

Протокол приема контрольно-периодических нормативов по прыжкам на оауте для учебно-тренировочных групп (Юноши)

Дата приема нормативов _____

№ п/п	Фамилия, имя спортсмена	Челночный бег 3x10м (сек.)	Поднимание ног из виса на гимнастической перекладине в положении "угол" (кол-во раз)	Сгибание-разгибание рук в упоре на параллельных гимнастических скамейках (кол-во раз)	Подтягивание в висе на перекладине (кол-во раз)	Напрыгивание на возвышение высотой 30 см за 30 с (кол-во раз)	Прыжок в длину с места (см)	Упражнение "мост" из положения лежа на спине	Поперечный шпагат	Отметка о выполнении (сдал/ не сдал)
1	Сурякин Даша	8.6	20	20	10	25	150	+	+	сдал
2	Степн Баурал	8.9	20	20	10	25	150	+	+	сдал
3.	Тамбовичевс Никита	8.3	20	20	10	25	140	+	+	сдал
4	Шаровов Александр	7.8	15	20	8	20	120	+	+	сдал
5	Веретко Даша	7.9	15	20	6	20	160	+	+	сдал