

**НОРМАТИВЫ
ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ
ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ В ГРУППЫ НА ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ
СИЛОВАЯ ВЫНОСЛИВОСТЬ, СКОРОСТНО-СИЛОВЫЕ КАЧЕСТВА.**

Группа: Т-1

Тренер: Балакишиев Т.Т.



№	ФИО	Силовая выносливость		Скоростно-силовые качества				
		Подъем ног до охвата руками в висе на гимнастической стенке	Прыжок в длину с места	Прыжок в высоту с места	Тройной прыжок с места	Подтягивание на перекладине за 20 с	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа за 20 с	Подъем туловища, лежа на спине за 20 с
1.	Балакишиев Феликс Тельманович	8	2.10	50 см	5 см	1	12	8
2.	Балиев Мухамед Нурахмедович	8	2.10	50 см	5 см	1	12	8
3.	Блошенко Давид Сергеевич	8	2.20	50 см	5 см	2	12	8
4.	Габибулаев Ислам Абидинович	8	2.10	50 см	5 см	1	12	8
5.	Гурбанов Нурилан Русифович	10	2.30	50 см	6 см	10	16	11
6.	Дружинин Вячеслав Андреевич	8	2.10	50 см	5 см	1	12	8
7.	Зайнуллин Рамазан Русланович	1	2.10	50 см	5.2	1	12	8
8.	Крикунов Антон Антонович	8	2.10	50 см	5.5	1	11	8
9.	Кудрявцев Тимур Александрович	1	2.10	50 см	5.3	1	11	8
10.	Литвиненко Валдим Иванович	—	—	50 см —	—	1 —	10 —	—
11.	Малаев Абдул Гусейнович	8	2.10	50 см	5 см	1	11	8
12.	Сейфуллин Артём Забитович	8	2.11	50 см	5.1 см	1	10	8
13.	Селимов Ислам Назирович	7	1.0 см	50 см	5.2 см	1	11	8
14.	Смекалин Владимир Александрович	8	2. см	50 см	5.5 см	1	10	8

15.	Стафеев Адам Алексеевич	8	2 ш	50 ш	5.2 ш	7	11	8
16.	Чаппев Кирилл Евгеньевич	8	2 ш	50 ш	5.5 ш	7	10	8

освоили программу 16 ш переведены на следующий этап 16 лет.

тренер Брадинцев Т.Т заведующий отделением А.В. Сидяков В.У

Дата « 26. » 05 2021г.

КОПИЯ ВЕРНА



Вед. отдела
Брадинцев Т.Т

НОРМАТИВЫ

ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ
ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ В ГРУППЫ НА ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ
БЫСТРОТА, КООРДИНАЦИЯ, ВЫНОСЛИВОСТЬ, СИЛА.

Группа: Т-1
Тренер: Балакишиев Т.Т.

КОПИЯ ВЕР

Дата: 26.05.2021г.

№	ФИО спортсмена	Быстрота		Координация Челночный бег 3х10	Выносливость			Подтягивание на перекладине	Сила			
		Бег на 30 м	Бег на 60 м		Бег 400 м	Бег 800 м	Бег 1500 м		Сгибание рук в упоре на брусьях	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	Бросок набивного мяча (3кг) назад	Бросок набивного мяча (3кг) вперед из-за головы
1.	Багакишиев Феликс Тельманович	5.6	8.6	7.6	1.20с	3.8с	7.4.35с	15	16	30	6.2м	5.3м
2.	Багиев Мухамед Нурахмедович	5.5	8.8	7.6	1.18с	3.7с	7.4.33с	15	13	30	6.4с	5.4с
3.	Блошенко Давид Сергеевич	5.6	8.7	7.7	1.27с	3.10с	7.4.41с	10	13	30	6.4с	5.5м
4.	Габибулаев Ислам Абдилович	5.6	8.7	7.6	1.27с	3.11с	7.4.41с	10	12	30	6.4с	5.3с
5.	Гурбанов Нурлан Русифович	5.4	8.4	7.5	1.15с	2.4.42с	6.4.57с	20	20	50	6.4с	6.4с
6.	Дружинин Вячеслав Андреевич	5.6	8.6	7.6	1.20с	3.8с	7.4.40с	10	13	30	6.4с	5.5с
7.	Зайнуллин Рамазан Русланович	5.5	8.6	7.5	1.22с	3.6с	7.3.8с	11	12	30	6.2с	5.6с
8.	Крикунов Антон Антонович	5.5	8.6	7.5	1.20с	3.3с	7.3.0с	13	16	30	6.4с	5.3.с
9.	Кудрявцев Тимур Александрович	5.6	8.6	7.6	1.27с	3.4.10с	7.4.0с	11	15	30	6.1с	5.4с
10.	Литвиненко Вадим Иванович											
11.	Малаев Абдул Гусейнович	5.6	8.5	7.5	1.20с	3.4.8с	7.3.8с	12	14	30	6.4с	5.2с
12.	Сейфуллин Артём Забитович	5.7	8.7	7.6	1.22с	3.4.75с	7.4.17с	11	13	30	6.1с	5.2с
13.	Селимов Ислам Назирович	5.7	8.6	7.7	1.20с	3.10с	7.4.0с	10	12	30	6.1с	5.6с
14.	Смекалин Владимир Александрович	5.6	8.6	7.7	1.21с	3.15с	7.4.2с	8	10	30	6.3с	5.2с
15.	Стафеев Адам Алексеевич	5.6	8.5	7.6.	1.20с	3.10с	7.3.5с	15	13	30	6.4с	5.7с

16.	Чаллиев Кирилл Евгеньевич	5.6	8.6	1.7	1.211	3.151	1.422	8	10	30	6.341	5.241
-----	------------------------------	-----	-----	-----	-------	-------	-------	---	----	----	-------	-------

освоили программу 16 часов

переведены на следующий этап

16 ч.

