



ПРОТОКОЛ

комплекса по ОФП и СФП для зачисления в группу, отделение спортивной акробатики этап начальной подготовки

Дата: 01.09.2025г.

Группа: НП – 1

Тренер: Пушилилин А.Р.

№ п / п	Фамилия, имя	Бег на 30 м	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	И.п. – вис хватом сверху на высокой перекладине, сгибание и разгибание рук	И.п. – лежа на спине. Ноги согнуты в коленях на ширине плеч, руки согнуты и сжаты в замок за головой. Подъем туловища до касания бедер с возвратом в исходное положение	И.п. – вис на гимнастической стенке хватом сверху. Подъем выпрямленных ног в положение «угол». Фиксация положения	И.п. – стойка на одной ноге, другая согнута и ее стопа касается колена опорной ноги. Глаза закрыты, руки разведены в стороны. Удержание равновесия	И.п. – лежа на спине. Руки и ноги на ширине плеч, выгнуть спину назад с опорой на ладони и стопы. Расстояние от стоп до пальцев рук не более 50см (упражнение «мост»). Фиксация положения	Выполнение	Разряд имеет
		сек	кол-во	см	см	кол-во	кол-во	сек	сек	сек	Вып.	б/р
1	Астафьев Глеб	6,8	9	+1	145	2	10	5	5	5	Вып.	б/р
2	Бедрина Виктория	6,9	15	+10	135	10	20	5	5	5	Вып.	б/р
3	Булавин Игорь	6,9	10	+14	125	3	15	5	5	5	Вып.	б/р
4	Валиев Селим	6,9	6	+3	115	1	10	3	5	5	Вып.	б/р
5	Веретовенко Вероника	6,9	6	+3	105	1	8	3	5	5	Вып.	б/р
6	Денисенко Алиса	6,8	8	+1	115	2	10	5	5	5	Вып.	б/р
7	Егорова Снежана	7,1	10	+3	120	1	8	3	5	5	Вып.	б/р
8	Зык Ринаг	6,9	10	+1	125	2	10	5	5	5	Вып.	б/р
9	Зюзина Екатерина	7,0	10	+6	115	1	10	5	5	5	Вып.	б/р
10	Иванов Сергей	6,9	7	+2	115	3	12	5	5	5	Вып.	б/р
11	Кардашов Максим	6,8	4	+3	125	1	8	3	5	5	Вып.	б/р
12	Карпов Степан	7,1	7	+6	115	2	10	5	5	5	Вып.	б/р
13	Кравченко Юлия	7,0	6	+3	115	1	10	3	5	5	Вып.	б/р
14	Крупина Елена	7,1	6	+3	105	1	8	3	5	5	Вып.	б/р
15	Миронец Егор	7,0	4	+5	110	1	8	3	5	5	Вып.	б/р
16	Петрушина Екатерина	6,9	4	+3	105	1	9	3	5	5	Вып.	б/р
17	Помещенко Владислав	7,1	10	+6	115	1	10	5	5	5	Вып.	б/р
18	Романенкова Ангелин	6,6	7	+2	115	3	12	5	5	5	Вып.	б/р
19	Туразода Умеда	7,1	4	+3	125	1	8	3	5	5	Вып.	б/р
20	Шестакова Анастасия	6,9	7	+6	115	2	10	5	5	5	Вып.	б/р

Итого: 20 человек
Подпись: А.Р. Пушилилин
Дата: 01.09.2025г.

Утверждаю:
 Директор МБУДО СШ №6
 г. Волгодонска
 Г.Г. Копанева
 2025г

ПРОТОКОЛ

Вступительного контрольного тестирования по ОФП и СФП для зачисления на этап начальной подготовки по виду спорта "рукопашный бой" по программе спортивной подготовки

Дата: 01.09.2025
 Тренер: Соломонов А.В.

