

УП-6

**Результаты выполнения учащимися контрольно-переводных нормативов по ОФП, СФП
для зачисления в группы на этапы спортивной подготовки отделения Фигурное катание на коньках/ 2025–2026/**

№	Фамилия, имя	ОФП						СФП				Всего выполнено	Результата выполнения (выполнил // не выполнил)
		Бег на 30 м (С)	Челночный бег 3 x 10 м, (С)	Сгибание и разгибание рук, кол-во раз	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи), см	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами, см	Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин, кол-во раз	Двойные Прыжки на скакалке на двух ногах за 1 мин, кол-во раз	Двойные Прыжки на скакалке на одной ноге за 1 мин, кол-во раз п/л	Выкрут прямых рук вперед – назад с шириной хвата, см	Прыжок в высоту с места, см		
		Не более 6.5	Не более 10.0	Не менее 15	Не менее +5	Не менее 135	Не менее 25	Не менее 100	Не менее 50	Не более 35	Не менее 28		
		1	2	3	4	5	6	1	2	3	4		

**Тренировочный этап
ДЕВОЧКИ**

1	Мухамедзянова Кира	5,3	7,5	22	20	190	41	120	110/101	28	42	10	выполнил
2	Никифорова Диана	5,1	7,2	31	20	200	38	116	115/110	42	49	9	выполнил
3	Газизова Язиля	4,9	6,9	30	17	191	44	110	90/93	35	46	10	выполнил
4	Крутикова Виктория	5,3	7,4	31	21	198	44	112	89/95	0	43	10	выполнил
5	Муртазина Элина	4,7	7,1	22	20	204	33	118	97/82	50	44	9	выполнил

Нормативы принимали «21» апреля 2026 г.

Комиссия в составе _____ /Рахматулина Ю.О./ _____, /Лебедева Э. Г./

Грнер _____ /Алчинова Ю. С./