тренер Балашов И. И.

заведующий отделением

Иванов И. И.

Дата «25» 05 2021г.



Иванов И. И.
Иванов И. И.

**НОРМАТИВЫ
ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ
ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ В ГРУППЫ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ
СИЛОВАЯ ВЫНОСЛИВОСТЬ, СКОРОСТНО-СИЛОВЫЕ КАЧЕСТВА.**

Группа: III

Тренер: Балакишиев Т.Т.

Дата: 26.05

2021г

№	ФИО	Силловая выносливость		Скоростно-силовые качества					
		Подъем туловища, лежа на спине	Подъем ног до охвата руками в висе на гимнастической стенке	Прыжок в длину с места	Прыжок в высоту с места	Тройной прыжок с места	Подтягивание на перекладине за 20 с	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа за 20 с	Подъем туловища, лежа на спине за 20 с
1.	Абдуразаков Давид Мевганович	10	4	152	95 см	4.7 м	5	10	5
2.	Бутрик Тимур Эльмарович	10	4	154	45 см	4.9 м	5	10	5
3.	Вайтин Ралан Артурович	10	4	135	45 см	4.8 м	5	10	5
4.	Васильев Владислав Евгеньевич	10	4	151	45 см	4.6 м	5	10	5
5.	Газизов Салиман Олегovich	10	4	160	45 см	4.8 м	5	10	5
6.	Газизов Султан Олегovich	10	4	160	45 см	4.8 м	5	10	5
7.	Гайнуллин Тимур Ренатович	10	4	155	45 см	4.7 м	5	10	5
8.	Гамзатов Гаджимурад Исмаилович	10	4	153	45 см	4 м	5	10	5
9.	Гамзатов Нариман Исмаилович	10	4	150	45 см	4.10 м	5	10	5
10.	Ибрагимов Алихан Расулович	10	4	160	45 см	4.8 м	5	10	5
11.	Ибрагимов Марат Расулович	10	4	140	45 см	4.8 м	5	10	5
12.	Казимагомедов Бер Закидинович	10	4	140	45 см	4.7 м	5	10	5
13.	Казимагомедов Самир Закидинович	10	4	150	45 см	4.8 м	5	10	5
14.	Кожимбердиев Константин Михайлович	10	4	150	45 см	4.5 м	5	10	5



15.	Котвельев Давид Дмитриевич	10	4	160	45 см	4.8 м	5	10	5
16.	Куджаев Саид Рагимович	10	4	160	45 см	4.8 м	5	10	5
17.	Медведев Умар Борисович	10	4	151	45 см	4.3 м	5	10	5
18.	Селимов Муслим Назирович	10	4	155	45 см	4.8 м	5	10	5
19.	Скрынников Дмитрий Евгеньевич	10	4	155	45 см	4.7 м	5	10	5
20.	Стафеев Умар Алексеевич	10	4	166	45 см	4.8 м	5	10	5
21.	Фаизов Мухаммад Адилевич	10	4	160	45 см	4.8 м	5	10	5
22.	Хидиров Гаджи-Ахмед Замудинович	10	4	150	45 см	4.4 м	5	10	5
23.	Шихметов Салман Саверович	10	4	150	45 см	4.6 м	5	10	5
24.	Шкиев Ануар Мейрбекович	10	4	150	45 см	4.8 м	5	10	5
25.	Шербаков Матвей Юрьевич	10	4	160	45 см	4.8 м	5	10	5
26.	Эмирбеков Муслим Ризванович	10	4	150	45 см	4.6 м	5	10	5
27.	Дрышев Арсен Равилевич	10	4	150	45 см	4.3 м	5	10	5

освоили программу

переведены на следующий этап

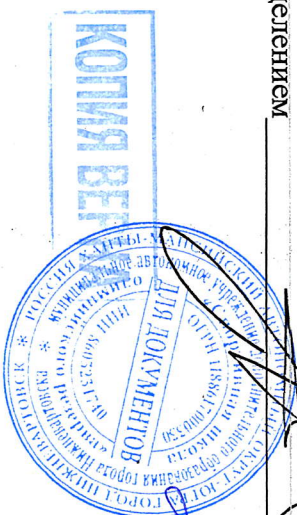
24

тренер Брайтманов В. Т. Т.

заведующий отделением

А. В. Сидоров Р. В.

Дата «26» 05 2021г.



А. В. Сидоров Р. В.

**НОРМАТИВЫ
ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ
ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ В ГРУППЫ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ
БЫСТРОТА, КООРДИНАЦИЯ, ВЫНОСЛИВОСТЬ, СИЛА.**

Группа: III
Тренер: Балакишев Т.Т.

КОПИЯ ВЕЩНОСТИ
Дата: 24.05.2021г.