Группа НП-1

№	Фамилия, имя	Стибиание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	Бег на 30 м	Челночный бег 3x10 м	Стоя ровно, на одной ноге, руки на поясе. Фиксация положения	Непрерывный бег в свободном темпе	Выполнение	Разряд имеет
п/п		кол-во раз	см	см	сек	сек	сек	мин		
1	Бевз Валентин	15	146	+4	5,1	9,3	5	11	ВЫПОЛНИЛ	б/р
2	Беленко Владимир	14	145	+6	5,3	9,5	26	11	ВЫПОЛНИЛ	б/р
3	Воеводин Никита	15	143	+6	5,3	9,5	23	11	ВЫПОЛНИЛ	б/р
4	Дудников Глеб	13	150	+7	5,2	9,2	30	11	ВЫПОЛНИЛ	б/р
5	Каменчук Вячеслав	17	166	+6	5,2	9,6	18	11	ВЫПОЛНИЛ	б/р
6	Ковалев Денис	18	150	+4	5,6	8,9	18	11	ВЫПОЛНИЛ	б/р
7	Корнеев Алексей	16	146	+6	5,2	9,6	23	11	ВЫПОЛНИЛ	б/р
8	Красулин Семён	18	150	+4	5,6	8,9	18	11	ВЫПОЛНИЛ	б/р
9	Кузьмич Дмитрий	16	146	+6	5,2	9,6	23	11	ВЫПОЛНИЛ	б/р
10	Любимый Георгий	15	145	+5	5,6	8,3	25	11	ВЫПОЛНИЛ	б/р
11	Романов Андрей	18	140	+5	5,1	8,3	14	11	ВЫПОЛНИЛ	б/р
12	Руденко Денис	16	145	+6	5,2	9,3	15	11	ВЫПОЛНИЛ	б/р
13	Савков Кирилл	15	147	+7	5,6	8,3	18	11	ВЫПОЛНИЛ	б/р
14	Солонский Илья	17	155	+6	5,3	9,3	30	11	ВЫПОЛНИЛ	б/р
15	Хорев Макар	18	140	+5	5,1	8,3	14	11	ВЫПОЛНИЛ	б/р
16	Чубов Матвей	14	153	+5	5,2	9,2	26	11	ВЫПОЛНИЛ	б/р
17	Юдин Максим	17	156	+7	5,6	8,9	14	11	ВЫПОЛНИЛ	б/р

Члены комиссии: Тюрко В.А.
 Дудников Г.Г.
 Копанева Г.Г.

ПРОТОКОЛ

комплeкса по ОФП и СФП для зачисления в группу, отделение спортивной акробатики этап начальной подготовки

Дата: 01.09.2025г.
 Группа: НР – 1
 Тренер: Гнедко К.А.

№ п / п	Фамилия, имя	Бег на 30 м	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Наклон вперед из положения стоя на гимнастическом скамье (от уровня скамьи)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	И.п. – вис хватом сверху на высокой перекладине, сгибание и разгибание рук	И.п. – лежа на спине. Ноги согнуты в коленях на ширине плеч, руки согнуты и скаты в замок за головой. Подъем туловища до касания бедер с возвратом в исходное положение	И.п. – вис на гимнастическом хватом сверху. Подъем выпрямленных ног в положение «угол». Фиксация положения	И.п. – стойка на одной ноге, другая согнута и ее стопа касается колена опорной ноги. Глаза закрыты, руки разведены в стороны. Удержание равновесия	И.п. – лежа на спине. Руки и ноги на ширине плеч, выгнуть спину назад «с опорой на ладони и стопы. Расстояние от стоп до пальцев рук не более 50см (упражнение «мост»). Фиксация положения	Выполнение	Разряд имеет
		сек	кол-во	см	кол-во	см	кол-во	сек	сек	сек	Выпл.	б/р
1	Бакуменко София	6,8	7	+1	135	2	10	5	5	5	Выпл.	б/р
2	Вакуленко Валерия	6,9	10	+1	120	2	10	5	5	5	Выпл.	б/р
3	Вальдер Дмитрий	6,9	7	+3	115	1	8	3	5	5	Выпл.	б/р
4	Голубов Кирилл	6,9	7	+5	115	3	10	3	5	5	Выпл.	б/р
5	Каширина Виктория	6,9	10	+5	115	4	12	5	5	5	Выпл.	б/р
6	Лябах Виктория	6,8	8	+1	115	2	10	5	5	5	Выпл.	б/р
7	Малохаткин Иван	7,1	10	+3	120	1	8	3	5	5	Выпл.	б/р
8	Маршенко Илья	6,9	10	+1	125	2	10	5	5	5	Выпл.	б/р
9	Мирошников Иван	7,0	5	+5	110	1	8	3	5	5	Выпл.	б/р
10	Пономарев Артем	6,9	9	+1	145	2	10	5	5	5	Выпл.	б/р
11	Прокопьев Павел	6,8	15	+10	135	10	20	5	5	5	Выпл.	б/р
12	Решетникова Мария	7,1	10	+14	125	3	15	5	5	5	Выпл.	б/р
13	Саблина Виктория	7,0	6	+3	115	1	10	3	5	5	Выпл.	б/р
14	Середина Екатерина	7,1	6	+3	105	1	8	3	5	5	Выпл.	б/р
15	Сычева Мирослава	7,0	4	+5	110	1	9	3	5	5	Выпл.	б/р
16	Чернышев Константин	6,9	4	+3	105	1	10	5	5	5	Выпл.	б/р
17	Чернышева Виктория	7,1	10	+6	115	1	12	5	5	5	Выпл.	б/р
18	Шабанова Полина	6,6	7	+2	115	3	8	5	5	5	Выпл.	б/р
19	Шадрина Елизавета	7,1	4	+3	125	1	8	3	5	5	Выпл.	б/р
20	Щеголев Иван	6,9	7	+6	115	2	10	5	5	5	Выпл.	б/р

