулейман Дмитриевич	11.08.2007	5,2	8,0	154	5,9	27	+3	54	14	2	перевод
13	Прыкина Анастасия Игоревна	24.11.2009	5,4	9,4	139	3,7	12	+5	42	14	2	перевод
14	Ткачук Артем Дмитриевич	05.02.2006		8,9	160	5,4	24	+2	54	12	2	перевод
15	Чайковская Анна Романовна	13.07.2007	5,9	9,1	144	4,2	14	+8	50	10	3	перевод
16	Шарипов Лев Владиславович	29.05.2008	5,4	8,4	159	5,7	20	+3	54	11	3	перевод
17	Шаров Егор Сергеевич	14.01.2007	5,0	8,2	161	6,0	22	+4	42	14	1	перевод

Заместитель директора

Вауц

Ващенко Т.А.

тренер-преподаватель

Луцкирева Н.А. Луцки

переводы - 17 чел-к
из переводов - 0

**Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования г. Нижневартовска
«Спортивная школа олимпийского резерва»**

Контрольные нормативы по ОФП и СФП (тесты на скоростно-силовые качества, гибкость) Плавание отделение

для зачисления и перевода в группы на учебно-тренировочном этапе

Группа Т-2. Тренер Мушкетер дата 22.05. 2024 г.

№ п/п	Ф.И.О.	Дата рождения	Бег на 1000м не более: Юноши-5,50мин. Девушки-6.20 мин.	Бег челночный 3x10 м с высокого старта мальчики не более 9,3, девочки не более 9,5	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами мальчики не менее 140 см. девочки не менее 130 см.	Бросок набивного мяча вперед 1 кг мальчики не менее 4,0 м, дев не менее 3,5м	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа по полу мальчики не менее 13 раз, дев не менее 7 раз	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от урвня скамьи) мал не менее +4см,дев не менее +5 см	Выкручивание рук в плечевых суставах вперед над ширину хвата 60см не менее 3 раз	Скольжение в воде лежа на груди руки вперед мал не менее 7 м, дев не менее 8 м.	Разряд 3,2,1 юношеский (на этапе до 3-х лет), 3,2,1 спортивный разряд. (на этапе выше 3-х лет)	переведен
1	Арсланов Максим Алексеевич	29.04.2008	5,1	8,4	170	4,9	20	+5	50	10	2	перев
2	Ильдеров Владислав Михайлович	16.05.2007	5,0	8,9	164	5,0	24	+4	54	11	2	перев
3	Ищенко Юлия Сергеевна	07.03.2008	6,0	9,1	130	3,7	11	+7	52	12	3	перев
4	Кулагин Михаил Сергеевич	14.12.2009	5,1	8,7	170	5,2	15	+1	59	9	3	перев
5	Майборода Александр Сергеевич	26.03.2010	5,2	8,4	151	5,0	15	+5	51	9	140	перев
6	Максютов Ильяс Русланович	24.11.2008	4,9	8,0	160	5,4	27	+2	45	11	2	перев
7	Михайлов Дмитрий Евгеньевич	04.04.2008	5,4	8,7	164	5,1	21	+0	47	12	3	перев
8	Мрига Никита Дмитриевич	29.03.2008	5,3	9,0	161	5,4	24	+1	49	10	3	перев
9	Поздняков Максим Сергеевич	14.12.2009	5,6	9,1	160	4,9	19	+4	50	9	140	перев
10	Покшаев Иван Михайлович	12.04.2010	5,0	9,0	154	4,7	17	+3	54	11	3	перев
11	Сергеев Семен Александрович	23.10.2008	5,2	9,0	150	4,9	16	+4	51	10	140	перев

12	Цыплянская Кристина Алексеевна	18.02.2008	610	94	134	3,4	12	+5	50	9	3	перевод
13	Червко Лев Максимович	27.01.2010	550	90	157	3,47	24	+4	45	12	2	перевод
14	Швецова Анастасия Владимировна	05.03.2010	61	90	139	3,9	11	+5	40	10	10	перевод
15	Щинов Михаил Евгеньевич	16.06.2009	554	41	147	3,47	15	+2	47	10	10	перевод

Ващенко Т.А.

Ващенко

Заместитель директора

перевод - 10

переводы - 15 чел - к.

Игуменин А. А. Судья -

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования г. Нижневартовска

«Спортивная школа олимпийского резерва»

Контрольные нормативы по ОФП и СФП (тесты на скоростно-силовые качества, гибкость) Плавание отделение

для зачисления и перевода в группы этапа начальной подготовки

Группа НП-2 (свыше года) НП-2 Тренер Сушичева А.А. Дата 23.05.2024.

№ п/п	Ф.И.О.	Дата рождения	Бег 30м. не более: мальчики -6,5с девочки - 6,8с	Бег челночный 3x10 м с высокого старта мал не более 9,8, дев не более 10,3	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами не менее: Мальчики-120см Девочки- 110 см	Бросок набивного мяча вперед 1 кг мал не менее 4м, дев не менее 3,5	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа по полу мальчики не менее 10раз девочки не менее 5раз	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) мал не менее +4см,дев не менее +5 см	Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед назад ширина хвата 50см не менее 3 раз	Плавание (вольный стиль) 50 метров Без учета времени	Переведен
1	Абзалилов Руслан Раилевич	19.03.2014	6,8	9,4	110	3,7	7	+3	45	+	переведен
2	Атаманенко Константин Александрович	14.06.2020	6,4	9,0	121	4,1	11	+1	40	+	переведен
3	Афризонов Амир Вадимович	29.05.2013	6,0	9,1	124	4,4	14	+5	35	+	переведен
4	Баймухаметов Максим Алексеевич	11.01.2013	6,1	9,4	126	4,6	15	+7	40	+	переведен
5	Басова Алена Алексеевна	23.08.2013	6,9	9,6	60	3,0	0	+10	60	+	не переведен
6	Белов Матвей Егорович	19.12.2013	6,1	9,8	126	4,7	17	+7	50	+	переведен
7	Будаева Вероника Романовна	20.06.2020	6,1	10,0	100	3,4	11	+4	45	+	переведен
8	Гафуров Даниэль Маратович	01.06.2013	6,4	9,4	120	4,8	15	+4	50	+	переведен
9	Гушалюк Екатерина Евгеньевна	06.06.2013	7,0	9,5	100	3,1	0	+0	51	+	переведен
10	Гушалюк Елизавета Евгеньевна	02.09.2015	7,1	9,7	104	3,4	0	+2	54	+	переведен
11	Драный Егор Евгеньевич	31.08.2014	6,0	9,5	124	4,6	17	+5	50	+	переведен