№	ФИО спортсмена	Быстрота		Координация	Выносливость			Подтягивание на перекладине	Вис на согнутых руках	Сила		Бросок набивного мяча (3кг) назад	Бросок набивного мяча (3кг) вперед из-за головы
		Бег на 30 м	Бег на 60 м		Бег 400 м	Бег 800 м	Бег 1500 м			Сгибание и разгибание рук в упоре лежа			
1.	Абдураззаков Давид Мевланович	5.7с	8.9с	7.8с	1м. 23с	3.18с	7.55с	4	4	16	4.5	3м	
2.	Бутрик Тимур Эльмарович	5.7с	8.4с	7.8с	1м. 24с	3.21с	7.51с	4	5	10	4.3	3.2м	
3.	Вайтин Ралан Аргурович	5.8с	8.7с	7.8с	1м. 20с	3.20с	7.50	10	10	20	4.7	3.5м	
4.	Васильев Владислав Евгеньевич	5.8с	10с	7.8с	1м. 25с	3.22с	7.56	4	4	20	4.3	3.4м	
5.	Газизов Салман Олегович	5.7с	8.8с	7.8с	1м. 20с	3.20с	7.50	10	10	20	4.6	3.5м	
6.	Газизов Султан Олегович	5.7с	8.7с	7.8с	1м. 20с	3.20с	7.48	10	10	20	4.5	3.6м	
7.	Гайнуллин Тимур Ренатович	5.7с	8.8с	8с	1м. 23с	3.22с	7.50	5	7	20	4м	3.м	
8.	Гамзатов Гаджимурад Исмаилович	5.8с	10с	8с	1м. 40с	3.40с	7.57	3	3	20	4м	3.2м	
9.	Гамзатов Нариман Исмаилович	5.8с	11с	7.2с	1м. 45с	3.45с	8м	3	3	20	4м	3.4м	
10.	Ибрагимов Алихан Расулович	5.7с	8.7с	7.7с	1м. 20с	3.20с	7.50	10	10	20	4.5	3.5м	
11.	Ибрагимов Марат Расулович	5.7с	8.6с	7.6с	1м. 18с	3.18с	7.48	10	15	20	4.8	4м	
12.	Казимагомедов Бег Закидинович	5.7с	8.7с	7.7с	1м. 28с	3.20с	7.48	10	10	20	4.8	4м	
13.	Казимагомедов Самир Закидинович	5.8с	8.8с	7.8с	1м. 40с	3.45с	7.52	4	4	20	4.4	3.1м	

14.	Кожимбердиев Копилташ Михайлович	6.4C	10C	8C	^{1u} 40C	3.40C	8u	2	3	18	3u.90u	3u
15.	Котелиев Давид Дмитриевич	6.7C	8.7C	1.6C	^{1u} 23C	3.20C	1.60	10	10	20	4.5u	3.5u
16.	Кулжаев Саид Рагимович	5.7C	8.7C	1.7C	^{1u} 24C	3.20C	1.50	10	10	20	4.5u	3.6u
17.	Мельдерев Умар Борисович	5.9C	8.8C	8C	^{1u} 30C	3.22C	1.54	3	4	20	4.3u	3.4u
18.	Селимов Муслим Назирович	5.9C	8.8C	1.8C	^{1u} 36C	3.20C	1.53	2	4	20	4.4u	3.6u
19.	Скрынников Дмитрий Евгеньевич	6.5C	10C	8C	^{1u} 36C	3.24C	1.55	2	3	20	4u	3.8u
20.	Стафеев Умар Алексеевич	6.7C	8.7C	1.7C	^{1u} 23C	3.20C	1.50	15	15	20	4.5u	3.8u
21.	Фаззов Мухаммад Алильевич	5.7C	8.8C	1.7C	^{1u} 24C	3.18C	1.48	10	10	20	4.6u	3.6u
22.	Хиширов Гаджи-Ахмед Замудинович	6C	8.8C	1.8C	^{1u} 30C	3.22C	1.58	3	6	20	4.6u	3.3u
23.	Шихметов Салман Саверович	6C	8.8C	1.8C	^{1u} 31C	3.20C	1.58	8	10	20	4.4u	3.6u
24.	Шкиев Ануар Мейрбекович	5.7C	8.7C	1.7C	^{1u} 23C	3.22C	1.50	8	10	20	4.5u	3.5u
25.	Шербатов Матвей Юрьевич	5.9C	10C	1.2C	^{1u} 24C	3.20C	1.50	10	12	20	5u	4u
26.	Эмирбеков Муслим Ризванович	5.8C	8.8C	1.8C	^{1u} 25C	3.21C	1.52	7	10	20	4.6u	3.3u
27.	Ярышев Арсен Равильевич	6.5C	10C	8C	^{1u} 40C	3.30C	1u	4	4	20	4.7u	3.2u

освоили программу 70 %

переведены на следующий этап 20 %

тренер Белекешев Т.Т.

заведующий отделением

Умармуратов Р.У

Дата « 24 » 05 2021г.

КОПИЯ ВЕР



Алиев А.А.
Алиев А.А.

НОРМАТИВЫ
ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ
ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ В ГРУППЫ НА ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ
СИЛОВАЯ ВЫНОСЛИВОСТЬ, СКОРОСТНО-СИЛОВЫЕ КАЧЕСТВА.

Группа: Т-3

Тренер: Балакишиев Т.Т.

Дата: 26.05.

2021г.

№	ФИО	Силовая выносливость	Скоростно-силовые качества					
		Подъем ног до охвата руками в висе на гимнастической стенке	Прыжок в длину с места	Прыжок в высоту с места	Тройной прыжок с места	Подтягивание на перекладине за 20 с	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа за 20 с	Подъем туловища, лежа на спине за 20 с
1.	Багадзиев Шамхал Багадзиевич	10	2.75	80 см	6 см	10	15	10
2.	Гандалоев Заур Даламбекович	10	2.20	84 см	6 см	11	15	10
3.	Гурьев Юрий Александрович	8	2.10	81 см	5 см	12	14	11
4.	Керимов Эльвин Фердовси оглы	8	2.14	80 см	6 см	10	10	10
5.	Шарков (Лазариди) Алексей Валерьевич	15	2.30	85 см	6 см	14	15	15
6.	Литвиненко Иван Николаевич	10	2.10	80 см	5 см	11	10	10
7.	Любый Алексей Анатольевич	15	2.20	80 см	6 см	10	15	10
8.	Меркулов Григорий Владимирович	10	2.40	80 см	6 см	18	18	15
9.	Меркулов Климентий Олегович	15	2.40	80 см	6 см	12	18	12
10.	Степанов Николай Александрович	10	2.10	80 см	5 см	8	12	10
11.	Шабазов Шабаз Ахметович	8	2.30	80 см	5 см	7	12	10

освоили программу 11 человек

переведены на следующий этап 11 человек

тренер Балакишиев Т.Т.

