**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования спортивная школа № 5 г. Ставрополя**

ПРОТОКОЛ

приёма нормативов общей физической и специальной подготовки для зачисления в группы

на этапе начальной подготовки **(первого года обучения),** отделение СПОРТИВНЫЙ ТУРИЗМ, тренер \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Фамилия, имя | Бег 30 м, секзачёт/незачёт | Бег 1000 м, мин, сзачёт/незачёт | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полузачёт/незачёт | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье, смзачет/незачет | Челночный бег 3 x 10 м, сзачёт/незачёт | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами, смзачёт/незачёт  | Подтягива-ние из виса на высокойперекладине зачёт/незачёт | Подтягива-ние из виса лежа на низкой перекладине 90 смзачет/незачет | Вращение вокруг своей оси по часовой и против часовой стрелке за 4 с, с последую-щим прохождением по прямой линии (не менее 3 оборотов в каждую сторону)зачет/незачет | Прыжок вверх с места со взмахом руками, смзачёт/незачет | Вис на перекладине на двух руках, сзачет/незачет | Подъем туловища из положе-ния лежа на спине,зачет/незачет |
| сек | з/нз | минсек | з/нз | кол-во | з/нз | см | з/нз | сек | з/нз | см | з/нз | кол-во | з/нз | кол-во | з/нз | кол-во | з/нз | см | з/нз | сек | з/нз | кол-во | з/нз |
| 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 12 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 13 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 14 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Секретарь\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Тренер \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Дата «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_г.