12	Евсеева Есения Евгеньевна	14.09.2013	6,4	10,0	120	3,9	5	+7	54	перевод
13	Еремеенко Мария Андреевна	21.05.2013	6,4	9,4	119	3,7	4	+8	57	перевод
14	Кравченко Алексей Олегович	19.03.2014	6,0	9,4	129	3,4,2	14	+1	50	перевод
15	Кругликов Владислав Андреевич	07.11.2013	6,1	9,7	130	4,4	15	+2	49	перевод
16	Лупало Кирилл Анатольевич	17.05.2013	6,4	9,6	121	4,7	17	+1	57	перевод
17	Мавлюк Захар Евгеньевич	24.10.2013	6,4	9,2	124	4,4	9	+4	52	перевод
18	Макрушин Сергей Максимович	10.01.2013	6,0	9,4	127	3,7	12	+1	57	перевод
19	Марченко Илья Николаевич	23.06.2012	6,4	9,7	120	3,4	14	0	60	перевод
20	Петрова Евгения Арсеновна	19.04.2015	-	-	-	-	-	-	-	отмена
21	Пучков Роман Андреевич	31.01.2014	6,3	9,9	124	3,1	17	+2	54	перевод
22	Сухов Степан Артемович	14.11.2013	6,0	9,9	127	3,0	10	+3	52	перевод
23	Тимофеев Марк Максимович	25.05.2013	6,4	9,0	127	3,4	9	+1	57	перевод
24	Усачева Валерия Владиславовна	10.06.2012	-	-	-	-	-	-	-	перевод
25	Ханова Арина Азаговна	29.10.2013	6,5	9,0	120	3,6	10	+4	59	перевод
26	Харичков Тимофей Александрович	10.05.2013	7,0	9,4	124	3,2	14	0	49	перевод
27	Хруленко Максим Андреевич	06.02.2013	7,4	9,1	120	3,4	19	-4	64	перевод
28	Шамсунов Сулейман Самирович	18.04.2013	5,9	9,0	121	3,4	17	+2	47	перевод
29	Шарилов Дмитрий Павлович	11.12.2013	5,2	9,2	123	3,4	15	0	46	перевод
30										

Ващенко Т.А.

Ващенко

Луценко Н.А. Сулейман

премьер-председатель

*переведены - 21 чел-к
из переведенных - 3 чел-ка.
остаток на переводу - 5 чел.*

14	Соловей Богдан Денисович	06.03.2010	5,7	3,0	160	4,7	24	+2	51	10	3	10/10/10
----	--------------------------	------------	-----	-----	-----	-----	----	----	----	----	---	----------

Ващенко

Заместитель директора

тренер - тренер-лов

*м/переводы - 3 чел-ка
перевод - 11 чел-к.*

Ващенко Т.А.

Мушкетерова Н.А. тренер

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования г. Нижневартовска
«Спортивная школа олимпийского резерва»

**Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования г. Нижневартовска
«Спортивная школа олимпийского резерва»**

отделение Плавание

Контрольные нормативы по ОФП и СФП (тесты на скоростно-силовые качества, гибкость) для зачисления и перевода в группы на тренировочном этапе

Группа НП - 1 Тренер Муценкова А.А.

дата 20.05.2013.

№ п/п	Ф.И.О.	Дата рождения	Бег 30м мал не менее 6,5, дев не менее 6,8 сек	Бег челночный 3x10 м с высокого старта мал не более 9,8, дев не более 10,3	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами мал не менее 120, дев не менее 110.	Бросок набивного мяча вперед 1 кг мал не менее 4м, дев не менее 3,5	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа по полу мал не менее 10, дев не менее 5	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) мал не менее 4см, дев не менее 5 см	Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед назад ширина хвата 50см не менее 3 раз	Плавание (вольный стиль) 50 метров	Переведен
1	Абдуминев Р.	2014	6,3	9,4	130	3,8	15	6	42	+	перев.
2	Абдуминев А.	2013	6,0	9,0	120	3,9	20	5	47	+	перев.
3	Абдуминев А.	2013	6,7	9,4	122	3,7	10	4	50	+	перев.
4	Борисов А.Серг	2013	6,3	10,7	100	3,7	5	6	45	+	перев.
5	Борисова Н.	2014	6,4	10,4	100	3,9	4	6	57	+	перев.
6	Борисова В.	2015	7,4	10,0	90	4,3	5	3	60	-	перев.
7	Голынецкая В.	2013	7,6	10,9	112	4,2	4/2	4/2	41,8	-	перев.
8	Голынец А.	2012	7,0	10,0	108	4,0	0	0	60,5	-	перев.
9	Голынец М.	2014	6,4	10,7	114	3,7	5	7	45	+	перев.
10	Голынец Д.	2013	6,8	10,6	108	4,2	7	7	59	+	перев.
11	Голынец К.	2013	6,8	10,4	115	3,8	0	5	55	+	перев.
12	Голынец А.	2013	6,8	10,0	120	3,5	7	3	40	+	перев.
13	Голынец Е.	2013	6,9	10,7	114	3,7	10	3	40	+	перев.
14	Голынецкая А.	2013	6,9	10,7	114	3,7	10	3	40	+	перев.
15	Голынецкая В.	2015	6,0	10,4	108	3,9	15	2	40	+	перев.

16	Корнеев А.	2013.	6.3	9.9	110	3.8	10	6	42	+	перев.
17	Коромышова И.	2015.	4/2	4/2	4/2	4/2	4/2	4/2	4/2	4/2	4/2
18	Коробков А.	2014.	6.7	4.8	115	3.7	12	7	49	+	перев.
19	Коробков С.	2013.	6.8	4.1	130	3.8	10	4	50	+	перев.
20	Коробков С.	2014.	6.3	4.3	115	3.7	10	4	49	+	перев.
21	Коробков М.	2015.	7.0	9.0	110	3.4	6	3	42	+	перев.
22	Коробков М.	2013.	6.0	9.0	124	3.7	15	4	40	+	перев.
23	Коробков М.	2012.	6.1	4.3	117	3.4	10	4	40	+	перев.
24	Коробков М.	2013.	6.0	4.3	110	3.9	4	10	57	-	перев.
25	Коробков М.	2013.	6.0	4.2	110	3.7	15	4	40	+	перев.
26	Коробков М.	2013.	7.0	9.0	111	3.8	9	4	50	+	перев.
27	Коробков М.	2014.	8.0	10.0	105	3.1	2	10	51	-	перев.
28											
29											
30											

Заместитель директора



Ващенко Т.А.

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования г. Нижневартовска

«Спортивная школа олимпийского резерва»

отделение Плавание

Контрольные нормативы по ОФП и СФП (тесты на скоростно-силовые качества, гибкость)

для зачисления и перевода в группы на тренировочном этапе

Группа НП (до года) НП-2

Тренер Андрейшкова

Плавание

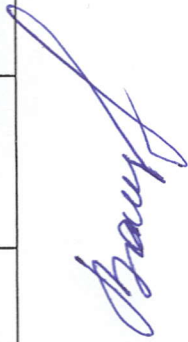
дата 16.05. 2023.

