



Приложение №5
к Федеральному стандарту спортивной подготовки
по виду спорта «воднолыжный спорт»

ПРОТОКОЛ № 01 (ИП)

Нормативы ОФП и СФП для зачисления в группы на этапе начальной подготовки на 2023-2024 год

№№ пп	Ф.И.	Год рождения	Вет на 30 м. (не более 6,9 с. юн., не более 7,1 сек. дев.)	Прыжок в длину с места (не менее -110 см. юн., дев. - 105 см.)	Плавание 10 м. Вольный стиль (без учета времени)	Сгибание рук лежа на полу (не менее 7 раз юн., не менее 4 раз - дев.)	Польем гребни лежа на спине (не менее 10 раз-юн., 7 раз-дев.)	Челночный бег 3x10 м с высокого старта (не более 10,1 сек. юн., не более 10,6 сек. - дев.)	Наклон вперед стоя на гимнаст. (от уровня скамьи, см) (юноши- +1, дев. - +3))
1	Рыбко Е.	2012	6,9	107	зачет	10	10	10,00	+3
2	Травкина Е.	2011	6,7	135	зачет	15	15	9,56	+3
3	Солодовников Я.	2012	6,5	150	зачет	35	40	9,45	+3
4	Полов К.	2015	6,8	145	зачет	25	27	9,55	+3
5	Бочкарев М.	2014	6,7	140	зачет	25	25	9,45	+3
6	Юрьева А.	2013	6,6	140	зачет	23	20	9,34	+3
7	Пайгачев М.	2010	6,8	145	зачет	20	23	9,55	+3
8	Бочкарев М.	2011	6,8	140	зачет	21	24	9,47	+3
9	Солодовников А.	2010	6,0	160	зачет	35	40	9,52	+3
10	Никифорова В.	2012	6,7	145	зачет	20	25	9,47	+3
11	Солодовникова В.	2015	6,8	140	зачет	15	20	9,39	+3
12	Рыбко В.	2008	7,0	110	зачет	10	10	10,00	+3
13	Кочеткова Д.	2010	6,2	150	зачет	25	27	9,44	+3
14	Смирнов К.	2011	6,4	150	зачет	30	30	9,60	+3
15	Шушпанов Е.	2007	6,5	145	зачет	20	20	9,39	+3
16	Ершова К.	2011	6,4	140	зачет	25	25	9,47	+3
17	Ножникова С.	2012	6,6	135	зачет	25	23	9,45	+3

Тренер Удовиченко Ю.Д. «  »  2023г.

Протокол № 1
Нормативы ОФП и СФП для зачисления в группы на тренировочном этапе
(этап спортивной специализации) ТЭ-4 тренировочный год

№№ пп	Ф.Имя ребенка	Год рождения	Бег на 30 м. (не более 6.0 сек. - юн., не более 6.2 сек. - дев.)	Прыжок в длину с места (не менее -130 см. юн., дев. - 120 см.)	СФП Плавание 50 м. (вольный стиль) юн.-не более 3 мин., дев. - не более 3 мин.	Бег на 1 км. (не более 6.10 мин. юн., не более 6.30 мин. дев.)	Сгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 13 раз. юн., не менее 7 раз дев.)	СФП Подъем туловища лежа на спине за 1 мин. (не менее 27 раз юн., не менее 24 раз дев.)	Челночный бег 3х10 м (не более 9.6 сек. юн., 9.9 с. дев.)	Наклон вперед из положения на гимна. Скам. (от уровня скамьи/см.) (юноши не менее +2 см., дев. - не менее +3 см.)	Результат участия в соревнованиях, место
1	Каликурбанова А.	2009	6.0	125	2.58	6.00	16	26	9.0	+4	КД-6м
2	Кулагина Е.	2010	6.1	128	3.00	6.15	17	24	8.3	+4	КД-6 м
3	Кленов М.	2007	6.2	165	2.35	5.59	22	37	8.5	+3	
4	Абрамов Г.	2008	5.9	155	2.55	6.00	18	30	9.1	+2	
5	Смирнов П.	2010	5.3	163	2.56	5.45	31	40	8.1	+3	КД-4м, ПМО-3
6	Ривончекнова А.	2008	6.0	145	2.40	6.10	20	26	9.3	+4	КД-7м
7	Колобков Е.	2010	5.7	150	1.58	5.13	24	35	8.6	+3	ПМО-3. КД-5
8	Дунаев Р.	2009	5.9	148	2.38	6.10	19	30	9.4	+2	
9	Винниченко С.	2008	5.8	158	2.55	6.15	21	33	9.4	+2	

