

Нормативы общей физической, специальной физической подготовки по самбо, иные спортивные нормативы (СВЫШЕ ГОДА обучения)
этап начальной подготовки

на 2024-2025г. « » 2025г.

№	ФИО	год рождения	Бег 30 м		Бег на 1000 м		Бег на 1500 м		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	Челночный бег 3х10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		Подтягивание из виса на высокой перекладине		Подтягивание из виса на низкой перекладине 90 см	
			мальчики не более 5,7 с	девочки не более 6,0 с	-	-	мальчики не более 8,20 с	девочки не более 8,55с		мальчики не более 9,0 с	девочки не более 9,4 с	мальчики не менее 150 см	девочки не менее 135 см	мальчики не менее 13 раз	девочки не менее 7 раз	мальчики не менее 3 раз	-	-	девочки не менее 9 раз
1.	Абдуллоев Гулмухаммад Боймахмадович	09.01.2014	5,6				8,12		4	8,4		160		15		4			
2.	Абдуразаков Давид Мевланович	18.12.2013	5,5				8,07		4	8,7		165		15		4			
3.	Аношко Владислав Игоревич	30.07.2013	5,3				8,14		4	8,5		155		15		4			
4.	Аркашев Степан Владимирович	04.06.2013	5,4				8,19		4	8,8		157		15		4			
5.	Багаутдинов Марсель Шамильевич	11.11.2012	5,5				8,06		4	8,2		161		15		4			
6.	Балхонов Максим Гошарович	05.01.2013	5,6				8,14		4	8,9		158		15		4			
7.	Валеев Максим Дмитриевич	09.01.2013	5,6				8,12		4	8,9		155		15		4			
8.	Валиев Хушбахт Темуржонович	12.10.2008	5,6				8,11		4	8,9		154		15		4			
9.	Джурраев Бахтовар	06.10.2024	5,4				8,18		4	8,1		161		15		4			



Нормативы общей физической и специальной физической подготовки по виду спорта «самобо» для спортивной дисциплины «всеславская категория»

Учебно-тренировочный этап года обучения (юноши, девушки) на 2024-2025 г. « » 2025г

№	ФИО	год рожде ния	Бег 60 м	Бег на 1500 м	Сгибание и разгибани е рук в упоре лежа на полу	Наклон вперед из положени я стоя на гимнасти ческой скамье (от уровня скамьи)	Челночны й бег 3x10 м.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	Подтяг ивание из виса на высоко й перекла дине	Подтягив ание из виса лежа на низкой переклади не 90 см	Забегания на «борцовском мосту» (5 раз-влево и 5 раз-вправо)	10 переворотов из упора головой в ковёр на «борцовский мост» и обратно	10 бросков партнера (через бедро, передний подлокотник, полножой, подхватом, через спину)
1.	Алиев Алиф Афлатунович	05.0 2.20 06	10,3	8,0	20	6	8,6	170	5	Девушки не менее 11 раз	Юноши не более 19,0 с	Юноши не более 25,0 с	Юноши не более 21,0 с
2.	Арсламбеков Исмаил Иссаевич	15.0 1.20 09	10,2	7,9	25	6	8,5	182	7		Девушки не более 25,0 с	Девушки не более 28,0 с	Девушки не более 26,0 с
3.	Гусейнов Магомед Мухтарович	27.0 9.20 08	10,0	8,0	22	6	8,4	177	6		Юноши не более 19,0 с	Юноши не более 25,0 с	Девушки не более 26,0 с
4.	Гюлметов Велимет Мурадович	26.0 5.20 10	10,3	7,7	20	6	8,5	180	6		Девушки не менее 11 раз	Девушки не более 28,0 с	Девушки не более 26,0 с
5.	Джафаров Ровшан Рафиг оглы	02.0 4.20 07	10,1	8,0	22	6	8,3	191	7		Девушки не менее 11 раз	Девушки не более 28,0 с	Девушки не более 26,0 с
6.	Джафаров Улфат Тагир оглы	12.0 4.20 04	10,4	7,7	25	6	8,2	188	7		Девушки не менее 11 раз	Девушки не более 28,0 с	Девушки не более 26,0 с



Нормативы общей физической и специальной физической подготовки по виду спорта «само» для спортивной дисциплины «весовая категория»

Учебно-тренировочный этап на 2024-2025 г. « » 2025г
года обучения (юноши, девушки)