№ п/п	Ф.И.О.	Дата рождения	Бег 30м. не более: мальчики - 6,9с девочки - 7,1с	Бег челночный 3x10 м сек. высокого старта мальчики не более 10,1, девочки не более 10,6	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами не менее: Мальчики-110см Девочки- 105 см	Бросок набивного мяча вперед 1 кг мальчики не менее 3,5м, девочки не менее 3,0 м	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа по полу мальчики не менее 7 раз девочки не менее 4 раз	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) мал не менее +1см,дев не менее +3 см	Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед назад ширина хвата 50см не менее 1 раза	Плавание (вольный стиль) 50 метров Без учета времени	Переведен
1	Бажурова Тамара	2013	6,4	10,0	110	3,5	10	+5	42	+	перев
2	Бажурова Анастасия	2010	6,1	9,2	100	4,1	15	+2	40	+	перев
3	Бажурова Наталья	2011	6,0	10,0	110	3,0	6	+1	47	-	перев
4	Борзунко Софья	2010	6,2	9,4	137	4,7	15	+6	40	+	перев
5	Борзунко Ульяна	2012	6,4	9,7	124	4,7	10	+4	42	+	перев
6	Борзунко Ульяна	2012	6,4	9,4	114	4,7	10	+6	49	+	перев
7	Борзунко Ульяна	2012	6,4	9,4	114	4,7	10	+6	49	+	перев
8	Борзунко Ульяна	2012	6,8	11,0	109	4,9	4/3	4/9	41/2	-	перев
9	Борзунко Ульяна	2012	7,0	11,4	109	3,0	0	4/9	51	+	перев
10	Борзунко Ульяна	2011	6,4	9,4	116	3,7	9	4/2	54	+	перев
11	Борзунко Ульяна	2012	6,8	10,4	120	3,9	9	4/2	47	+	перев
12	Борзунко Ульяна	2012	6,7	10,4	120	3,9	5	4/2	40	+	перев
13	Борзунко Ульяна	2012	6,4	9,4	110	4,0	10	4/2	44	+	перев
14	Борзунко Ульяна	2011	6,4	10,0	120	3,7	10	+3	46	+	перев
15	Борзунко Ульяна	2013	6,7	10,1	120	3,9	10	+5	47	+	перев

16	Молчанов А	2013	6,9	14,0	115	30,4	8	7-1	39	+	перев
17	Супранов Кирилл	2013	6,4	9,9	130	45	10	+4	42	+	перев
18	Морозов И	2012	7,0	11,1	180	4,0	2	+6	44	+	перев
19	Медведев М	2013	6,4	4,8	135	4,2	10	+3	47	+	перев
20	Мельников Д	2010	6,1	4,8	124	4,0	10	+1	40	+	перев
21	Муромцев	2012	4,9	4,3	41,2	4,2	4/29	4/29	4/29	4/29	Омск
22	Муромцев Андрей	2010	7,0	9,9	118	4,0	2	7-7	49	+	перев
23	Сидоров В. И.	06.03.10	6,0	7,7	125	4,4	20	+1	41	+	перев
24	Мельников М	2013	3,4	11,0	104	3,4	9	+1	54	-	перев
25	Артемьев М	2013	7,0	4,9	119	3,4	9	+6	52	+	перев
26	Шамсутдинов	2013	6,4	4,4	124	4,6	20	+1	50	+	перев
27											
28											
29											
30											

Заместитель директора

Ващенко Т.А.



Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования г. Нижневартовска

«Спортивная школа олимпийского резерва»

Контрольные нормативы по ОФП и СФП (тесты на скоростно-силовые качества, гибкость)

для зачисления и перевода в группы на тренировочном этапе

отделение Плавание

Группа УТ-2

Тренер Суряева Н.А.

дата 20.05. 20 23. г.

№ п/п	Ф.И.О.	Дата рождения	Бег на 1000м не более: Юноши- 5,50мин. Девушки- 6,20 мин.	Бег челночный 3x10 м с высокого старта мальчики не более 9,3, девочки не более 9,5	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами мальчики не менее 140 см. девочки не менее 130 см.	Бросок набивного мяча вперед 1 кг мальчики не менее 4,0 м, дев не менее 3,5м	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа по полу мальчики не менее 13 раз, дев не менее 7 раз	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от урны скамьи) мал не менее +4см,дев не менее +5 см	Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед назад ширина хвата 60см не менее 3 раз	Скольжение в воде лежа на груди руки вперед мал не менее 7 м, дев не менее 8 м.	Разряд 3,2,1 юношеский (на этапе до 3-х лет), 3,2,1 спортивный разряд (на этапе свыше 3-х лет)	переведен
1	Баймухаметьева	2007	6,2	9,4	135	3,9	10	+3	54	15	2	перев
2	Борисов Михаил	2006	5,51	9,0	142	4,9	19	+5	50	10	2	перев
3	Борисов Вера	2006	5,9	9,1	144	4,7	20	+6	47	10	3	перев
4	Волгарева А	2007	6,1	9,1	130	3,9	15	+1	51	9	3	перев
5	Мельникова И	2006	6,3	9,0	137	4,1	10	+2	50	14	2	перев
6	Мельникова К	2006	6,0	8,9	135	4,3	10	+4	54	12	3	перев
7	Мельникова И	2006	5,4	8,9	143	4,4	20	+5	42	13	2	перев
8	Мельникова А	2006	5,0	9,0	100	4,9	20	+6	45	15	2	перев
9	Мельникова С	2007	5,9	9,0	134	4,4	17	+4	47	16	3	перев
10	Мельникова Р.	2007	6,5	8,9	134	4,0	15	+1	52	12	3	перев
11	Кривенко А	2007	5,9	8,9	151	4,1	16	+3	54	19	3	перев
12	Кривенко С	2007	5,9	8,8	152	5,0	24	+3	53	19	3	перев
13	Кривенко А	2007	5,6	8,8	154	4,7	24	+3	54	19	3	перев
14	Кривенко А	2007	6,1	8,5	150	4,7	24	+0	53	10	2	перев
15	Кривенко А	2009	6,1	8,5	150	4,9	15	+0	50	10	2	перев
16	Кривенко А	2006	6,7	8,4	152	5,7	24	+7	40	10	2	перев

17	Майковская А	2007	6,0	9,0	135	4,0	15	71	50	10	2
18	Щадринов И.	2008	5,4	8,4	142	5,4	20	73	42	17	3
19	Щадринов С	2007	4,4	8,0	130	5,6	24	72	40	10	2
20	Щадринов А	2005	4,4	8,3	174	6,0	20	74	44	10	2
21											
22											
23											
24											
25											
26											
27											
28											
29											
30											

Заместитель директора



Ващенко Т.А.