Тренер _____ \ Мухитов И.Н. \

«28»

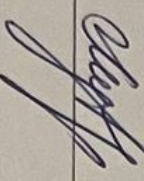
28

2023г.

Приложение №6
к Федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта «Водный спорт»

Протокол № 2
Нормативы ОФП и СФП для зачисления в группы на тренировочном этапе
(этап спортивной специализации) ТЭ-4 тренировочный год

№№ п/п	Ф.Имя ребенка	Год рождения	Бег на 30 м. (не более 6,0 сек. - юн., не более 6,2 сек. - дев)	Прыжок в длину с места (не менее -130 см. юн., дев. - 120 см.)	СФП Плавание 50 м. (вольный стиль) юн.-не более 3 мин., дев. - не более 3 мин.	Бег на 1 км. (не более 6,10 мин. юн., , не более -6,30 мин. дев.)	Сгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 13 раз. юн., не менее 7 раз дев.)	СФП Подъем туловища лежа на спине за 1 мин. (не менее 27 раз юн., не менее 24 раз дев.)	Челночный бег 3x10 м (не более 9,6 сек. юн., 9,9 с. дев.)	Наклон вперед из пол.стоя на гимн. Скам. (от уровня скамьи/см.) (юноши не менее +2 см., дев. - не менее + 3 см.)	Результат участия в соревнованиях, место
1	Коровкин А.	2005	5,3	160	2,16	5,28	35	40	8,0	+3	ПМО-1, ПР-3
2	Тарабрин А.	2009	5,7	152	2,20	5,25	30	37	8,7	+3	
3	Кужушкин Д.	2011	5,9	143	2,55	6,00	28	33	9,0	+2	
4	Белинский М.	2010	5,8	148	2,50	6,00	29	35	9,2	+3	КД-6
5	Сирош С.	2008	5,8	150	2,55	6,05	25	30	9,3	+4	КД-4
6	Мананникова Д.	2011	6,0	148	2,59	6,20	25	30	9,3	+3	КД-1 м, ПМО-1м
7	Вдовиченко В.	2008	6,0	145	2,58	6,10	21	30	9,4	+3	КД-5 м
8	Суслова А.	2008	6,1	145	3,00	6,25	20	32	9,6	+4	КД-5
9	Горохова А.	2009	6,0	140	3,00	6,20	21	29	9,5	+3	

Тренер  Мухитова М.И.

« 20 » 08 20 г.