заведующий отделением

С.В.

Дата « 26 » 05 2021г.

КОПИЯ ВЕРН



С.В. Балакишиев
В.В. Балакишиев

НОРМАТИВЫ.

ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ
ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ В ГРУППЫ НА ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ.
БЫСТРОТА, КООРДИНАЦИЯ, ВЫНОСЛИВОСТЬ, СИЛА.

Группа: Т-3
Тренер: Балакишев Т.Т.

Дата: 25.05 2021г.

№	ФИО спортсмена	Быстрота		Координация	Выносливость			Подтягивание на перекладине	Сила			
		Бег на 30 м	Бег на 60 м		Бег 400 м	Бег 800 м	Бег 1500 м		Сгибание рук в упоре на брусьях	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	Бросок набивного мяча (3кг) назад	Бросок набивного мяча (3кг) вперед из-за головы
1.	Багадзиев Шамхал Багадзиевич	6.5	9.7	4.8	1.20с	3.8с	7.4с 3.5с	15	20	20	6.5м	5.2м
2.	Гандалоев Заур Даламбекович	5.4	8.6	4.4	1.18с	3.7с	7.4с 3.4с	15	20	20	6.5м	5.2м
3.	Гурьев Юрий Александрович	5.5	9.7	4.5	1.20с	3.7с	7.4с 3.8с	15	20	20	6.5м	5.3м
4.	Керимов Эльвин Фердовси оглы	5.5	8.7	4.6	1.20с	3.9	7.4с 3.8с	15	20	20	6.5м	6.2м
5.	Шарков (Лазариди) Алексей Валерьевич	5.3	8.6	4.4	1.18	3.8	7.4с 3.9с	15	20	20	6.5м	5.3м
6.	Литвиненко Иван Николаевич	5.5	8.7	4.5	1.20	3.8	7.4с 3.8с	15	20	20	6.5м	5.2м
7.	Любый Алексей Анатольевич	5.4	8.6	4.4	1.21	3.7	7.4с 3.8с	15	20	20	6.5м	5.2м
8.	Меркулов Григорий Владимирович	5.3	8.5	4.5	1.18	3.7	7.34с	15	20	20	6.5м	5.3м
9.	Меркулов Климентий Олегович	5.3	8.6	4.4	1.18	3.8	7.33с	15	20	20	6.5м	5.2м
10.	Степанов Николай Александрович	5.5	8.8	4.6	1.25	3.9	7.35с	15	20	20	6.5м	5.2м
11.	Шабазов Шабаз Ахметович	5.7	8.8	4.7	1.20	3.8	7.36с	15	20	20	6.5м	5.3м

освоили программу 11 человек

переведены на следующий этап 4 человека

тренер Балакишев Т.Т.

заведующий отделением

Дата « 25 » 05 2021г.

КОПИЯ ВЕР



Зав. отделением
Балакишев Т.Т.
Балакишев Т.Т.

НОРМАТИВЫ

ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ
ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ В ГРУППЫ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ
БЫСТРОТА, КООРДИНАЦИЯ, ВЫНОСЛИВОСТЬ, СИЛА.

Группа: _____
Тренер: Балакишев Т.Т.

Дата: _____

2022г.

№	ФИО спортсмена	Быстрота		Координация Челночный бег 3х10 (не более 7,8)	Выносливость			Подтягивание на перекладине (не менее 2 раз)	Вис на согнутых руках (не менее 2 сек.)	Сила		
		Бег на 30 м (не более 5,8)	Бег на 60 м (не более 9,8)		Бег 400 м (не более 1,23)	Бег 800 м (не более 3,20)	Бег 1500 м (не более 7,50)			Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 2 раз)	Бросок набивного мяча (3кг) назад (не менее 3,5 м.)	Бросок набивного мяча (3кг) вперед из-за головы (не менее 3,5 м.)
1.	Балакишев Т.Т.	5.8	9.8	7.8 с	1.22	3.18	7.48	5	4	10	4.22	3.6 м
2.	Балакишев Т.Т.	5.4	8.4	7.7 с	1.23	3.20	7.44	5	4	10	4.22	3.6 м
3.	Балакишев Т.Т.	5.4	8.6 с	7.4 с	1.22	3.18	7.50	5	4	10	4.22	3.5 м
4.	Балакишев Т.Т.	5.7	8.4 с	7.4 с	1.23	3.18	7.50	5	4	10	4.22	3.5 м
5.	Балакишев Т.Т.	5.8	8.4 с	7.8 с	1.21	3.19	7.48	5	4	10	4.22	3.7 м
6.	Балакишев Т.Т.	5.4	8.8 с	7.8 с	1.21	3.20	7.50	5	4	10	4.22	3.7 м
7.	Балакишев Т.Т.	5.4	8.8 с	7.7 с	1.22	3.19	7.48	5	4	10	4.22	3.5 м
8.	Балакишев Т.Т.	5.8	8.8 с	7.8 с	1.23	3.20	7.48	5	4	10	4.22	3.6 м
9.	Балакишев Т.Т.	5.9	8.8 с	7.8 с	1.21	3.19	7.50	5	4	10	4.22	3.5 м
10.	Балакишев Т.Т.	5.9	8.7 с	7.8 с	1.23	3.20	7.48	5	4	10	4.22	4.22
11.												
12.												
13.												
14.												
15.												
16.												
17.												
18.												
19.												
20.												