№	ФИО	год рождения	Бег 60 м	Бег на 1500 м	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Наклон вперед из положения гимнастики скамье (от уровня скамьи)	Челночный бег 3х10 м.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	Подтягивание из виса на высокой и перекладине	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	Забегания на «борцовском мосту» (5 раз-влево и 5 раз-вправо)	10 переворотов из упора головой в ковер на «борцовский мост» и обратно	10 бросков партнера (через бедро, передний подлокотник, через спину)
1.	Азизов Малик Хуршедович	06.06.2012	Юноши не более 10,4 с Девушки не более 10,9	Юноши не более 8,05 с Девушки не более 8,29 с	Юноши не менее 18 раз Девушки не менее 9 раз	Юноши не менее +5 см Девушки не менее +6 см	Юноши не более 8,7 с Девушки не более 9,1 с	Юноши не менее 160 см Девушки не менее 145 см	Юноши не менее 4 раз	Девушки не менее 11 раз	Юноши не более 19,0 с Девушки не более 25,0 с	Юноши не более 25,0 с Девушки не более 28,0 с	Юноши не более 21,0 с Девушки не более 26,0 с
2.	Арасланов Дмитрий Ренатович	25.07.2012	10,2	8,0	25	6	8,5	182	7		18,2	24,5	20,1
3.	Ахмеджусупов Джамал Шамильевич	06.07.2012	10,0	8,0	22	6	8,4	177	6		18,4	24,6	20,3
4.	Гусейнов Мурат Мухтарович	12.01.2012	10,3	7,7	20	6	8,5	180	6		18,7	24,3	20,2
5.	Князькин Владислав Андреевич	25.08.2012	10,1	8,0	22	6	8,3	191	7		18,5	24,2	20,3
6.	Куджаев Вагиф Артикович	19.09.2012	10,4	7,7	25	6	8,2	188	7		18,7	24,6	20,4



7.	Кузнецов Борис Андреевич	07.0 3.20 12	10,3		8,0		20		6		8,6		170		5			18,9		24,8		20,7	
8.	Мазанкин Егор Сергеевич	20.0 2.20 11	10,2		7,9		25		6		8,5		182		7			18,2		24,5		20,1	
9.	Никаев Халид Русланович	10.0 7.20 11	10,0		8,0		22		6		8,4		177		6			18,4		24,6		20,3	
10.	Солиев Гурфон Гениевич	07.0 9.20 12	10,3		7,7		20		6		8,5		180		6			18,7		24,3		20,2	
11.	Фаваризов Алиаскар Эльмарович	19.0 5.20 12	10,1		8,0		22		6		8,3		191		7			18,5		24,2		20,3	
12.	Шайхутдинова Альбина Данировна	02.0 3.20 08	10,4		7,7		25		6		8,2		188		7			18,7		24,6		20,4	

Освоили программу _____
Тренер-преподаватель Самсонов
Начальник отдела _____
Дата « 18 » 08 2025 г.

переведены на следующий этап

12

*Исходный материал
Мельникова А.Б.*

СРБ



Нормативы общей физической и специальной физической подготовки по виду спорта «самбо» для спортивной дисциплины «весовая категория»

Учебно-тренировочный этап на 2024-2025 г. « » года обучения (юноши, девушки)

2025г

№	ФИО	год рождения	Бег 60 м	Бег на 1500 м	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	Челночный бег 3х10 м.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	Подтягивание из виса на высокой перекладине	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	Забегания на «борцовском мосту» (5 раз-влево и 5 раз-вправо)	10 переворотов из упора головой в ковер на «борцовский мост» и обратно	10 бросков партнера (через беду, передний подножкой, подхватом, через спину)
1.	Аббасов Давид Фариз оглы	02.09.2010	Юноши не более 10,4 с Девушки не более 10,9	Юноши не более 8,05 с Девушки не более 8,29 с	Юноши не менее 18 раз Девушки не менее 9 раз	Юноши не менее +5 см Девушки не менее +6 см	Юноши не более 8,7 с Девушки не более 9,1 с	Юноши не менее 160 см Девушки не менее 145 см	Юноши не менее 4 раз	Девушки не менее 11 раз	Юноши не более 19,0 с Девушки не более 25,0 с	Юноши не более 25,0 с Девушки не более 28,0 с	Юноши не более 21,0 с Девушки не более 26,0 с
2.	Алиев Мухаммад-Али Бакирович	27.07.2011	10,2	7,9	25	6	8,5	182	7		18,2	24,5	20,1
3.	Билалов Айнуур Финарисович	14.11.2011	10,0	8,0	22	6	8,4	177	6		18,4	24,6	20,3
4.	Гюльметов Руслан Низамович	20.06.2011	10,3	7,7	20	6	8,5	180	6		18,7	24,3	20,2
5.	Дорошенко Никита Евгеньевич	16.06.2012	10,1	8,0	22	6	8,3	191	7		18,5	24,2	20,3
6.	Иванченко Николай Григорьевич	12.01.2008	10,4	7,7	25	6	8,2	188	7		18,7	24,6	20,4