Иванов К.А. *Иванов*
 Бабкина О.П. *Бабкина*
 Новикова А.М. *Новикова*



Утверждено:
Директор МБУДО СШ №6
Волгодонска
Г.Г. Копанева
«01» 09 2025

ПРОТОКОЛ

Комплекса по ОФП и СФП для зачисления в группу, отделение спортивной акробатики этап начальной подготовки

Дата: 01.09.2025г.

Группа: НП – 1

Тренер: Пушилин А.Р.

№ п/п	Фамилия, имя	Бег на 30 м	Стрибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от урвня скамьи)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	И.п. – вис хватом сверху на высокой перекладине, сгибание и разгибание рук	И.п. – лежа на спине. Ноги согнуты в коленях на ширине плеч, руки согнуты и сжаты в замок за головой. Подъем туловища до касания бедер с возвратом в исходное положение	И.п. – вис на гимнастическом и стенке хватом сверху. Подъем выпрямленных ног в положение «угол». Фиксация положения	И.п. – стойка на одной ноге, другая согнута и ее стопа касается колена опорной ноги. Глаза закрыты, руки разведены в стороны. Удержание равновесия	И.п. – лежа на спине. Руки и ноги на ширине плеч, выгнуть спину назад с опорой на ладони и стопы. Расстояние от стоп до пальцев рук не более 50см (упражнение «мост»). Фиксация положения	Выполнение	Разряд имеет
		сек	кол-во	см	см	кол-во	кол-во	сек	сек	сек		
1	Бурдуковская Алиса	7,0	4	+5	108	1	8	3	5	6	Выпол	Б/р
2	Васильева Анастасия	6,8	5	+4	110	1	9	3	9	7	Выпол	Б/р
3	Дулимова Анастасия	6,7	4	+4	105	1	8	4	6	7	Выпол	Б/р
4	Дребницкая Дарья	6,9	5	+6	107	1	8	3	7	8	Выпол	Б/р
5	Емельянов Артем	6,4	7	+3	125	3	11	5	10	10	Выпол	Б/р
6	Кадурин Есения	7,0	4	+6	110	1	8	3	7	10	Выпол	Б/р
7	Король Марьяна	6,9	6	+8	115	2	9	4	8	6	Выпол	Б/р
8	Клевцова Екатерина	6,9	4	+4	105	1	8	3	6	9	Выпол	Б/р
9	Луценко Мария	6,8	4	+3	105	1	8	3	6	8	Выпол	Б/р
10	Мустафина Злата	6,5	8	+5	110	3	11	5	11	6	Выпол	Б/р
11	Панченко Кира	6,2	10	+8	115	4	12	6	12	8	Выпол	Б/р
12	Сааев Турпал	6,3	10	+6	120	4	13	6	15	8	Выпол	Б/р
13	Сааева Лаура	6,0	12	+4	125	3	15	7	16	9	Выпол	Б/р
14	Семеновская Есения	6,5	5	+6	120	1	9	3	9	10	Выпол	Б/р
15	Скакунова Милена	6,8	6	+5	110	1	8	4	8	10	Выпол	Б/р
16	Франскевич Анастасия	6,5	7	+7	115	1	8	6	8	7	Выпол	Б/р
17	Франскевич Варвара	6,1	8	+3	105	2	12	6	12	9	Выпол	Б/р
18	Храпова Анна	6,5	6	+6	110	1	11	4	12	10	Выпол	Б/р
19	Шишагина Анастасия	6,9	4	+6	110	1	8	3	7	8	Выпол	Б/р
20	Шманенко Ярослав	6,7	7	+6	110	2	10	5	8	9	Выпол	Б/р