освоили программу 10 человек

переведены на следующий этап

тренер Балакишев Т.Т.

заведующий отделением

Дата « » 2022г.

КОПИЯ ВЕРНА



Подпись: Балакишев Т.Т.

СИЛОВАЯ ВЫНОСЛИВОСТЬ, СКОРОСТНО-СИЛОВЫЕ КАЧЕСТВА.

Группа:

Тренер: Балакишев Т.Т.

Дата:

2022г.

№	ФИО	Силавая выносливость		Скоростно-силовые качества					
		Подъем туловища, лежа на спине (не менее 8 раз)	Подъем ног до охвата руками в висе на гимнастической стенке (не менее 8 раз)	Прыжок в длину с места (не менее 150 см)	Прыжок в высоту с места (не менее 40 см)	Тройной прыжок с места	Подтягивание на перекладине за 20 с (не менее 3 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа за 20 с (не менее 10 раз)	Подъем туловища, лежа на спине за 20 с (не менее 4 раз)
1.	Рябенков, В.Е.	10	8	160	45	3.5 сек	4	11	6
2.	Рябенков, С.Д.	10	9	165	46	4 сек	4	11	6
3.	Рябенков, С.Д.	10	8	160	45	4 сек	4	11	6
4.	Рябенков, С.Д.	10	10	160	45	4 сек	4	11	6
5.	Рябенков, С.Д.	10	10	160	45	4 сек	4	11	6
6.	Рябенков, С.Д.	10	9	160	45	3.5 сек	4	11	6
7.	Рябенков, С.Д.	10	10	160	45	4 сек	4	11	6
8.	Рябенков, С.Д.	10	10	160	45	4 сек	4	11	6
9.	Рябенков, С.Д.	10	8	160	45	4 сек	4	11	6
10.	Рябенков, С.Д.	10	10	160	45	4 сек	4	11	6
11.									
12.									
13.									
14.									
15.									
16.									
17.									
18.									
19.									
20.									

освоили программу 10 человек

переведены на следующий этап 10 человек

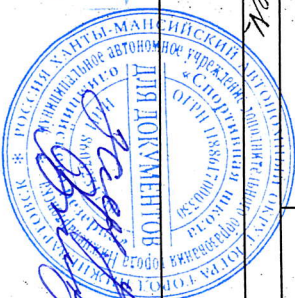
тренер Рябенков, Т.Т.

Дата « » 2022г.

заведующий отделением

НОРМАТИВЫ

КОПИЯ ВЕРНА



**НОРМАТИВЫ
ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ
ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ В ГРУППЫ НА ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ
БЫСТРОТА, КООРДИНАЦИЯ, ВЫНОСЛИВОСТЬ, СИЛА.**

Группа:
Тренер: Балакишев Т.Т.

Дата: _____ 2022г.

№	ФИО спортсмена	Быстрота		Координация Челночный бег 3x10 (Не более 7,6 с)	Выносливость			Подтягивание на перекладине (Не менее 4 раз)	Сгибание рук в упоре на брусьях (Не менее 16 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (Не менее 20 раз)	Бросок набивного мяча (3кг) назад (Не менее 6 метров)	Бросок набивного мяча (3кг) вперед из-за головы (Не менее 5,2 метра)
		Бег на 30 м (Не более 5,6 с)	Бег на 60 м (Не более 9,6 с)		Бег 400 м (Не более 1 мин. 21 с)	Бег 800 м (Не более 3 мин. 10 с)	Бег 1500 м (Не более 7 мин. 40 с.)					
1.	Будыкин В. В.	5.50	9.50	7.50	1.200	3.40	7.380	10	18	30	6.500	
2.	Будыкин В. В.	5.40	9.40	7.60	1.180	3.30	7.320	10	18	30	6.500	
3.	Будыкин Р. С.	5.40	9.40	7.60	1.200	3.40	7.380	10	18	30	6.500	
4.	Будыкин В. В.	5.60	9.60	7.60	1.210	3.80	7.400	10	18	30	6.000	
5.	Будыкин В. В.	5.50	9.50	7.50	1.200	3.50	7.380	10	18	30	7.000	
6.	Будыкин В. В.	5.40	9.40	7.50	1.200	3.80	7.380	10	18	30	7.000	
7.	Будыкин В. В.	5.60	9.60	7.60	1.220	3.100	7.400	10	18	30	6.000	
8.	Будыкин В. В.	5.60	9.60	7.60	1.200	3.100	7.400	10	18	30	6.000	
9.	Будыкин В. В.	5.60	9.50	7.50	1.200	3.80	7.380	10	18	30	6.000	
10.	Будыкин В. В.	5.50	9.50	7.60	1.180	3.100	7.380	10	18	30	7.000	
11.	Будыкин В. В.	5.60	9.60	7.70	1.200	3.100	7.400	10	18	30	6.000	
12.	Будыкин В. В.	5.40	9.40	7.50	1.210	3.80	7.390	10	18	30	7.000	
13.	Будыкин В. В.	5.40	9.40	7.50	1.210	3.80	7.400	10	18	30	7.000	
14.	Будыкин В. В.	5.50	9.60	7.60	1.200	3.100	7.380	10	18	30	7.000	
15.	Будыкин В. В.	5.60	9.60	7.60	1.220	3.100	7.400	10	18	30	6.000	
16.	Будыкин В. В.	5.50	9.50	7.60	1.200	3.80	7.380	10	18	30	6.000	
17.	Будыкин В. В.	5.50	9.60	7.60	1.220	3.100	7.400	10	18	30	7.000	

освоили программу _____ 17 человек
тренер Балакишев Т.Т.

переведены на следующий этап _____
заведующий отделением _____

Дата « _____ » _____ 2022г.

