

Протокол сдачи контрольно-переводных нормативов отделения синхронного плавания за 2021-2022 уч.год, группы ССМ - Т (СС)-5 2007-2008 г.р.

№ пп	ФИО	г.р. 2007-2008	Сила, скоростно-силовые качества							Гибкость													для сведения	
			1. подтягивания /отжимания (мин. = 12)	1. - МЕСТО	2. подъем ног из виса ДО перекл. (мин. = 2 раза)	2. = МЕСТО	3. выпрыгивание / кол-во раз (мин.=5 раз)	4. подъем корпуса, стрелка / кол-во раз.	МЕСТО среднее ОФП	5. МАХИ с удержанием	5.1. Мах правая вперед	5.2. Мах левая вперед	5.3. Мах правая в сторону	5.4. Мах левая в сторону	6. АРИАНА, ЛЕВ. (стойка на голове)	6. АРИАНА, ПОПЕР. (стойка на голове)	6. АРИАНА, ПРАВ. (стойка на голове)	7. ПЕРЕВОРОТ	7. ПРАВ. Вертикаль	7. ЛЕВ. Вертикаль	8. МОСТ	Сумма ВСЕ гибкость (10 показателей)		МЕСТО гибкость ОБЩЕЕ
1	Черезова Кира	2008					+	+	0,0													0		0,00
2	Шмидт Александра	2008					+	+	0,0													0		0,00
3	Шабанова Елена	2008	17	2	21	1	+	+	1,5	+	5	5	5	5	5	5	5	+	5,5	5	6	51,5	2	1,75
4	Морозова Анастасия	2008	18	1	21	1	+	+	1,0	+	5	5	5	5	5	5	5	+	5	5	6	51	4	2,50
5	Ищук Кристина	2008	10	9	19	7	+	+	8,0	+	5,5	5	5	5	5	5	5	+	5,5	5	5,5	51,5	2	5,00
6	Бирюкова Ульяна	2008	9	10	19	7	+	+	8,5	+	5	5,5	5,5	5	5	5	5	+	6	6	6	54	1	4,75
7	Егорова Анастасия	2008	11	6	20	3	+	+	4,5	+	5	4,5	5	5	4,8	4,8	5	+	5	4,8	6	49,9	8	6,25
8	Псахчиева Антонина	2008	17	2	20	3	+	+	2,5	+	4,5	4,5	5	5	4,8	5	4,8	+	5,5	5	6	50,1	7	4,75
9	Данилова Арина	2008	16	4	20	3	+	+	3,5	+	4,5	4	5	5	4,6	4,8	5	+	5	4,8	5,3	48	12	7,75
10	Агаргимова Карина	2008	16	4	20	3	+	+	3,5	+	4,5	4,5	5	4,5	4,8	5	5	+	5	5	6	49,3	9	6,25
11	Голубева Мария	2008	11	6	18	9	+	+	7,5	+	4,5	4	5	5	4,7	5	4,8	+	5	5	5,7	48,7	10	8,75
12	Левашева Ярослава	2008	6	11	17	10	+	+	10,5	+	5	4,5	5	5	5	5	5	+	5,5	5	5,5	50,5	6	8,25
13	Иванова Таисия	2008	11	6	14	12	+	+	9,0	+	4,5	4,5	5	4,5	4,8	5	4,6	+	4,6	4,7	-	42,2	15	12,00
14	Жморщук Полина	2008	4	15	8	15	+	+	15,0	+	5	5	4,5	5	5	5	5	+	5,5	5	6	51	4	9,50
15	Сорокина Алина	2008	6	11	15	11	+	+	11,0	+	4,3	5	4,5	4	4,4	4,5	4,7	+	5	4,9	6	47,3	13	12,00
16	Чернышова Арина	2008	5	13	12	13	+	+	13,0	+	4,5	3,5	4,5	4,5	4,6	4,4	5	+	5	4,8	3,5	44,3	14	13,50
17	Старовойтова Алена	2008	5	13	12	13	+	+	13,0	+	4,5	4	4,5	4,5	4,8	4,8	5	+	5	5	6	48,1	11	12,00

На следующий этап подготовки, согласно плану комплектования школы, переходит 17 спортсменов 2008 г.р.