Имя комисси: Гредко А.А. Подпись: Березуцкая О.П. Подпись: Новикова А.М. А.М.А.



ПРОТОКОЛ

комплекса по ОФП и СФП для зачисления в группу, отделение спортивной акробатики этап начальной подготовки

Дата: 01.09.2025г.

Группа: НП – 1

Тренер: Бутук Е.Р.

№ п / п	Фамилия, имя	Бег на 30 м	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	И.п. – вис хватом сверху на высокой перекладине, сгибание и разгибание рук	И.п. – лежа на спине. Ноги согнуты в коленях на ширине плеч, руки согнуты и сжаты в замок за головой. Подъем туловища до касания бедер с возвратом в исходное положение	И.п. – вис на гимнастическом и стенке хватом сверху. Подъем выпрямленных ног в положение «угол». Фиксация положения	И.п. – стойка на одной ноге, другая согнута и ее стопа касается колена опорной ноги. Глаза закрыты, руки разведены в стороны. Удержание равновесия	И.п. – лежа на спине. Руки и ноги на ширине плеч, выгнуть спину назад с опорой на ладони и стопы. Расстояние от стоп до пальцев рук не более 50см (упражнение «мост»). Фиксация положения	Выполнение	Разряд имеет
		сек	кол-во	см	см	кол-во	кол-во	сек	сек	сек	Выпл.	б/р
1	Аслаян Арам	6,9	10	+1	125	2	10	5	5	5	Выпл.	б/р
2	Атакуева Амина	7,0	5	+5	110	1	8	3	5	5	Выпл.	б/р
3	Горбачев Матвей	6,9	9	+1	145	2	10	5	5	5	Выпл.	б/р
4	Дронский Иван	6,8	15	+10	135	10	20	5	5	5	Выпл.	б/р
5	Ельчищева Мирослава	7,1	10	+14	125	3	15	5	5	5	Выпл.	б/р
6	Зорькина Арина	7,0	6	+3	115	1	10	3	5	5	Выпл.	б/р
7	Капина Елизавета	6,9	12	+10	145	5	18	5	5	5	Выпл.	3 юн.
8	Логвин Вера	6,9	10	+12	125	3	10	5	5	5	Выпл.	б/р
9	Незнамова Ангелина	7,0	10	+15	135	1	12	5	5	5	Выпл.	3 юн.
10	Островерхова Валерия	7,1	4	+4	105	1	8	3	5	5	Выпл.	б/р
11	Плеханова Анастасия	7,1	4	+5	110	1	9	3	5	5	Выпл.	б/р
12	Рустамов Давид	6,9	10	+2	125	2	10	5	5	5	Выпл.	б/р
13	Рыбалкина Мадина	6,9	9	+8	120	1	12	5	5	5	Выпл.	3 юн.
14	Сидоренко Вера	6,8	12	+15	125	4	15	5	5	5	Выпл.	3 юн.
15	Сидоренко Полина	7,1	6	+3	105	1	8	3	5	5	Выпл.	б/р
16	Скоробогатая Богдана	7,0	4	+5	110	1	8	3	5	5	Выпл.	б/р
17	Федоровна Мария	6,9	4	+3	105	1	9	3	5	5	Выпл.	б/р
18	Чепуренко Дарья	7,1	10	+6	115	1	10	5	5	5	Выпл.	б/р
19	Чукуров Ярослав	6,9	7	+1	110	2	10	5	5	5	Выпл.	3 юн.
20	Шамонина Валерия	7,1	4	+3	105	1	8	3	5	5	Выпл.	б/р

Итого: 20 человек. Подпись: [подпись] Дата: 01.09.2025

Утверждено:
Директор МБУДО СШ №6
г. Волгодонска
Г.Г. Копанева
«09» 09 2025



ПРОТОКОЛ

комплекса по ОФП и СФП для зачисления в группу, отделение спортивной акробатики этап начальной подготовки

Дата: 01.09.2025г.