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования г. Нижневартовска

«Спортивная школа олимпийского резерва»

Плавание

отделение

Контрольные нормативы по ОФП и СФП (тесты на скоростно-силовые качества, гибкость)

для зачисления и перевода в группы на тренировочном этапе

Группа УТ-1

Тренер Андреев Н.А.

дата 20.05

2023 г.

№ п/п	Ф.И.О.	Дата рождения	Бег на 1000м не более: Юноши- 5,50мин. Девушки- 6,20 мин.	Бег челночный 3x10 м с высокого старта мальчики не более 9,3, девочки не более 9,5	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами мальчики не менее 140 см. девочки не менее 130 см.	Бросок мяча вперед 1 кг мальчики не менее 4,0 м, дев не менее 3,5м	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа по полу мальчики не менее 13 раз, дев не менее 7 раз	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) мал не менее +4см,дев не менее +5 см	Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед назад ширина хвата 60см не менее 3 раз	Скольжение в воде лежа на груди руки вперед мал не менее 7 м, дев не менее 8 м.	Разряд 3,2,1 юношеский (на этапе до 3-х лет), 3,2,1 спортивный разряд. (на этапе свыше 3-х лет)	переведен
1	Арсанов Иван	2008	5,4	8,7	150	5,7	20	7,9	50	12	2	перев
2	Ворошилин И.	2010	5,6	8,9	144	5,4	15	7,8	47	10	2,10	перев
3	Шварцов Вад	2007	5,1	9,0	148	6,0	14	7,9	52	15	2	перев
4	Шварцов Иван	2008	6,0	9,2	135	4,2	10	7,3	42	9	3	перев
5	Кушинов Иван	2010	5,4	8,9	144	5,0	12	7,1	51	10	2,10	перев
6	Кушинов Михаил	2009	5,2	8,4	149	5,7	15	7,5	52	14	3	перев
7	Мандаров С	2010	5,6	8,7	144	5,1	14	7,3	54	10	2,10	перев
8	Меркулов М	2008	5,0	8,5	160	5,4	20	7,6	50	19	2	перев
9	Меркулов М	2010	6,8	8,9	135	3,4	10	7,9	64	15	2,10	перев
10	Меркулов Д	2008	5,7	8,0	144	4,2	15	7,4	58	10	3	перев
11	Меркулов И	2008	5,5	7,9	150	4,7	19	7,3	50	12	3	перев
12	Меркулов И	2010	5,7	7,2	146	4,8	10	7,5	52	14	2,10	перев
13	Меркулов И	2009	5,60	7,7	140	4,4	10	7,7	65	10	2,10	перев
14	Меркулов И	2010	5,90	8,0	130	4,7	15	7,4	49	10	3	перев
15	Меркулов Д	2007	5,8	8,1	134	4,8	14	7,6	40	12	3	перев
16	Сергеев С.Иван	2008	5,0	8,4	152	4,2	15	7,4	47	12	2,10	перев

17	Сережко Анна	2004	5,0	8,9	150	4,7	15	+3	52	4	3	непр
18	Кришченко А	2010	4,8	4,8	41,8	4,8	41,8	4,8	42	41,8	41,8	непр
19	Сотникова Анастасия	2008	6,1	4,0	134	3,9	10	+4	47	10	3	непр
20	Червоний Данил	2010	5,4	8,7	157	4,4	20	+1	45	12	3	непр
21	Курганова А	2010	6,2	4,4	137	3,7	9	+3	44	14	10	непр
	Итого	2009	5,4	8,9	754	5,0	20	+4	50	10	10	непр

Заместитель директора



Ващенко Т.А.

**Муниципальное автономное учреждение г. Нижневартовска
«Спортивная школа олимпийского резерва»**

Контрольные нормативы по ОФП и СФП (тесты на скоростно-силовые качества, гибкость)

отделение Плавание

для зачисления и перевода в группы на этапе начальной подготовки

Группа НШ-1

Тренер Глушенкова Н.А.

30 мая 2022г.

№ п/п	Ф.И.О.	Дата рождения	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (раз) Юн.-7 Дев.-4	Бросок набивного мяча 1кг (не менее 3,5 м.юн.) (не менее 3,0 м д.)	Выкруты прямых рук Вперед Назад (гимнастич. палка, хват 50 см) Кол-во 1раз	Наклоны Вперед из полож. стоя на гимнастической скамье (см.) (от уровня скамьи) Юн. +1 Дев. +3	Челночный бег. 3x10м (не бол. 10.1с. юн.) (не бол. 10.6с.дев.)	Плавание (вольный стиль) 50 метров (без учета времени)	Бег 30 метров (не более 6,9 сек.юн. 7,1 дев.)	Переведен
1	Баймухаметов Максим Алексеевич	11.01.2013	7	3,2	-	+2	10,0	+	6,7	перев.
2	Басова Алена Алексеевна	23.08.2013	5	3,0	+	+3	10,8	+	7,0	перев.
3	Быховец Сергей Сергеевич	20.12.2012	10	3,4	+	+1	9,4	+	6,5	перев.
4	Гайфуллина Дарья Рустановна	27.09.2012	5	3,2	-	+5	10,2	+	6,9	перев.
5	Гималетдинова Кира Рустамовна	22.12.2012	6	3,0	+	+3	10,3	+	7,0	перев.
6	Гафуров Даниэль Маратович	01.06.2013	7	3,5	-	+0	10,0	+	6,9	перев.
7	Гуцалюк Екатерина Евгеньевна	06.06.2013	7	3,0	-	+3	10,6	+	7,1	перев.
8	Евсеева Есения Евгеньевна	14.09.2013	8	3,4	+	+4	10,5	+	6,9	перев.
9	Еремеевко Мария Андреевна	21.05.2013	4	3,4	+	+4	10,6	+	7,1	перев.
10	Каюмов Амир Камалович	13.05.2012	8	3,2	-	+1	9,8	+	6,9	перев.
11	Кондря Семен Борисович	30.07.2012	9	3,5	+	+2	9,9	+	6,5	перев.
12	Королев Алексей Александрович	15.10.2013	6	3,4	-	+1	10,0	+	6,9	перев.
13	Кравченко Алексей Олегович	19.03.2014	6	3,2	-	+2	10,4	+	6,8	перев.
14	Кругликов Владислав Андреевич	07.11.2013	10	3,5	+	+1	10,0	+	6,4	перев.
15	Лопатко Арина Александровна	02.01.2013	9	3,6	+	+4	10,5	-	7,0	перев.
16	Марченко Илья Николаевич	23.06.2012	5	3,0	-	+3	10,4	+	6,9	перев.
17	Мотречко Владислав Андреевич	04.09.2014	10	3,5	+	+3	10,0	+	6,7	перев.
18	Мрясов Николай Александрович	09.12.2011	12	3,7	+	+4	10,7	+	6,5	перев.
19	Мрясов Федор Александрович	10.01.2013	11	3,8	+	+4	9,4	+	6,6	перев.
20	Мусагаджиева Камилла Мураатовна	15.11.2012	8	3,0	+	+3	10,5	+	7,0	перев.