КОПИЯ ВЕРНА



Заведующий отделением
Балакишев Т.Т.

**ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ
ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ В ГРУППЫ НА ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ
СИЛОВАЯ ВЫНОСЛИВОСТЬ, СКОРОСТНО-СИЛОВЫЕ КАЧЕСТВА.**

Группа:

Тренер: Балакишев Т.Т.

Дата:

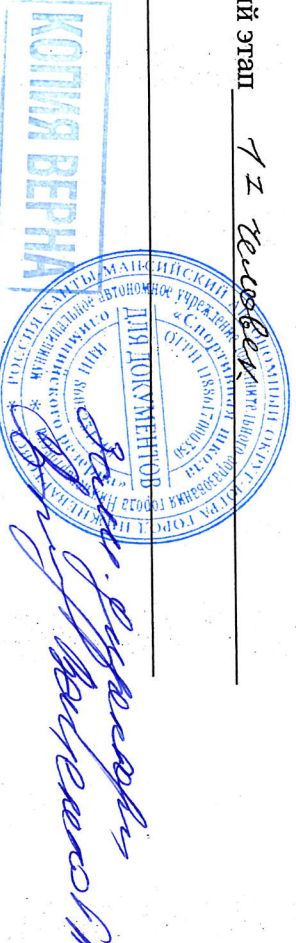
2022г.

№	ФИО	Силовая выносливость		Скоростно-силовые качества				
		Подъем ног до охвата руками в висе на гимнастической стенке (Не менее 2 раз)	Прыжок в длину с места (Не менее 160 см.)	Прыжок в высоту с места (Не менее 40 см.)	Тройной прыжок с места (Не менее 5 метров)	Подтягивание на перекладине за 20 с (Не менее 4 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа за 20 с (Не менее 10 раз)	Подъем туловища, лежа на спине за 20 с (Не менее 6 раз)
1.	Балакишев. О. Т.	5	170	50	5 м	5	12	10
2.	Балакишев. М. Н.	5	110	60	5 м	5	12	10
3.	Балакишев. В. С.	5	170	50	5 м	5	12	10
4.	Балакишев. М. А.	5	170	50	5 м	5	12	10
5.	Балакишев. В. В.	5	170	50	5 м	5	12	10
6.	Балакишев. М. В.	5	170	50	5 м	5	12	10
7.	Балакишев. В. В.	5	170	50	5 м	5	12	10
8.	Балакишев. В. В.	5	170	50	5 м	5	12	10
9.	Балакишев. М. В.	5	170	50	5 м	5	12	10
10.	Балакишев. А. А.	5	170	50	5 м	5	12	10
11.	Балакишев. Т. А.	5	170	50	5 м	5	12	10
12.	Балакишев. А. В.	5	170	50	5 м	5	12	10
13.	Балакишев. Т. В.	5	170	50	5 м	5	12	10
14.	Балакишев. М. Н.	5	170	50	5 м	5	12	10
15.	Балакишев. А. О.	5	170	50	5 м	5	12	10
16.	Балакишев. А. А.	5	170	50	5 м	5	12	10
17.	Балакишев. М. В.	5	170	50	5 м	5	12	10
18.								
19.								
20.								

освоили программу 17 человек переведены на следующий этап 12 человек

тренер Балакишев. Т.Т. заведующий отделением _____

Дата « _____ » _____ 2022г.



Нормативы общей физической, специальной физической подготовки по спортивной борьбе, иные спортивные нормативы

Этап начальной подготовки (мальчики)

на 2022-2023 г. «14» _____ 2023г.

№	ФИО	год рождения	Бер 30 м (не более 6,9 с)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 7)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) менее +1 см)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (не менее 110 см)	Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м (не менее 6 раз)	Стоя ровно, на одной ноге, руки на поясе. Фиксация положения (не менее 10,0 с)	Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке (не менее 2 раз)
1.	Александр. А. Ю	2014	6.8С	15	2 см	115 см	6 раз	10С	2
2.	Белогорцев. Я. Ф	2014	7С	15	0	115 см	5 раз	10С	2
3.	Васильев. Д. Д.	2014	6.9С	15	1 см	115 см	5 раз	10С	2
4.	Васильев. К. Д.	2012	6.8С	15	2 см	115 см	6 раз	10С	2
5.	Васильев. Д. Д.	2011	6.7С	15	3 см	115 см	6 раз	10С	3
6.	Васильев. С. З.	2011	6.8С	15	2 см	115 см	6 раз	10С	3
7.	Васильев. Д. С.	2014	7С	15	1 см	115 см	4 раз	10С	2
8.	Васильев. Д. М	2014	7С	15	1 см	115 см	4 раз	10С	0
9.	Васильев. Д. М	2014	6.8С	15	0 см	116 см	6 раз	10С	0
10.	Васильев. Д. М	2012	6.8С	15	1 см	116 см	6 раз	10С	2
11.	Васильев. Д. М	2011	6.8С	15	2 см	115 см	6 раз	10С	4
12.	Васильев. Д. М	2014	6.8С	15	1 см	115 см	3 раз	10С	4
13.	Васильев. Д. М	2014	6.9С	15	1 см	115 см	4 раз	10С	3
14.	Васильев. К. Д.	2013	7С	15	2 см	115 см	6 раз	10С	5
15.	Васильев. Д. С	2008	6.8С	15	2 см	115 см	6 раз	10С	2
16.	Васильев. Д. С	2014	6.8С	15	1 см	115 см	6 раз	10С	2
17.	Васильев. С. С.	2012	6.8С	15	0 см	115 см	5 раз	10С	1
18.	Васильев. Д. М.	2012	6.8С	15	2 см	115 см	6 раз	10С	3
19.									
20.									