Секретарь: [подпись]
[подпись]
[подпись]

М.П. [подпись]

7.	Кленов Савелий Евгеньевич	09.0 7.20	10,3	8,0	20	6	8,6	170	5		18,9	24,8	20,7	
8.	Макаров Матвей Александрович	08 09.0 7.20	10,2	7,9	25	6	8,5	182	7		18,2	24,5	20,1	
9.	Николаев Данил Денисович	13.0 7.20	10,0	8,0	22	6	8,4	177	6		18,4	24,6	20,3	
10.	Шегинин Тимур Александрович	19.0 4.20	10,3	7,7	20	6	8,5	180	6		18,7	24,3	20,2	
11.	Эльдаров Амин Ибрагимович	25.0 6.20	10,1	8,0	22	6	8,3	191	7		18,5	24,2	20,3	
12.	Япаров Руслан Ильдарович	23.1 1.20	10,4	7,7	25	6	8,2	188	7		18,7	24,6	20,4	

Освоили программу 12 переведены на следующий этап 12
Тренер-преподаватель Самсонов
Начальник отдела _____
Дата « 08 » 08 2005 г.



Нормативы общей физической, специальной физической подготовки для спортивной дисциплины

<<Демонстрационное самбо>>

Юноши

на 2023-2024 г. «23»_мая_2024г

№	ФИО	год рождения	Бег 30 м	Бег на 1000 м	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	Челночный бег 3х10 м	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами
1.	Абдукадыров Абдумалик Мухаммадович	24.10.2012	6,8	7,06	2	10,2	115
2.	Абдукаримов Абубакр Абдумажидович	27.07.2012	6,8	7,06	2	10,2	115
3.	Абдуллин Артем Анасович	23.06.2011	6,8	7,06	2	10,2	115
4.	Абдуллин Данил Анасович	21.04.2013	6,8	7,06	2	10,2	115
5.	Абдуллоев Гупмхаммад Бойма хматович	09.01.2014	6,8	7,06	2	10,2	115
6.	Абдуразак Давид Мевланович	18.12.2013	6,8	7,06	2	10,2	115
7.	Абдуразак Мухаммад Икрамович	05.06.2015	6,8	7,06	2	10,2	115
8.	Атагельдиев Шайлообек Кубатович	29.12.2009	6,8	7,06	2	10,2	115
9.	Ашурбеков Камал Магомедович	28.09.2011	6,8	7,06	2	10,2	115
10.	Волокитин Александр Сергеевич	18.10.2013	6,8	7,06	2	10,2	115
11.	Граб Матвей Андреевич	02.04.201	6,8	7,06	2	10,2	115

Исполнитель: *Мамедов*
 Подпись: *Мамедов*
 Печать: КОМПЕТЕНТНЫЙ ЦЕНТР ПО СПОРТИВНЫМ ДИСЦИПЛИНАМ

Нормативы общей физической (специальной физической подготовки по ссуз), иные спортивные нормативы

Спортивный оздоровительный этап (мальчики)

на 2023-2024 г. «23»_мая_2024г.

№	ФИО	год рождения	Бег 30 м	Бег на 1000 м	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	Челночный бег 3х10 м	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу
1.	Алиев Мирсултан Шахин Оглы	18.04.2014	6.1	6.05	+4	9.5	150	12
2.	Атагельдиев Нурканат Кубатович	03.04.2011	6.1	6.05	+4	9.5	150	12
3.	Байрамов Умар Амарович	20.10.2014	6.1	6.05	+4	9.5	150	12
4.	Бочков Артем Валерьевич	24.03.2016	6.1	6.05	+4	9.5	150	12
5.	Бунаков Арсентий Геннадьевич	23.05.2015	6.1	6.05	+4	9.5	150	12
6.	Бураков Матвей Сергеевич	18.04.2015	6.1	6.05	+4	9.5	150	12
7.	Варламов Михаил Александрович	20.03.2014	6.1	6.05	+4	9.5	150	12
8.	Репибеков Камит Майорович	02.04.2016	6.1	6.05	+4	9.5	150	12
9.	Дремин Артем Евгеньевич	16.01.2015	7.2	7.05	0	11.2	125	7
10.	Железняк Тимофей Геннадьевич	28.01.2015	6.1	6.05	+4	9.5	150	12
11.	Зиннатуллин Аяз Пенарович	07.12.2016	6.1	6.05	+4	9.5	150	12
12.	Индюков Николай Иванович	26.05.2014	6.1	6.05	+4	9.5	150	12
13.	Курбанов Ильяс Далгатович	28.12.2016	8.5	8.05	0	12.1	116	3

Мирсултан Алиев
Мирсултан Алиев
А.В. Мирсултанов
КОПИЯ ВЕРНА

Нормативы общей физической (специальной физической подготовки по сау), иные спортивные нормативы

этап начальной подготовки Первого года обучения (мальчики)

на 2023-2024 г. «23»_мая_2024г.