**Муниципальное автономное учреждение г. Нижневартовска
«Спортивная школа олимпийского резерва»**

Контрольные нормативы по ОФП и СФП (тесты на скоростно-силовые качества, гибкость) Плавание
для зачисления и перевода в группы на этапе начальной подготовки отделение

Тренер Глушенкова Н.А. 20 мая 2022г.

Группа НП-1

№ п/п	Ф.И.О.	Дата рождения	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (раз) Юн.-7 Дев.-4	Бросок набивного мяча 1 кг (не менее 3,5 м.юн.) (не менее 3,0 м д.)	Выкруты Вперед Назад (гимнастич. палка, хват 50 см) Кол-во 1 раз	Наклоны Вперед из полож. стоя на гимнастической скамье (см.) (от уровня скамьи) Юн. +1 Дев. +3	Челночный бег. 3x10м (не бол. 10.1с. юн) (не бол. 10.6с.дев.)	Плавание (вольный стиль) 50 метров (без учета времени)	Бег 30 метров (не более 6,9 сек.юн. 7,1 дев.)	Переведен
21	Павленко Максим Кириллович	12.07.2013	0	0	0	0	0	0	0	перев.
22	Парашенко Виктория Павловна	29.04.2014	4	3,0	+	+4	19,5	+	7,4	перев.
23	Пучков Роман Андреевич	31.01.2014	7	3,5	+	+1	19,0	+	7,6	перев.
24	Савин Матвей Андреевич	06.11.2012	7	3,6	+	+0	9,9	+	6,5	перев.
25	Тимофеев Марк Максимович	25.05.2013	8	3,8	+	+0	19,1	+	6,5	перев.
26	Федотова Варвара Сергеевна	23.09.2014	9	3,0	-	+0	19,3	+	7,4	перев.
27	Хруленко Максим Андреевич	06.02.2013	10	4,0	-	+0	19,0	+	7,0	перев.
28	Шамсунов Сулейман Самирович	18.04.2013	12	3,9	+	+1	9,9	+	6,6	перев.
29	Ягулина Аделина Денисовна	22.08.2013	5	3,1	+	+4	19,2	+	7,0	перев.
30	Ярославцева Агата Антоновна	29.05.2013	4	3,0	-	+3	19,4	+	6,9	перев.



Заместитель директора

Т.А. Ващенко

**Муниципальное автономное учреждение г. Нижневартовска
«Спортивная школа олимпийского резерва»**

отделение Плавание

Контрольные нормативы по ОФП и СФП (тесты на скорость-силовые качества, гибкость)

для зачисления и перевода в группы на этапе начальной подготовки

Группа НП-2 Тренер Глушенкова Н.А.

20 мая, 2022г.

№ п/п	Ф.И.О.	Дата рождения	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (раз) Юн.-7 Дев.-4	Бросок набивного мяча 1кг (не менее 3,5 м.юн.) (не менее 3,0 м.д.)	Выкрыты прямых рук Вперед Назад (гимнастич. палка, хват 50 см) Кол-во Граз	Наклоны Вперед из полож. стоя на гимнастической скамье (см.) (от уровня Юн. +1 Дев. +3	Челночный бег. 3x10м (не бол. 10.1с. юн) (не бол. 10.6с.дев.)	Плавание (вольный стиль) 50 метров (без учета времени)	Бег 30 метров (не более 6,9 сек.юн. 7,1 дев.)	Переведен
1	Батяев Захар Андреевич	21.10.2010	10	3,7	-	+1	8,9	+	6,5	перев.
2	Борзенко Александр Сергеевич	03.05.2010	14	4,0	+	+1	9,6	+	6,8	перев.
3	Борзенко Иван Сергеевич	19.03.2012	12	3,6	+	+2	9,9	+	6,7	перев.
4	Добрыгин Кирилл Алексеевич	12.02.2010	10	3,9	-	+3	10,0	+	6,9	перев.
5	Егоров Алексей Евгеньевич	09.02.2009	8	3,5	+	+1	10,0	+	6,4	перев.
6	Караваев Артем Андреевич	27.01.2011	12	3,4	+	+3	9,4	+	6,8	перев.
7	Климов Илья Александрович	04.08.2010	14	3,9	-	+2	9,7	+	6,7	перев.
8	Кравченко Ал.ександр Олегович	29.12.2011	10	3,6	-	+3	10,0	+	6,5	перев.
9	Кулагин Михаил Сергеевич	14.12.2009	9	3,8	+	+1	9,7	+	6,0	перев.
10	Майборода Александр Сергеевич	26.03.2010	8	3,5	+	+1	9,6	+	6,6	перев.
11	Максютов Ильяс Русланович	24.11.2008	19	4,0	+	+0	8,9	+	6,4	перев.
12	Меркулов Матвей Денисович	13.10.2010	12	3,9	+	+4	9,9	+	6,8	перев.
13	Мрига Никита Дмитриевич	29.03.2008	14	3,7	+	+2	9,2	+	6,4	перев.
14	Новгородцев Кирилл Андреевич	01.04.2010	15	3,6	-	+0	9,0	+	6,5	перев.
15	Поздняков Максим Сергеевич	14.12.2009	10	4,0	-	+0	8,9	+	6,9	перев.
16	Покашев Иван Михайлович	12.04.2010	14	3,9	-	+1	8,7	+	6,7	перев.
17	Радченко Андрей Алексеевич	29.04.2010	11	3,7	+	+1	10,0	+	6,8	перев.
18	Синев Никита Андреевич	10.10.2009	10	4,1	+	+2	9,2	+	6,4	перев.
19	Соловей Богдан Денисович	06.03.2010	15	4,0	+	+1	9,0	+	6,7	перев.
20	Хрипченко Анна Александровна	26.03.2010	8	3,2	+	+4	10,2	+	7,0	перев.

Муниципальное автономное учреждение г. Нижневартовска
«Спортивная школа олимпийского резерва»

Контрольные нормативы по ОФП и СФП (тесты на скоростно-силовые качества, гибкость) Плавание

отделение

для зачисления и перевода в группы на этапе начальной подготовки

Группа НП-2

Тренер Глушенкова Н.А.

2022г.

№ п/п	Ф.И.О.	Дата рождения	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (раз) Юн.-7 Дев.-4	Бросок набивного мяча 1кг (не менее 3,5 м.юн.) (не менее 3,0 м д.)	Выкруты прямых рук Вперед Назад (гимнастич. палка, хват 50 см) Кол-во 1раз	Наклоны Вперед из полож. стоя на гимнастической скамье (см.) (от уровня Юн. +1 Дев. +3	Челночный бег. 3x10м (не бол. 10.1с. юн) (не бол. 10.6с.дев.)	Плавание (вольный стиль) 50 метров (без учета времени)	Бег 30 метров (не более 6,9 сек.юн. 7,1 дев.)	Переведен
21	Хруленко Никита Сергеевич	24.04.2008	6	3,3	+	+6	19,0	+	7,0	перев.
22	Черевко Лев Максимович	27.01.2010	12	3,7	+	+0	9,4	+	6,6	перев.
23	Швецова Анастасия Владимировна	05.03.2010	9	3,2	-	+2	19,2	+	7,0	перев.
24	Щинов Михаил Евгеньевич	16.06.2009	10	3,6	+	+1	9,8	+	6,9	перев.