Группа: НП – 1

Тренер: Буток Е.Р.

№ п / п	Фамилия, имя	Бег на 30 м	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Наклон вперед из положения стоя на гимнастичес- кой скамье (от уровня скамьи)	Прыжок в длинус места толчком двумя ногами	И.п. – вис хватом сверху на высокой переклади- не, сгибание и разгибание рук	И.п. – лежа на спине. Ноги согнуты в коленях на ширине плеч, руки согнуты и сжаты в замок за головой. Подъем туловища до касания бедер с возвратом в исходное положение	И.п. – вис на гимнастическо й стенке хватом сверху. Подъем выпрямленных ноги в положение «угол». Фиксация положения	И.п. – стойка на одной ноге, другая согнута и ее стопа касается колена опорной ноги. Глаза закрыты, руки разведены в стороны. Удержание равновесия	И.п. – лежа на спине. Руки и ноги на ширине плеч, выгнуть спину назад с опорой на ладони и стопы. Расстояние от стоп до пальцев рук не более 50см (упражнение «мост»), Фиксация положения	Выполне- ние	Разряд имет
		сек	кол-во	см	см	кол-во	кол-во	сек	сек	сек	Выпл.	б/р
1	Абдулхаликова Амина	7,1	7	+3	115	1	8	3	5	5	Выпл.	б/р
2	Аксютин Михаил	6,9	7	+1	110	2	10	5	5	5	Выпл.	б/р
3	Аникина Виктория	6,8	5	+3	125	1	10	3	5	5	Выпл.	3 юн.
4	Банников Тимур	6,6	7	+2	115	3	12	5	5	5	Выпл.	б/р
5	Блохнина Мария	7,1	4	+3	125	1	8	3	5	5	Выпл.	б/р
6	Варфоломеев Василий	6,9	7	+6	115	2	10	5	5	5	Выпл.	б/р
7	Городилова Ариела	7,0	8	+5	125	1	8	3	5	5	Выпл.	б/р
8	Иванников Марк	6,9	7	+1	125	2	10	5	5	5	Выпл.	б/р
9	Литвинов Илья	6,8	7	+1	135	2	10	5	5	5	Выпл.	б/р
10	Михайлецкий Виктор	6,9	10	+1	120	2	10	5	5	5	Выпл.	б/р
11	Михайлова Арина	6,9	7	+3	115	1	8	3	5	5	Выпл.	б/р
12	Парусимова Вероника	6,9	7	+5	115	3	10	3	5	5	Выпл.	б/р
13	Пикулев Леонид	6,9	10	+5	115	4	12	5	5	5	Выпл.	б/р
14	Пронченко Максим	6,8	8	+1	115	2	10	5	5	5	Выпл.	б/р
15	Саленко Виктория	7,1	10	+3	120	1	8	3	5	5	Выпл.	б/р
16	Хайбулаев Халид	6,9	8	+1	145	2	10	5	5	5	Выпл.	б/р
17	Чернякова Мия	6,9	8	+3	115	1	8	3	5	5	Выпл.	б/р
18	Четвериков Артем	6,8	9	+2	125	3	10	5	5	5	Выпл.	3 юн.
19	Шамонина Александра	6,9	7	+3	125	1	10	3	5	5	Выпл.	б/р
20	Ширшикова Елизавета	7,1	8	+3	105	1	8	3	5	5	Выпл.	б/р

Министр спорта: Ляшенко Р.А. [подпись]



ПРОТОКОЛ
комплекса по ОФП и СФП для зачисления в группу, отделение спортивной акробатики этап начальной подготовки

Дата: 01.09.2025г.
Группа: НП – 1
Тренер: Кошак Т.В.