№	ФИО	год рождения	Бег 30 м	Бег на 1000 м	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня)	Челночный бег 3х10 м	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Подтягивание из виса на высокой перекладине
1.	Алиев Мухаммад-Али Бакирович	27.07.2011	6.1	6.05	+4	9.5	150	12	3
2.	Аношко Владислав Игоревич	30.07.2013	6.1	6.05	+4	9.5	150	12	3
3.	Балхонов Максим Гошкарлович	05.01.2013	6.1	6.05	+4	9.5	150	12	3
4.	Бигалов Айнуур Финарисович	14.11.2011	6.1	6.05	+4	9.5	150	12	3
5.	Валеев Максим Дмитриевич	09.01.2013	6.1	6.05	+4	9.5	150	12	3
6.	Валиев Хушбахт Темуржонович	12.10.2008	6.1	6.05	+4	9.5	150	12	3
7.	Гюльметов Руслан Низамович	20.06.2011	6.1	6.05	+4	9.5	150	12	3
8.	Джурраев Бақтовар Диловарович	06.10.2010	6.1	6.05	+4	9.5	150	12	3
9.	Джурраев Бехзод Диловарович	22.09.2012	7.2	7.05	0	11.2	125	7	0
10.	Дзюба Евгений Владимирович	04.08.2012	6.1	6.05	+4	9.5	150	12	3
11.	Дорошенко Никита Евгеньевич	16.06.2012	6.1	6.05	+4	9.5	150	12	3
12.	Жеретеля Данил Александрович	24.07.2013	6.1	6.05	+4	9.5	150	12	3
13.	Ковалев Роман Дмитриевич	11.09.2013	8.5	8.05	0	12.1	116	3	0
14.	Ковальский Давид Юрьевич	13.01.2013	6.1	6.05	+4	9.5	150	12	3
15.	Кодиров Салмон Сайбжонович	19.09.2012	6.1	6.05	+4	9.5	150	12	3
16.	Курбанов Иса Даллагатович	19.03.2012	6.1	6.05	+4	9.5	150	12	3
17.	Куренков Игнат Антонович	12.06.2012	6.1	6.05	+4	9.5	150	12	3
18.	Мусакаев Ислам Адилевич	20.06.2012	6.1	6.05	+4	9.5	150	12	3
19.	Никулин Сергей Александрович	09.08.2012	6.1	6.05	+4	9.5	150	12	3
20.	Пилипин Владимир Валдимирович	14.06.2013	6.1	6.05	+4	9.5	150	12	3
21.	Сенюк Даниил Андреевич	24.02.2013	6.1	6.05	+4	9.5	150	12	3
22.	Филатов Виктор Алексеевич	13.07.2012	6.1	6.05	+4	9.5	150	12	3
23.	Хайбрахманов Артур Русланович	30.08.2013	6.1	6.05	+4	9.5	150	12	3

КОПИЯ

3

3

3

3

3

3

3

3

3

3

3

3

3

3

3

3

3

Нормативы общей физической, специальной физической подготовки для спортивной дисциплины

<<Демонстрационное самбо>>

Юноши

на 2023-2024 г. «23»_мая_2024г

№	ФИО	год рождения	Бег 30 м	Бег на 1000 м	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	Челночный бег 3х10 м.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.
1.	Абузяров Руслан Расимович	07.02.2014	6,8	7,06	2	10,2	115
2.	Аркашев Владимирovich	04.06.2013	6,8	7,06	2	10,2	115
3.	Артемов Леонид Алексеевич	10.04.2012	6,8	7,06	2	10,2	115
4.	Багаутдинов Шамильевич	11.11.2012	6,8	7,06	2	10,2	115
5.	Богатырев Денисович	20.03.2015	6,8	7,06	2	10,2	115
6.	Богодухов Аркадьевич	22.06.2015	6,8	7,06	2	10,2	115
7.	Бурцев Александр Викторович	22.12.2015	6,8	7,06	2	10,2	115
8.	Гизатуллин Дияз Динарович	13.09.2014	6,8	7,06	2	10,2	115
9.	Дымов Александр Алексеевич	05.07.2013	6,8	7,06	2	10,2	115
10.	Евдокимова Дарья Алексеевна	07.12.2015	6,8	7,06	2	10,2	115