Протокол № 3
(этап спортивной специализации) ТЭ-3 тренировочный год

№№ п/п	Ф.Имя ребенка	Год рождения	Бег на 30 м. (не более 6,0 сек. - юн., не более 6,2 сек. - дев)	Прыжок в длину с места (не менее - 130 см. юн., дев. - 120 см.)	СФП Плавание 50 м. (вольный стиль) юн.-не более 3 мин., дев. - не более 3 мин.	Бег на 1 км. (не более 6,10 мин. юн., не более - 6,30 мин. дев.)	Сгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 13 раз. юн., не менее 7 раз дев.)	СФП Подъем туловища лежа на спине за 1 мин. (не менее 27 раз юн., не менее 24 раз дев.)	Челночный бег 3x10 м (не более 9,6 сек. юн., 9,9 с. дев.)	Наклон вперед из пол.стоя на гимн. Скам. (от уровня скамьи/см.) (юноши не менее +2 см., дев. - не менее +3 см.)	Результат участия в соревнованиях, место
1	Романовский Е.	2011	5,8	155	2,53	6,05	26	32	8,3	+4	
2	Александров В.	2011	5,9	158	2,54	6,00	21	28	8,7	+3	КД-8
3	Черемных К.	2011	5,9	150	2,50	5,59	30	30	8,8	+3	КД-6
4	Сидоренко А.	2009	6,0	150	2,58	5,55	30	31	8,9	+3	
5	Никифоров И.	2010	6,1	155	2,56	6,00	32	30	8,3	+3	
6	Мурашко Г.	2007	6,1	140	2,58	6,05	27	27	9,0	+3	КД-11

Тренер В.В. Мухоморов «25» 08 2023 г.

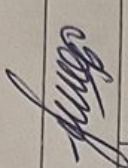
Протокол № 4
Нормативы ОФП и СФП для зачисления в группы на тренировочном этапе
(этап спортивной специализации) ТЭ-3 тренировочный год

№№ п/п	Ф.Имя ребенка	Год рождения	Бег на 30 м. (не более 6.0 сек. - юн., не более 6.2 сек.- дев)	Прыжок в длину с места (не менее -130 см. юн., дев. - 120 см.)	СФП Плавание 50 м. (вольный стиль) юн.-не более 3 мин., дев. - не более 3 мин.	Бег на 1 км. (не более 6.10 мин. юн., не более -6.30 мин. дев.)	Сгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 13 раз юн., не менее 7 раз дев.)	СФП Подъем туловища лежа на спине за 1 мин. (не менее 27 раз юн., не менее 24 раз дев.)	Челночный бег 3x10 м (не более 9.6 сек. юн., 9.9 с. дев.)	Наклон вперед из пол.стоя на гимп. Скам. (от уровня скамьи(см.) (ноши не менее +2 см., дев. - не менее + 3 см.)	Результат участия в соревнованиях, место
1	Вдовиченко К.	2012	5.6	135	2.18	5.10	25	35	9.3	+3	КД-5
2	Половкин Г.	2012	5.0	155	2.35	5.05	35	39	9.1	+3	ПМО-1, ПР-3
3	Устинова А.	2012	5.8	145	2.55	5.35	31	30	9.7	+3	КД-4м
4	Тарбеев М.	2010	5.3	160	2.45	5.00	30	35	9.0	+3	КД-10
5	Тарбеева Д.	2010	6.0	145	2.58	5.45	27	33	9.6	+3	КД-6 м
6	Хазова А.	2010	5.1	140	2.53	5.40	29	35	9.5	+3	КД-2м, ПМО-3

Тренер В.И. Половкина «13» 08 2013 г.

Протокол № 5
(этап спортивной специализации) ТЭ-2
Тренировочный год

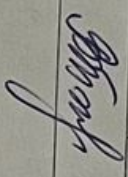
№№ п/п	Ф.Имя ребенка	Год рождения	Бег на 30 м. (не более 6,0 сек. - юн., не более 6,2 сек.- дев)	Прыжок в длину с места (не менее -130 см. юн., дев. - 120 см.)	СФП Плавание 50 м. (вольный стиль) юн.-не более 3 мин., дев. - не более 3 мин.	Бег на 1 км. (не более 6,10 мин. юн., не более -6,30 мин. дев.)	Сгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 13 раз, юн., не менее 7 раз дев.)	СФП Подъем туловища лежа на спине за 1 мин. (не менее 27 раз юн., не менее 24 раз дев.)	Челночный бег 3x10 м (не более 9,6 сек. юн., 9,9 с. дев.)	Наклон вперед из положения на гимн. Скам. (от уровня скамьи(см.) (юноши не менее +2 см., дев. - не менее + 3 см.)	Результат участия в соревнованиях, место
1	Солнцев Г.	2009	5.5	165	2.55	5.15	30	40	9.3	+3	КД-7
2	Косицын Я.	2010	5.0	165	2.53	5.28	30	40	9.5	+3	
3	Орел Е.	2009	5.9	150	2.50	5.18	29	37	9.4	+3	
4	Белинский С.	2012	5	145	2.57	5.30	25	35	9.5	+3	
5	Крипталева С.	2012	6.7	139	2.51	5.45	20	30	9.6	+3	КД-7, ПМО-4
6	Колесникова А.	2012	6.0	140	2.55	5.35	20	30	9.8	+3	
7	Осюхина У.	2009	6.0	138	2.59	5.40	20	30	9.6	+3	КД-11м
8	Голубев А.	2012	5.8	149	2.55	5.44	25	35	9.5	+3	
9	Суслова В.	2013	5.9	146	2.45	5.50	25	33	9.4	+3	