№ п/п	Фамилия, имя	Бег на 30 м	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	И.п. – вис хватом сверху на высокой перекладине, сгибание и разгибание рук	И.п. – лежа на спине. Ноги согнуты в коленях на ширине плеч, руки согнуты в локтях до касания туловища до касания бедер с возвратом в исходное положение	И.п. – вис на гимнастической стенке хватом сверху. Подъем выпрямленных ног в положение «угол». Фиксация положения	И.п. – стойка на одной ноге, другая согнута и ее стопа касается коленя опорной ноги. Глаза закрыты, руки разведены в стороны. Удержание равновесия	И.п. – лежа на спине. Руки и ноги на ширине плеч, выгнуть спину назад с опорой на ладони и стопы. Расстояние от стоп до пальцев рук не более 50см (упражнение «мост»). Фиксация положения	Выполнение	Результат
		сек	кол-во	см	см	кол-во	кол-во	сек	сек	сек		
1	Бельшева Арина Максимовна	6,0	7	+3	110	2	10	5	7	5	вып.	5/р
2	Гончарова Каролина Кирилловна	6,3	10	+4	115	3	15	7	10	5	вып.	5/р
3	Гусаров Дмитрий Геннадьевич	6,0	8	+1	120	3	20	6	15	7	вып.	5/р
4	Дашенко Елена Андреевна	6,1	7	+2	110	2	20	5	7	7	вып.	5/р
5	Дрямов Алексей Романович	6,7	10	+2	115	4	20	5	8	6	вып.	5/р
6	Дурноглазов Максим Михайлович	6,5	8	+3	117	3	15	4	8	5	вып.	5/р
7	Клышников Андрей Анатольевич	6,1	7	+1	116	2	20	6	9	6	вып.	5/р
8	Ковалёва Александра Артемовна	6,0	10	+4	118	2	10	5	12	6	вып.	5/р
9	Кравцов Иван Евгеньевич	6,2	8	+3	122	3	20	7	9	5	вып.	5/р
10	Кулькин Дмитрий Михайлович	6,5	7	+1	115	4	20	4	11	7	вып.	5/р
11	Мирный Никита Павлович	6,3	11	+2	125	2	25	6	9	7	вып.	5/р
12	Мурзаков Константин Викторович	6,5	9	+2	120	2	10	5	10	6	вып.	5/р
13	Мурзакова Кира Викторовна	6,1	8	+3	120	3	15	4	11	5	вып.	5/р
14	Нюшков Николай Сергеевич	6,3	10	+1	110	4	15	6	13	5	вып.	5/р
15	Олейникова Вероника Максимовна	6,6	9	+3	120	4	25	6	7	6	вып.	5/р
16	Сазонов Андрей Иванович	6,6	8	+2	115	2	20	5	8	6	вып.	5/р
17	Соколова Милана Леонидовна	6,8	7	+3	110	3	10	5	9	7	вып.	5/р
18	Сутралиева Ольга Сергеевна	6,0	10	+3	118	3	15	7	10	5	вып.	5/р
19	Хамитова Ангелина Руслановна	6,8	8	+1	115	2	20	6	9	7	вып.	5/р
20	Харитонов Максим Алексеевич	6,7	7	+1	120	2	10	5	10	7	вып.	5/р

Итого команд: 20
Итого участников: 20
Безопасность: Р.Т. Кошак

Директор МБ

комплекса по ОФП и СФП для зачисления в группу, отделение спортивной акробатики этап начальной подготовки

Тренер: Кошак Т.В.