Заместитель директора



Т.А. Ващенко

Муниципальное автономное учреждение г. Нижневартовска
«Спортивная школа олимпийского резерва»

Контрольные нормативы по ОФП и СФП (тесты на скоростно-силовые качества, гибкость)

отделение Плавание

для зачисления и перевода в группы на тренировочном этапе

Группа ТЭ -1 №1

Тренер Глушенкова Н.А.

20 мая 2022г

№ п/п	Ф.И.О.	Дата рождения	Челночный бег. 3x10м (не более 9,3 с. юн. 9,5 с. дев.)	Бросок набивного мяча 1кг (не менее 4 м.юноши) (не менее 3,5м девушки)	Выкруты прямых рук Вперед Назад (ширина хвата не более 60см)	Наклоны вперед из положения стоя на гимнастической скамье (см.) (от уровня скамьи) не менее Юн. +4 Дев. +5	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу не менее (юн. 13 раз дев. 7 раз)	Скольжение в воде лежа на груди, руки вперед Не менее Юн. 7 м Дев. 8 м	200 м кп/пл 2-1 юнош. разряд	100 м. основным способом 2-1 юнош. разряд	Переведен
1	Баймухаметова Виктория Алексеевна	13.10.2007	9,0	4,0	+	+6	14	9	3р	2р	перев.
2	Вахранева Анастасия Александровна	14.03.2008	9,4	4,1	+	+7	10	10	1,0	3р	перев.
3	Ильдеров Владислав Михайлович	16.05.2007	8,7	4,6	+	+0	15	8	3р	3р	перев.
4	Ищенко Юлия Сергеевна	07.03.2008	9,4	3,9	+	+5	10	10	1,0	3р	перев.
5	Каргаполова Софья Сергеевна	10.08.2007	9,5	4,4	+	+5	7	10	1,0	3р	перев.
6	Ковалевская Милана Владимировна	19.09.2008	9,5	3,5	-	+6	7	9	1,0	3р	перев.
7	Коншин Михаил Романович	02.08.2007	9,0	4,5	+	+0	12	8	1,0	1,0	перев.
8	Котвелиев Сулейман Дмитриевич	11.08.2007	8,9	5,0	+	+4	16	12,5	3р	3р	перев.
9	Матвеева Ангелина Дмитриевна	17.11.2007	9,1	3,8	+	+8	10	10	1,0	3р	перев.
10	Михайлов Дмитрий Евгеньевич	04.04.2008	9,1	4,9	-	+0	15	10	1,0	1,0	перев.
11	Олейников Алексей Ильич	08.07.2005	9,0	5,2	+	+4	17	12,5	3р	3р	перев.
12	Прыкина Анастасия Игоревна	24.11.2009	9,2	3,6	+	+6	19	16,0	3р	3р	перев.
13	Семенов Данил Игоревич	04.01.2007	9,0	4,0	+	+0	14	7	1,0	1,0	перев.
14	Сергеев Семен Александрович	23.10.2008	9,3	4,4	-	+0	10	7	1,0	1,0	перев.
15	Цымянская Кристина Алексеевна	18.02.2008	9,4	4,5	+	+5	15	11,0	1,0	3р	перев.
16	Чайковская Анна Романовна	07.08.2007	9,8	4,2	+	+6	15	12,5	3р	3р	перев.
17	Шарипов Лев Владиславович	29.05.2008	9,3	4,0	+	+0	5	8	1,0	1,0	перев.

Заместитель директора



Ващенко Т.А.

Муниципальное автономное учреждение г. Нижневартовска
«Спортивная школа олимпийского резерва»

Контрольные нормативы по ОФП и СФП (тесты на скоростно-силовые качества, гибкость) отделе Плавание
для зачисления и перевода в группы на тренировочном этапе

Группа ТЭ - 1 №2

Тренер Мухоморова А.А.

30 мая

20 22 г.

№ п/п	Ф.И.О.	Дата рождения	Челночный бег. 3x10м (не более 9,3 с. юн. 9,5 с. дев.)	Бросок набивного мяча 1кг (не менее 4 м.юноши) (не менее 3,5м девушки)	Выкруты прямых рук Вперед Назад (ширина хвата не более 60см)	Наклоны Вперед из полож. стоя на гимнастической скамье (см.) (от уровня скамьи) не менее Юн. +4 Дев. +5	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу не менее (юн. 13 раз дев. 7 раз)	Скольжение в воде лежа на груди, руки вперед Не менее Юн. 7 м Дев. 8 м	200 м кл/пл 1 юнош. разряд 3 р.	100 м. основным способом 1 юнош. разряд 3 р.	Переведен
1	Арсланов Максим Алексеевич	29.04.2008	9,1	4,2	+	+1	20	10	3р	2р	перев.
2	Басов Михаил Алексеевич	29.09.2006	9,0	4,5	+	+3	24	12	3р	3р.	перев.
3	Бобров Владимир Андреевич	21.11.2006	8,9	4,2	+	+4	19	10	1ю	3р.	перев.
4	Борзило Владимир Юрьевич	11.01.2006	9,0	0	0	0	0	0	0	0	0
5	Гараев Ян Робертович	06.05.2006	0	0	0	0	0	0	0	0	0
6	Живодерова Карина Алексеевна	26.01.2006	9,2	3,7	+	+0	10	10	1ю	3р	перев.
7	Живодерова Полина Алексеевна	26.01.2006	9,4	3,9	+	+0	12	18	1ю	3р.	перев.
8	Задорожный Иван Михайлович	01.07.2006	9,0	4,3	-	+3	16	62,5	3р	2р.	перев.
9	Заломский Михаил Андреевич	01.07.2006	8,9	4,6	+	+2	18	10	2р	2р.	перев.
10	Зотов Иван Игоревич	28.06.2008	9,0	0	0	0	0	0	0	0	0
11	Клюева Виолетта Дмитриевна	27.03.2007	9,0	3,9	+	+1	10	10,0	1ю	2р.	перев.
12	Котляров Максим Геннадьевич	20.06.2005	9,1	4,9	-	+4	15	14,0	3р	2р.	перев.
13	Мелехина Дарья Андреевна	09.05.2005	9,4	4,0	+	+3	10	10	1ю	3р.	перев.
14	Новожилов Иван Алексеевич	09.09.2004	8,9	4,6	-	+4	19	12	3р	3р.	перев.
15	Петров Артем Эдуардович	19.04.2005	0	0	0	0	0	0	0	0	0
16	Ткачук Артем Дмитриевич	05.02.2006	9,1	4,9	+	+4	17	11	3р	2р	перев.
17	Шаров Егор Сергеевич	14.01.2007	8,7	5,0	+	+2	20	12,5	2р	2р	перев.
18	Шукин Никита Родионович	12.10.2005	8,9	5,2	+	+1	24	17	3р	3р	перев.