Тренер  /Половкина В.И./ «25» 08 2023 г.

Протокол № 6
Нормативы ОФП и СФП для зачисления в группы на тренировочном этапе
(этап спортивной специализации) ТЭ-1 тренировочный год

№№ п/п	Ф.Имя ребенка	Год рождения	Бег на 30 м. (не более 6,0 сек. - юн., не более 6,2 сек. - дев)	Прыжок в длину с места (не менее -130 см. юн., дев. - 120 см.)	СФП Плавание 50 м. (вольный стиль) юн.-не более 3 мин., дев. - не более 3 мин.	Бег на 1 км. (не более 6,10 мин. юн., не более -6,30 мин. дев.)	Сгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 13 раз. юн., не менее 7 раз дев.)	СФП Подъем туловища лежа на спине за 1 мин. (не менее 27 раз юн., не менее 24 раз дев.)	Челночный бег 3x10 м (не более 9,6 сек. юн., 9,9 с. дев.)	Наклон вперед из пол.стоя на гимн. скам. (от уровня скамьи/см.) (юноши не менее +2 см., дев. - не менее +3 см.)	Результат участия в соревнованиях, место
1	Солнцев Д.	2011	5.30	165	2.17	5.35	35	35	8.15	+3	КД-12
2	Хоруженко А.	2010	5.55	155	2.25	5.55	30	30	8.45	+3	КД-10
3	Смирнов Э.	2011	5.40	150	2.30	5.45	33	30	8.50	+3	
4	Сазонова Д.	2010	5.45	145	2.55	5.55	35	33	8.25	+3	КД-4м
5	Пайгачева Д.	2012	5.44	145	2.45	5.58	30	30	8.45	+3	ПМО-5
6	Ривонченко А.	2012	5.50	150	2.27	6.00	30	30	8.48	+4	
7	Шаховской А.	2012	5.05	160	2.50	5.10	33	35	8.10	+2	
8	Глухов М.	2010	5.55	155	2.45	6.10	25	27	9.5	+2	
9	Шакун В.	2013	5.57	145	2.50	6.00	25	25	8.55	+3	
10	Мушина М.	2014	5.50	145	2.40	6.15	23	25	8.50	+4	
11	Волчков М.	2010	5.15	160	2.15	5.45	35	35	8.15	+3	КД-2м, ПМО-2

12	Горюнова А.	2010	5.25	150	2.35	6.10	27	30	8.45	+5	КД-7, ПМО-6
13	Косицкая К.	2012	5.10	145	2.30	5.55	30	30	8.45	+4	КД-9
14	Курьшова В.	2014	5.20	150	2.45	6.00	25	27	9.00	+3	КД-17
15	Горюнов Д.	2012	5.45	155	2.50	6.00	25	30	9.00	+2	КД-13
16	Лизанов Т.	2013	5.40	150	2.50	5.55	31	30	8.50	+3	КД-14
17	Романов Д.	2011	5.36	150	2.45	6.00	30	31	8.55	+3	

Тренер  / Половкина В.И. /

«26» 08 2025 г.