№ п/п	Фамилия, имя	Бег на 30 м	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Наклон вперед из положения стоя на гимнастичес кой скамье (от уровня скамьи)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	И.п. – вис хвостом сверху на высокой переклади не, сгибание и разгибание рук	И.п. – лежа на спине. Ноги согнуты в колених на ширине плеч, руки согнуты и сжаты в замок за головой. Подъем туловища до касания бедер с возвратом в исходное положение	И.п. – вис на гимнастическо й стенке хвостом сверху. Подъем выпрямленных ноги в положение «уголок». Фиксация положения	И.п. – стойка на одной ноге, другая согнута и ее стопа касается стопы опорной ноги. Глаза закрыты, руки разведены в стороны. Удержание равновесия	И.п. – лежа на спине. Руки и ноги на ширине плеч, выгнуть спину назад с опорой на ладони и стопы. Расстояние от стоп до пальцев рук не более 50см (упражнение «мост»). Фиксация положения	Выполне ние	Разряд имет
1	Ализаде Полина Владимировна	7.0	6	+ 4	108	1	10	4	5	5	вын.	8/р
2	Бабяк Лев Михайлович	6.9	7	+ 2	110	2	10	5	5	5	вын	8/р
3	Беркутова Софья Игоревна	7.1	8	+ 3	110	1	12	3	5	5	вын	8/р
4	Веретельникова Анастасия Васильевна	6.8	10	+ 5	135	3	15	5	5	5	вын	11/10
5	Вольф Родион Максимович	6.7	9	+ 3	130	3	15	7	5	5	вын	8/р
6	Джигоева Мелания Феликсовна	7.0	5	+ 4	120	2	11	6	5	5	вын	8/р
7	Джигоева Ярослава Феликсовна	6.9	10	+ 6	130	4	15	7	5	5	вын	11/10
8	Дзюба Милана Викторовна	7.1	6	+ 5	125	1	10	3	5	5	вын	8/р
9	Землянова Арсения Олеговна	7.0	7	+ 6	120	1	10	4	5	5	вын	11/10
10	Исаева Маргарита Расуловна	6.9	9	+ 6	115	2	15	5	5	5	вын	11/10
11	Ким Арина Викторовна	7.1	8	+ 7	110	2	12	5	5	5	вын	8/р
12	Коляскина Елизавета Михайловна	7.1	5	+ 3	108	3	10	7	5	5	вын	8/р
13	Кузьминова Зоя Алексеевна	6.9	7	+ 5	115	1	15	4	5	5	вын	11/10
14	Ласько Анастасия Александровна	7.0	4	+ 3	106	1	10	3	5	5	вын	8/р
15	Молодцов Станислав Александрович	6.9	7	+ 2	112	2	12	5	5	5	вын	8/р
16	Полякова Александра Алексеевна	6.9	5	+ 4	110	1	14	5	5	5	вын	8/р
17	Потовская Анна Юрьевна	7.0	6	+ 5	110	2	11	4	5	5	вын	8/р
18	Цепкова Варвара Алексеевна	7.1	7	+ 5	115	2	13	7	5	5	вын	13/р
19	Шляпин Артем Евгеньевич	6.9	7	+ 1	110	2	10	5	5	5	вын	13/р
20	Юхименко Максим Дмитриевич	6.7	10	+ 2	125	3	15	5	5	5	вын	8/р

[illegible]



Утверждаю:
Директор МБУ ДО СШ №6г. Волгодонска
Г.Г. Копанева
2025г

ПРОТОКОЛ

Вступительного контрольного тестирования поОФП и СФП для зачисления на этап начальной подготовки по виду спорта
"рукопашный бой" по программе спортивной подготовки

Тренер: Головачанский Данил Евгеньевич Дата: 01.09.2025г.

Группа НП-1

№ п/п	Фамилия, имя	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	Бег на 30 м	Челночный бег 3x10 м	Стоя ровно, на одной ноге, руки на поясе. Фиксация положения	Непрерывн ый бег в свободном темпе	Выполнение
		кол-во раз	см	см	сек	сек	сек	мин	
1	Арбузов Александр	28	158	+6	6.2	9.6	12	10	выполнено
2	Арбузов Дмитрий	16	156	+3	6.0	8.9	12	10	выполнено
3	Воеводин Даниил	15	150	+5	5.8	8.9	12	10	выполнено
4	Гончарова Полина	10	125	+5	6.4	9.5	10	8	выполнено
5	Даншин Николай	15	150	+6	6.1	8.5	12	10	выполнено
6	Жидких Виталий	28	158	+5	6	8.9	12	10	выполнено
7	Зенков Владислав	22	140	+4	6.2	9.	12	10	выполнено
8	Кузнецов Максим	26	156	+5	5.9	8.5	12	10	выполнено
9	Лежнев Григорий	15	140	+5	6.2	8.9	12	10	выполнено
10	Махмутова Алина	10	125	+4	6.4	9.5	10	8	выполнено
11	Мирный Гордей	15	150	+6	6.1	8.5	12	10	выполнено
12	Рипаков Максим	12	150	+8	6	9.6	12	10	выполнено
13	Самочерных Кирилл	22	140	+7	6.1	8.9	12	10	выполнено
14	Сельчук Эдвард	20	140	+4	6.2	9.6	12	10	выполнено
15	Томас Дмитрий	24	137	+3	6	9.7	12	10	выполнено

Инициалы: Тарко Р.А.
Трушенин Р.А.
Берегузская С.Н.
Алексеева А.М.