

## ПРОТОКОЛ

проведения спортивного отбора по виду спорта **СПОРТИВНАЯ ГИМНАСТИКА (девушки)** на этапе начальной подготовки

*Место проведения «Зал гимнастики» ГАУ ДО СО «СШОР №2»*

*Дата 12.02.2024*

№ п/п	Ф.И.О.	Год рождения	Нормативы общей физической подготовки					Нормативы специальной физической подготовки			Заключение
			Челночный бег 3*10 м Не более 10,6 с.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу не менее 5 раз	Подтягивание из виса лежа хватом сверху на низкой перекладине Не менее 5 раз	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) Фиксация положения 3 с Не менее + 3 см	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами Не менее 105 см	И.П.-вис на гимнастической стенке хватом сверху. подъем выпрямленных ног в положение «угол» Не менее 5 раз	Вис «углом» на гимнастической стенке. Фиксация положения. Не менее 5 с.	Упражнение «мост» из положения лежа на спине. Отклонение плеч от вертикали не более 45°. Фиксация положения. Не менее 5 с.	
1.	Ибрагимова Азиза Тагировна	2017	8,8	7	8	+7	144	10	7	5	сдала

**Комиссия:**

Шлепп Л.В. \_\_\_\_\_

Александрова Ю.В. \_\_\_\_\_

Рагойша И.Г. \_\_\_\_\_

Артемьев В.П. \_\_\_\_\_

Евграфова А.В. \_\_\_\_\_

Красноруцкий И.Я. \_\_\_\_\_

Коровкина И.В. \_\_\_\_\_