Тренер Васильев. Д. Т. Т.



Нормативы общей физической, специальной физической подготовки по спортивной борьбе, иные спортивные нормативы

Этап начальной подготовки (мальчики)

на 2022-2023 г. «18» мая 2023г.

№	ФИО	год рожден ия	Бег 30 м (не более 6,9 с)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 7)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) Менее +1 см)	Прыжок в длину с места тольком двумя ногами (не менее 110 см)	Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м (не менее 6 раз)	Стоя ровно, на одной ноге, руки на поясе. Фиксация положения (не менее 10,0 с)	Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке (не менее 2 раз)
1.	Абдуллин Мусса. З.	2010	6.8с	20	2 см	125 см	5 раз	11с	4
2.	Бердеевский. Умар. В	2012	6.8.с	20	4 см	138 см	6 раз	12с	6
3.	Касимов. В. Э	2011	6.8с	20	3 см	120 см	6 раз	12с	4
4.	Туганов. Салим Мухамед	2011	6.8с	20	5 см	140 см	6 раз	13с	5
5.	Туганов Султан Абдулва	2010	6.4с	20	3 см	140 см	6 раз	12с	5
6.	Теймуров. Тимур. Д.	2010	6.8с	20	2 см	145 см	6 раз	12с	4
7.	Камалиев. Абду. Бек. З.	2008	6.6с	20	2 см	140 см	6 раз	15с	6
8.	Комбаров. Рашид. Д.	2011	6.7с	20	5 см	130 см	6 раз	15с	5
9.	Медведев Умар. Б	2012	6.8с	20	3 см	120 см	6 раз	12с	4
10.	Валиев. Идрис. М.	2010	6.8с	20	2 см	118 см	6 раз	12с	4
11.	Смородов. Умар. Д.	2010	6.7с	20	3 см	145 см	6 раз	15с	6
12.	Мухамедов. Соле. С.	2010	6.8с	20	3 см	118 см	6 раз	12с	3
13.	Мерданов. Ислам. М.	2010	6.7с	20	5 см	160 см	6 раз	15с	10
14.	Эшурбеков. Дархан. Д.	2012	6.9с	20	5 см	138 см	6 раз	15с	5
15.									
16.									
17.									
18.									
19.									
20.									

Тренер Баймакшиев. Т. Т.

КОПИЯ ВЕРНА



Спец. С. Баймакшиев

Нормативы общей физической, специальной физической подготовки по спортивной борьбе, иные спортивные нормативы

Тренировочный этап (юноши)

на 2022-2023 г. « 18 » декабря 2023г

№	ФИО	год рождения	Бер 60 м	Бер на 1500 м	Стиба ние и разги вание рук в упоре лежа на полу	Наклон вперед из положени я стоя на гимнасти ческой скамье (от уровня скамьи)	Челно чный бег 3х10 м.	Прыж ок в длину с места толк ом двумя ногата и	Подтя гиван ие из виса на высок ой перек ладин е	Подтягив ание из виса лежа на низкой переклад ине 90 см	Подъем выпрямлен ных ног из виса на гимнастичес кой стенке в положение «угол»	Прыжок в высоту с места	Тройной прыжок с места	Бросок набивн ого мача (3кг) вперед из-за головы	Бросок набивн ого мача (3кг) назад
1.	Беленский В. Т.	2006	10.3	8.04	40	5 см	8.5	135	10	15	8	50 см	5 см	5.3	6.70 см
2.	Беленский В. Т.	2007	10.4	8.00	40	6 см	8.4	135	10	15	8	50	5 см	5.4	6.4
3.	Беленский В. Т.	2007	10.3	4.58	40	6 см	8.6	135	10	15	8	50	5 см	5.4	7.4
4.	Беленский В. Т.	2003	10.3	4.58	40	5 см	8.5	135	10	15	8	50	5 см	5.5	7.4
5.	Беленский В. Т.	2006	10.1	4.58	40	6 см	8.4	135	10	15	8	50	5 см	5.5	7.4
6.	Беленский В. Т.	2008	10.4	8.03	40	6 см	8.7	135	10	15	8	50	5 см	5.4	6.4
7.	Беленский В. Т.	2006	10.3	8.04	40	5 см	8.6	135	10	15	8	50	5 см	5.3	6.4
8.	Беленский В. Т.	2008	10.3	8.03	40	5 см	8.5	135	10	15	8	50	5 см	5.2	6.4
9.	Беленский В. Т.	2008	10.4	8.04	40	6 см	8.7	135	10	15	8	50	5 см	5.5	6.05 см
10.	Беленский В. Т.	1885	10.4	8.00	40	5 см	8.5	135	10	15	8	50	5 см	6.5	7.4
11.	Беленский В. Т.	2001	10.2	7.58	40	5 см	8.6	135	10	15	8	50	5 см	5.2	7.4
12.	Беленский В. Т.	2006	10.4	8.05	40	5 см	8.7	135	10	15	8	50	5 см	5.3	6.4
13.	Беленский В. Т.	2008	10.2	8.00	40	6 см	8.5	135	10	15	8	50	5 см	5.5	6.4
14.	Беленский В. Т.	2000	10.4	8.06	40	5 см	8.7	135	10	15	8	50	5 см	5.4	7.4
15.	Беленский В. Т.	2001	10.3	8.03	40	5 см	8.5	135	10	15	8	50	5 см	5.6	7.4
16.															
17.															
18.															
19.															
20.															

Тренер Беленский В. Т. Т.

КОПИЯ ВЕРНА



Беленский В. Т. Т.

