Рассмотрено и рекомендовано к утверждению на заседании педагогического совета от 19.06.2023 № 9

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора МАУ ДО «Спортивная школа №1»
от 26.06.2023 № 283

Подписан: Головков Александр Александрович
DN: OU=Директор, O="МАУ ДО "" Спортивная школа №1"""", CN=Головков Александр Александрович, E=sch1s@city.tambov.gov.ru
Основание: я подтверждаю этот документ своей удостоверяющей подписью
Дата: 2023-06-29 11:59:19

ПРОТОКОЛ

сдачи нормативов по ОФП (общей физической подготовке) и СФП (специальной физической подготовке) МАУ ДО «СШ №1» г. Тамбова для зачисления на этап начальной подготовки первого года обучения и перевода на этапы начальной подготовки второго, третьего, четвертого годов обучения

Отделение: дзюдо Дата: «____» _____20__г.

Тренер-преподаватель: _____

Место и время проведения_____ Группа _____

№	Фамилия, имя учащегося	**Возраст**	**Подтягивания из виса лежа на низкой перекладине 90см (кол-во раз)** каждый возраст оценивается индивидуально (смотреть приложение)	**Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м** каждый возраст оценивается индивидуально (смотреть приложение)	**Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)** каждый возраст оценивается индивидуальн о (смотреть приложение)	**Сгибание-разгибание рук в упоре лежа** каждый возраст оценивается индивидуально (смотреть приложение)	**Челночный бег 3х10 м** каждый возраст оценивается индивидуально (смотреть приложение)	**Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 30с)** каждый возраст оценивается индивидуально (смотреть приложение)	**Прыжок в длину с места толчком двумя ногами** каждый возраст оценивается индивидуально (смотреть приложение)	**Выполнение нормативов** (выполнил, не выполнил)
1.										
2.										
3.										
4.										
5.										
6.										
7.										
8.										

9.										
10.										
11.										
12.										
13.										
14.										
15.										
16.										
17.										
18.										
19.										
20.										
21.										
22.										

Члены комиссии:

Председатель комиссии:_____

Инструктор-методист_____
Тренер-преподаватель_____