Заместитель директора

Вашин

Ващенко Т.А.

Муниципальное автономное учреждение г. Нижневартовска
«Спортивная школа олимпийского резерва»

Контрольные нормативы по ОФП и СФП (тесты на скоростно-силовые качества, гибкость) отделение Плавание

Группа НП 3 Тренер Мухоморова май 2011 г.

№ п/п	Ф.И.О.	Год рожд.	Челночный бег. 3x10м (не бол.10.0с. юн) (не бол. 10.5с.дев.)	Бросок набивного мяча 1кг (не менее 3,8 м.юн.) (не менее 3,3м Д.)	Выкруты прямых рук Вперед назад	Наклоны Вперед, Стоя на возвышенности	Зачтено
1	Башинь Александр	10	9,4	3,4	+	+	зачтено
2	Борозинский Сергей	10	9,3	3,4	+	+	зачтено
3	Давыдов Иван	10	9,7	3,4	+	+	зачтено
4	Зверев А	09	10,0	4,0	-	+	зачтено
5	Зверев Александр	10	9,7	4,0	-	-	зачтено
6	Киселев И	10	10,4	3,4	+	+	зачтено
7	Корсаков И	10	9,7	3,0	-	+	зачтено
8	Курочкин М	09	10,8	4,0	+	+	зачтено
9	Матвеев Д	10	10,4	3,4	+	+	зачтено
10	Максимов Д	09	9,7	4,1	+	+	зачтено
11	Маринин М	10	9,2	4,0	+	-	зачтено
12	Мухоморова Ю	09	10,8	3,5	+	+	зачтено
13	Мухоморов Д	08	10,8	4,7	+	+	зачтено
14	Мухомов Д	08	9,2	4,45	+	-	зачтено
15	Мухоморов Д	10	10,7	4,1	+	+	зачтено
16	Мухоморов Д	09	10,0	4,0	+	+	зачтено
17	Мухомов И	10	9,2	3,4	+	+	зачтено
18	Мухомов Д	10	9,4	3,7	+	-	зачтено
19	Сидоров В	10	10,9	3,45	+	+	зачтено
20	Сидоров Александр	10	8,7	4,0	+	+	зачтено






Зам.директора по СП

Ващенко Т.А.

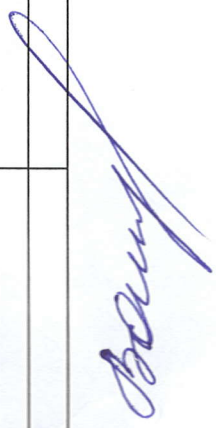
Муниципальное автономное учреждение г. Нижневартовска
«Спортивная школа олимпийского резерва»

Контрольные нормативы по ОФП и СФП (тесты на скоростно-силовые качества, гибкость) отделение Плавание

Группа НП Б Тренер Аннушичева май 2021 г.

№ п/п	Ф.И.О.	Год рожд.	Челночный бег. 3x10м (не бол. 10.0с. юн) (не бол. 10.5с.дев.)	Бросок набивного мяча 1кг (не менее 3,8 м.юн.) (не менее 3,3м д.)	Выкруты прямых рук Вперед назад	Наклоны Вперед, Стоя на возвышенности	  	 	Зачтено
1	<i>Черныш А.В.</i>	<i>10</i>	<i>9,4</i>	<i>3,5</i>	<i>+</i>	<i>+</i>			<i>зачтено</i>
2	<i>Шаксиров В.В.</i>	<i>09</i>	<i>10,2</i>	<i>3,8</i>	<i>-</i>	<i>+</i>			<i>зачтено</i>
3	<i>Шанишев А.</i>	<i>08</i>	<i>9,0</i>	<i>4,0</i>	<i>+</i>	<i>+</i>			<i>зачтено</i>
4	<i>Швытыва А.</i>	<i>10</i>	<i>10,4</i>	<i>3,5</i>	<i>+</i>	<i>+</i>			<i>зачтено</i>
5	<i>Шумов М.</i>	<i>09</i>	<i>9,2</i>	<i>3,9</i>	<i>+</i>	<i>+</i>			<i>зачтено</i>
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

Зам.директора по СП



Ващенко Т.А.

Муниципальное автономное учреждение г. Нижневартовска
«Спортивная школа олимпийского резерва»

Контрольные нормативы по ОФП и СФП (тесты на скоростно-силовые качества, гибкость) отделение Плавание

Группа НП А Тренер Мушкетова А. май 2019 г.

№ п/п	Ф.И.О.	Год рожд	Челночный бег. 3x10м (не бол. 10.0с. юн) (не бол. 10.5с. дев.)	Бросок набивного мяча 1кг (не менее 3,8 м.юн.) (не менее 3,3м д.)	Выкруты прямых рук Вперед назад	Наклоны Вперед, Стоя на возвышенности	Сидя (руки вперёд)	Лёжа (руки вперёд)	Зачтено
1	Архипова Мария	12	10,4	3,0	+	+			зачтено
2	Алексеева Мария	11	9,9	3,6	+	+			зачтено
3	Борисова Мария	11	9,8	3,7	+	+			зачтено
4	Викторова Мария	11	9,8	3,4	+	+			зачтено
5	Григорьева Мария	12	9,7	3,2	-	-			зачтено
6	Григорьева Мария	12	9,9	3,7	+	+			зачтено
7	Григорьева Мария	12	10,0	3,5	+	+			зачтено
8	Григорьева Мария	11	9,9	3,9	+	+			зачтено
9	Григорьева Мария	10	-	4,0	-	-			не зачтено
10	Григорьева Мария	10	9,4	4,0	+	+			зачтено
11	Григорьева Мария	12	10,2	3,5	+	+			зачтено
12	Григорьева Мария	11	10,6	3,3	+	+			зачтено
13	Григорьева Мария	11	9,8	3,0	+	+			зачтено
14	Григорьева Мария	12	10,9	3,7	+	+			зачтено
15	Григорьева Мария	13	10,0	3,5	+	+			зачтено
16	Григорьева Мария	12	9,50	3,6	-	-			зачтено
17	Григорьева Мария	13	9,8	4,0	-	-			зачтено
18	Григорьева Мария	11	10,4	3,5	+	+			зачтено
19	Григорьева Мария	13	10,2	3,9	+	+			зачтено
20	Григорьева Мария	12	10,1	3,7	+	+			зачтено

Ващенко Т.А.

