

УФП-2.1.

**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	Результат 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 л/п	Выкрут прямых рук вперед – назад с шириной хвата, см	Прыжок в высоту с места, см		
		Не более 7.0	Не более 10.4	Не менее 10	Не менее + 5	Не менее 115	Не менее 21	Не менее 71	Не менее 39	Не более 35	Не менее 26		
		1	2	3	4	5	6	1	2	3	4		

**Тренировочный этап
ДЕВОЧКИ**

1	Мубаракшина Таира	5,7	8,2	47	17	195	46	98	71/67	18	39	10	выполнил
2	Салахутдинова Рузана	5,2	8,5	23	14	171	35	71	63/50	51	38	9	выполнил
3	Лимонова Есения	5,6	8,6	20	19	166	40	95	64/53	6	34	10	выполнил
4	Баймурзина Ирада	5,4	8,7	24	13	150	34	60	62/51	45	39	8	Не выполнил

Нормативы принимали «23» апреля 2026 г.
 Комиссия в составе _____ /Рахматулина Ю.О./ _____, /Лебедева Э. Г./
 Грениер _____ /Маликова Р. И./