На следующий этап подготовки переходят только здоровые спортсмены, принявшие участие в сдаче нормативов. Численный состав лимитируется возможностями спортивной школы.

июнь 2022 г.

Плавательная подготовка									Техническая подготовка				Сумма	Итог	Этап 22-23 гг	ФИО
9. плавание "вольный стиль" 100 м, время	10. плавание "вольный стиль" 1000 м., сдаль/не	11. плавание "комплекс" 200 м с пронырами, время	11. = МЕСТО	12. 100 м. СПЕЦ к/пл, оценка (7 позиций)	12. = МЕСТО	13. = 100 м СПЕЦ к/пл время	13. = МЕСТО	МЕСТО СРЕДНЕЕ плавательная (п.9-13)	14. ПСПб июнь 22 / баллы	15. П-во СЭФО / баллы	16. СРЕДНИЙ балл 2 старта	16. = МЕСТО	МЕСТО СРЕДНЕЕ ИТОГ			
н/а	н/а							0,00			0,0000		0,0	сборная команда РФ		Черезова Кира
н/а	н/а							0,00			0,0000		0,0	сборная команда РФ		Шмидт Александра
н/а	н/а	-						0,00	77,3954	79,9508	78,6731	1	1,5	сборная СПб, ЛСУ		Шабанова Елена
н/а	н/а	2,49	2	30,5	2	2,29	1	1,67	75,2704	76,0807	75,6756	5	2,9	КПН сдала	ССМ	Морозова Анастасия
н/а	н/а	-						0,00	77,6633	79,0105	78,3369	2	4,0	сборная СПб, ЛСУ		Ищук Кристина
н/а	н/а	-		-				0,00	77,4490	76,8842	77,1666	3	4,2	сборная СПб, ЛСУ		Бирюкова Ульяна
н/а	н/а	2,56	6	31,0	1	2,52	4	3,67	74,4362	76,1789	75,3076	6	5,5	КПН сдала	ССМ	Егорова Анастасия
н/а	н/а	-						0,00	74,3393	74,9017	74,6205	9	6,2	КПН сдала	-	Псахциева Антонина
н/а	н/а	-		-				0,00	76,6658	77,4597	77,0628	4	6,5	сборная СПб, ЛСУ		Данилова Арина
н/а	н/а	-		-				0,00	73,4311	76,0702	74,7507	8	6,8	КПН сдала	-	Агарагимова Карина
н/а	н/а	2,50	3	29,5	4	2,30	2	3,00	75,0510	75,1263	75,0887	7	6,9	КПН сдала	ССМ	Голубева Мария
н/а	н/а	2,35	1	30,5	2	2,48	3	2,00	72,2653	74,4211	73,3432	12	7,6	КПН сдала	ССМ	Левашева Ярослава
н/а	н/а	2,57	7	28,5	5	3,16	7	6,33	73,7755	74,5403	74,1579	10	10,1	КПН сдала	ССМ	Иванова Таисия
н/а	н/а	2,58	8	24,0	8	3,06	5	7,00	70,2704	71,3368	70,8036	15	10,3	КПН сдала	ССМ	Жморщук Полина
н/а	н/а	2,54	5	26,5	7	3,09	6	6,00	71,1607	75,5649	73,3628	11	10,3	КПН сдала	ССМ	Сорокина Алина
н/а	н/а	2,53	4	27,0	6	3,20	8	6,00	71,3662	73,5123	72,4393	13	11,5	КПН сдала	ССМ	Чернышова Арина
н/а	н/а	-						0,00	73,9082	70,8281	72,3682	14	12,7	КПН сдала	-	Старовойтова Алена

Заместитель директора по спортивной работе

А.А. Погудина

Методист отделения

Д.А. Алексева