

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования города Нижневартовска «Спортивная школа»
 Протокол № _____ от _____ 2026
 контрольных нормативов общей физической и специальной физической подготовки на этапе начальной подготовки
 для зачисления на 2025-2026 учебный год

Вид спорта: кудо

[illegible]

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования города Нижневартовска «Спортивная школа»

Протокол № от 2026

контрольных нормативов общей физической и специальной физической подготовки на этапе начальной подготовки
для зачисления на 2025-2026 учебный год

Вид спорта: муайтай

[illegible]

контрольных нормативов общей физической и специальной физической подготовки на этапе начальной подготовки
для зачисления на 2025-2026 учебный год

Вид спорта: рукопашный бой

[illegible]

Муниципальное автономное учреждение города Нижневартовска «Спортивная школа»

Протокол № от 2026

контрольных нормативов общей физической и специальной физической подготовки на этапе начальной подготовки
для зачисления на 2025-2026 учебный год

Вид спорта: пауэрлифтинг

[illegible]

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования города Нижневартовска «Спортивная школа»

Протокол № от 2026

контрольных нормативов общей физической и специальной физической подготовки на этапе начальной подготовки
для зачисления на 2025-2026 учебный год

Вид спорта: Северное многоборье

[illegible]

Протокол № _____ от _____ 2026
контрольных нормативов общей физической и специальной физической подготовки на этапе начальной подготовки
для зачисления на 2025-2026 учебный год

Протокол № от 2026

контрольных нормативов общей физической и специальной физической подготовки на этапе начальной подготовки
для зачисления на 2025-2026 учебный год

[illegible]

Муниципальное автономное учреждение города Нижневартовска «Спортивная школа»

Протокол №__ от _____ 2026

контрольных нормативов общей физической и специальной физической подготовки на этапе начальной подготовки
для зачисления на 2025-2026 учебный год

Вид спорта: Спортивная аэробика

| № | ФИО | Год рожде ния | Бег на 30 м, мальчики не более 6,9 сек\ девочки не более 7,1 сек | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу мальчики не менее 7 раз \девочки не менее 4 раз | Смешанное передвижение на 1000 м мальчики не более 7 мин 10 сек/девочки не более 7 мин 35 сек | Наклон вперед из положения стоя на гимнастиче ской скамье (от уровня скамьи) мальчики не менее +1 см/ девочки не менее +3 см | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами мальчики не менее 110 см /девочки не менее 105 см | Челночный бег 3x10 м мальчики не более 10,3 сек/девочки не более 10,6 сек | Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 30 сек) мальчики не менее 11 раз/девочки не менее 9 раз | Антропометрические и физические данные (рост/масса тела) Средний - 10 баллов Низкий, ниже среднего - 5 баллов Выше среднего, высокий- 0 баллов *См. Таблица А, Б | Баллы | Итог выполнил/ не выполнил |
|---|-----|---------------------|--|---|--|---|---|---|---|--|-------|-------------------------------------|
| 1 | | | | | | | | | | | | |

Примечание*

1 норматив – 5 баллов

Антропометрические показатели развития (рост и масса тела) мальчики 7-8 лет

Таблица А

| Возраст | Показатели | Низкий | Ниже среднего | Средний | Выше среднего | Высокий |
|---------|------------|----------|---------------|-----------------------|---------------|--------------|
| 7 лет | Рост, см | До 108,9 | 108,9 - 116,9 | 116,9 - 128,6 (122,4) | 128,6 - 134,7 | Выше 134,7 |
| | Вес, кг | До 17,7 | 17,7 – 19,9 | 19,9-26,5 (23,2) | 26,5- 30 9 | 30,9 и более |
| 8 лет | Рост, см | До 108,4 | 108,4 - 120,2 | 120,2 - 129,1 (124,3) | 129,1 - 130,3 | Выше 130,3 |
| | Вес, кг | До 20,4 | 20,4 - 22,5 | 22,5 – 25,6 (24,0) | 25,6 - 26 1 | 26,1 и более |

Антропометрические показатели развития (рост и масса тела) девочек 7-8 лет.

Таблица Б

| Возраст | Показатели | Низкий | Ниже среднего | Средний | Выше среднего | Высокий |
|---------|------------|----------|---------------|-----------------------|---------------|--------------|
| 7 лет | Рост, См | До 111,7 | 111,7 - 117,1 | 117,1 - 127,8 (122,3) | 127,8 - 132,4 | Выше 132,4 |
| | Вес, кг | До 17,8 | 17,8 -20,0 | 20,0 – 26,1 (23,0) | 26,100 - 30 7 | 30,7 и более |
| 8 лет | Рост, См | До 113,5 | 113,5 -123,2 | 123,2 - 132,7 (127,4) | 132,7 - 135,0 | Выше 135 |
| | Вес, кг | До 21,9 | 21,9- 23,3 | 23,300 – 28,0 (25,6) | 28,0 - 28 2 | 28,2 и более |

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования города Нижневартовска «Спортивная школа»

Протокол № _____ от _____ 2026

контрольных нормативов общей физической и специальной физической подготовки на этапе начальной подготовки

для зачисления на 2025-2026 учебный год

Вид спорта: спортивный туризм

[illegible]

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования города Нижневартовска «Спортивная школа»
 Протокол №__ от _____ 2026
 контрольных нормативов общей физической и специальной физической подготовки на этапе начальной подготовки
 для зачисления на 2025-2026 учебный год

Вид спорта: танцевальный спорт

[illegible]

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования города Нижневартовска «Спортивная школа»

Протокол № _____ от _____ 2026

контрольных нормативов общей физической и специальной физической подготовки на этапе начальной подготовки
для зачисления на 2025-2026 учебный год

Вид спорта: шахматы

[illegible]