Нормативы общей физической, специальной физической подготовки по спортивной борьбе, иные спортивные нормативы

Учебно-тренировочный этап (юноши)

на 2023-2024 г. « 13 » _____ 2024г

КОПИЯ ВЕР



№	ФИО	год рождения	Бет 60 м	Бет на 1500 м	Стрба ние и разги бание рук в упоре лежа на полу	Наклон вперед из положени я стоя на гимнасти ческой скамье (от уровня скамьи)	Челно чный бет 3x10 м.	Прыж ок в длинну с места толчок ом двумя ногам и	Подтя гиван ие из виса на высок ой перек ладин е	Подтягив ание из виса лежа на низкой переклад ине 90 см	Подъем выпрямлен ых ног из виса на гимнастическ ой стенке в положение «угол»	Прыжок в высоту с места	Тройной прыжок с места	Бросок набивн ого мяча (3кг) вперед из-за головы	Бросок набивн ого мяча (3кг) назад
1.	Балашов С. А.	2006	10.3	8.00	30	+5	8.6	120	10	15	8	50	6	6.3	6.2
2.	Балашов М. А.	2004	10.2	8.03	30	+6	8.5	120	10	15	8	50	6	6.5	6.5
3.	Балашов Р. С.	2004	10.2	8.00	30	+5	8.2	120	10	15	8	50	6	6.4	6.4
4.	Балашов С. Д.	2011	10.3	8.05	30	+7	8.7	120	10	15	8	50	6	6.3	6.3
5.	Балашов И. Д.	2006	10.1	8.00	30	+6	8.4	120	10	15	8	50	6	6.5	6.5
6.	Балашов Р. А.	2004	10.3	8.06	30	+6	8.6	120	10	15	8	50	6	6.5	6.5
7.	Балашов Р. Р.	2008	10.3	8.04	30	+5	8.7	120	10	15	8	50	6	6.4	6.4
8.	Балашов М. Р.	2008	10.4	8.05	30	+6	8.6	120	10	15	8	50	6	6.2	6.3
9.	Балашов Д. Д.	2011	10.3	8.05	30	+6	8.7	120	10	15	8	50	6	6.5	6.5
10.	Балашов Т. А.	2008	10.1	8.06	30	+5	8.5	120	10	15	8	50	6	6.5	6.5
11.	Балашов Т. О.	2001	10.1	8.04	30	+6	8.4	120	10	15	8	50	6	6.3	6.3
12.	Балашов И. И.	2006	10.4	8.05	30	+5	8.7	120	10	15	8	50	6	6.4	6.4
13.	Балашов А. А.	2008	10.3	8.05	30	+5	8.5	120	10	15	8	50	6	6.3	6.3
14.	Балашов И. А.	2000	10.4	8.05	30	+4	8.7	120	10	15	8	50	6	6.4	6.4
15.	Балашов М. И.	2010	10.3	8.02	30	+5	8.4	120	10	15	8	50	6	6.4	6.4
16.															
17.															
18.															
19.															
20.															

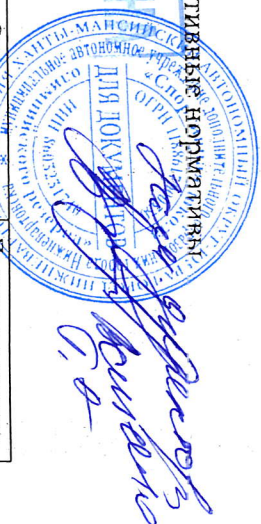
Освоили программу 15 часов переведены на следующий этап 15 часов
 Тренер-преподаватель Балашов С. Т. Т. Заведующий отделением
 Дата « 13 » _____ 2024 г.

Нормативы общей физической, специальной физической подготовки по спортивной борьбе, иные спортивные нормативы

этап начальной подготовки (мальчики)

на 2023-2024 г. « 13 » _____ 2024г.

КОПИЯ ВЕРН



№	ФИО	год рождения	Бет 30 м	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	Наклон вперед из положения стоя на гимнастическом скамье	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м	Стоя ровно, на одной ноге, руки на поясе. Фиксация положения	Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке
1.	Жуковец Никита К.	2010	Б.7С	45	4 см	120	3	12С	3
2.	Жуковец Н.Д.	2008	Б.6С	75	6 см	730	3	14С	5
3.	Жуковец Никита В.	2012	Б.6С	75	7 см	150	3	14С	5
4.	Жуковец В. Е.	2011	Б.7С	75	8 см	125	3	13С	3
5.	Жуковец Елизавета О.	2010	Б.7С	75	10 см	130	3	14С	5
6.	Жуковец Д. Р.	2012	Б.7С	75	3 см	130	3	12С	3
7.	Жуковец Р. Р.	2014	Б.8С	75	4 см	120	3	12С	3
8.	Жуковец Никита А.3	2008	Б.6С	75	4 см	140	3	15С	5
9.	Жуковец Н.А.	2010	Б.8С	75	3 см	120	3	14С	3
10.	Жуковец Н.А.	2012	Б.8С	75	3 см	125	3	12С	3
11.	Жуковец Н.А.	2013	Б.8С	75	4 см	120	3	12С	3
12.	Жуковец Н.А.	2010	Б.8С	75	3 см	120	3	12С	3
13.	Жуковец Никита А.	2010	Б.6С	75	3 см	135	3	14С	5
14.	Жуковец А. Н.	2008	Б.6С	75	5 см	120	3	12С	3
15.	Жуковец Е. Е.	2008	Б.6С	75	5 см	120	3	12С	3
16.	Жуковец Н.А.	2012	Б.7С	75	4 см	125	3	13С	3
17.									
18.									
19.									
20.									

Освоили программу 16 человек переведены на следующий этап 16 человек
Тренер-преподаватель Боченко Т.Т. Заведующий отделением _____
Дата « 13 » мая 2024г.