Зам. директора по СП

**Муниципальное автономное учреждение г. Нижневартовска
«Спортивная школа олимпийского резерва»**

Плавание

отделение

Контрольные нормативы по ОФП и СФП (тесты на скоростно-силовые качества, гибкость)

для зачисления на этап начальной подготовки

май 2011 г.

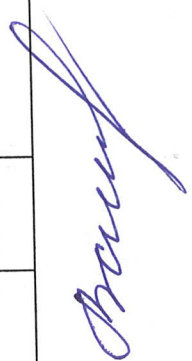
Группа НП 1

Тренер Аннушкина

№ п/п	Ф.И.О.	Год рожд.	Челночный бег. 3x10м (не бол. 10.0с. юн.) (не бол. 10.5с.дев.)	Бросок набивного мяча 1кг (не менее 3,8 м.юн.) (не менее 3,3м д.)	Выкруты прямых рук Вперед назад	Наклоны Вперед, Стоя на возвышенности	Переведен
1	Никольская В.	11	—	—	—	—	назад
2	Муршев М	13	10,2	3,9	—	+	назад
3	Крыськова М	13	10,0	3,4	+	+	назад
4	Косицкая М	12	10,2	3,5	+	+	назад
5	Смирнов А	09	10,0	4,0	+	+	назад
6	Смирнов К.	12	11,0	2,0	—	—	назад
7	Смирнов М.	11	11,4	3,4	—	+	назад
8	Смирнов Т.	11	8,7	3,7	+	+	назад
9	Смирнов А.	11	9,4	3,8	—	+	назад
10	Смирнов С.	10	10,3	4,1	—	+	назад
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							

Зам.директора

Ващенко Т.А.



Муниципальное автономное учреждение г. Нижневартовска
«Спортивная школа олимпийского резерва»

отделение Плавание

Контрольные нормативы по ОФП и СФП (тесты на скоростно-силовые качества, гибкость, выносливость)

техническое мастерство)

Группа Т-1

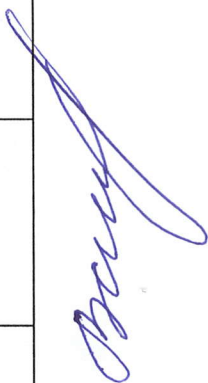
Тренер Александров А.А.

2011 г.

№ п/п	Ф.И.О.	Год рожд.	Челночный бег. 3x10м (не бол.9,5 с. юн) (не бол. 10.0 с.дев.)	Бросок набивного мяча 1кг (не менее 4 м.юн.) (не менее 3,5м д.)	Выкруты прямых рук Вперед Назад (ширина хвата не более 60см.	Наклоны Вперед, Стоя на возвышенно сти	200 м кп/пл. 3/3 р.	800 м в/ст. 3/3р.	Зачтено
1	Аверинцев А	08	-	-	-	-	-	-	Медаль
2	Вайсманов А	07	8,7	3,9	+	+	3:20,4	12,54	замеч
3	Березин А	06	9,2	4,1	+	+	3:15,7	13,02	замеч
4	Березин Б	06	9,0	3,7	+	+	2:59,8	11,91	замеч
5	Вахрамеев А	08	9,9	3,9	+	+	3:20,0	12,54	замеч
6	Мухоморов К.	04	9,1	3,9	+	+	3:24,4	13,01	замеч
7	Михайлов И	06	8,9	4,2	+	+	3:20,7	13,02	замеч
8	Михайлов К	08	9,6	3,6	+	+	3:25,7	12,47	замеч
9	Кривонозов С.	07	8,4	4,8	+	+	2:40,0	11,54	замеч
10	Кривонозов М.	05	8,92	5,7	+	+	2:41,0	11,51	замеч
11	Михайлов Ф	05	9,4	3,7	+	+	3:24,9	13,01	замеч
12	Мовчанский В	04	9,0	5,2	+	+	3:01,00	16,44	замеч
13	Степанов А	05	8,9	5,9	+	+	2:59,7	11,45	замеч
14	Степанов А	05	9,1	5,0	+	+	3:00,9	12,44	замеч
15	Гусев А	04	-	-	-	-	-	-	Медаль
16									
17									
18									
19									
20									

Зам.директора по СП

Ващенко Т.А.



Муниципальное автономное учреждение г. Нижневартовска

«Спортивная школа олимпийского резерва»

Контрольные нормативы по ОФП и СФП (тесты на скоростно-силовые качества, гибкость, Плавание)

техническое мастерство)

Группа Г-1

отделение

Плавание

Тренер Андреева май 2021 г.

№ п/п	Ф.И.О.	Год рожд.	Челночный бег. 3x10м (не бол.9,5 с. юн) (не бол. 10.0 с.лев.)	Бросок набивного мяча 1кг (не менее 4 м.юн.) (не менее 3,5м д.)	Выкруты прямых рук Вперед Назад (ширина хвата не более 60см.	Наклоны Вперед, Стоя на возвышенно сти	200 м кп/пл (3.31.0 ю. 3.40.0 д.)	800 м в/ст. (13.30.ю 14.00д.)	Зачтено
1	Аврамчук А.	08	9,0	4,7	+	+	2'54,0	11,00,7	зачтено
2	Басев А.	06	9,2	4,1	+	+	3'00,0	12,24,0	зачтено
3	Борисов В.	06	8,7	4,3	+	+	3'04,7	12,41,0	зачтено
4	Борисов А.	06	8,9	4,6	+	+	3'02,4	12,07,7	зачтено
5	Борисов В.	06	8,4	4,2	+	+	3'00,4	11,54	зачтено
6	Борисов В.	06	8,7	4,8	+	+	3'24,4	11,10,9	зачтено
7	Борисов В.	07	9,8	3,8	+	+	3'34,7	13,10,7	зачтено
8	Борисов В.	07	9,8	3,9	+	+	3'24,0	13,00,0	зачтено
9	Борисов В.	07	9,0	3,8	+	+	3'24,0	13,01,0	зачтено
10	Борисов В.	07	9,9	4,0	+	+	3'45,4	13,04,7	зачтено
11	Борисов В.	05	8,3	5,0	+	+	2'59,7	11,15,7	зачтено
12	Борисов В.	07	9,4	3,7	+	+	3'00,4	12,57,4	зачтено
13	Борисов В.	07	9,0	4,7	+	+	3'20,0	12,26,4	зачтено
14	Борисов В.	08	9,2	4,3	+	+	3'18,7	12,21,7	зачтено
15	Борисов В.	08	10,00	3,9	+	+	3'27,4	13,01,0	зачтено
16	Борисов В.	07	9,1	3,7	+	+	3'04,0	13,13,0	зачтено
17	Борисов В.	07	9,4	4,8	+	+	3'01,00	12,01,00	зачтено
18									
19									

Зам.директора по СП

Ващенко Т.А.