Министр - министр
Министр - министр
Министр - министр



11.	Жожоев Амир Суйунбекович	16.03.201 3	6,8	7,06	2	10,2	115
12.	Карабеков Таиб Маратович	29.05.201 4	6,8	7,06	2	10,2	115
13.	Копиров Эмран Саиджанович	16.11.201 5	6,8	7,06	2	10,2	115
14.	Кувалдин Владимирovich	21.11.201 3	6,8	7,06	2	10,2	115
15.	Кузьмин Елисей Сергеевич	09.09.201 4	6,8	7,06	2	10,2	115
16.	Маршинин Семен Иванович	07.06.201 4	6,8	7,06	2	10,2	115
17.	Миразанов Дадер Дилшодович	16.01.201 5	6,8	7,06	2	10,2	115
18.	Пономарев Глеб Алексеевич	30.03.201 3	6,8	7,06	2	10,2	115
19.	Розиков Искандар Г уфонович	16.07.201 4	6,8	7,06	2	10,2	115
20.	Салманов Саид Элмарович	02.12.201 5	6,8	7,06	2	10,2	115
21.	Солпиев Мухаммад Дилшодович	16.05.201 5	6,8	7,06	2	10,2	115
22.	Фаваризов Халид Эльмарович	01.02.201 5	6,8	7,06	2	10,2	115
23.	Ягодин Сергей Викторович	18.06.201 2	6,8	7,06	2	10,2	115

Освоили программу _____
Тренер-преподаватель: Тагиров Рамзан Якубович
Начальник отдела _____
Дата « _____ » 2024г.

переведены на следующий этап

Инструктор - мастер
Кавдо, Жумабеков
сигор, др. Мелишова



Нормативы общей физической, специальной физической подготовки по сан, иные спортивные нормативы

этап начальной подготовки Третьего года обучения (мальчики)

на 2023-2024 г. «23»_мая_2024г.

№	ФИО	год рождения	Бег 30 м	Бег на 1500 м	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	Челночный бег 3х10 м	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Подтягивание из виса на высокой перекладине
1.	Аббасов Давид Фариз Оглы	02.09.2010	5.5	8.10	+5	8.9	160	15	5
2.	Гасымов Ильгарович Исмаил	25.02.2010	5.5	8.10	+5	8.9	160	15	5
3.	Джафаров Ровшан Рафиг оглы	02.04.2007	5.5	8.10	+5	8.9	160	15	5
4.	Джафаров Улфат Талат оглы	12.04.2006	5.5	8.10	+5	8.9	160	15	5
5.	Ермагамбетов Нурсултан Русланович	13.10.2010	5.5	8.10	+5	8.9	160	15	5
6.	Иванченко Николай Григорьевич	12.01.2008	7.1	9.55	0	9.9	100	5	0
7.	Кадыров Амир Русланович	07.05.2011	5.5	8.10	+5	8.9	160	15	5
8.	Куленов Саясатий Евгеньевич	09.07.2008	5.5	8.10	+5	8.9	160	15	5
9.	Курабеков Алихан Арифович	09.02.2010	5.5	8.10	+5	8.9	160	15	5
10.	Макаров Матвей Александрович	09.07.2009	5.5	8.10	+5	8.9	160	15	5
11.	Солиев Дигвар Дилшодович	23.04.2006	5.5	8.10	+5	8.9	160	15	5
12.	Шетинин Тимур Александрович	20.04.2010	7.1	9.55	0	9.9	100	5	0
13.	Элгдаров Амин Ибрагимович	19.04.2010	5.5	8.10	+5	8.9	160	15	5

Министр спорта Республики Татарстан
Министр образования Республики Татарстан
Министр культуры Республики Татарстан
Министр здравоохранения Республики Татарстан
Министр труда и социального развития Республики Татарстан
Министр финансов Республики Татарстан
Министр юстиции Республики Татарстан
Министр строительства, архитектуры и жилищно-коммунального хозяйства Республики Татарстан
Министр экологии, природопользования и лесного хозяйства Республики Татарстан
Министр информации Республики Татарстан
Министр культуры Республики Татарстан
Министр спорта Республики Татарстан
Министр труда и социального развития Республики Татарстан
Министр финансов Республики Татарстан
Министр юстиции Республики Татарстан
Министр строительства, архитектуры и жилищно-коммунального хозяйства Республики Татарстан
Министр экологии, природопользования и лесного хозяйства Республики Татарстан
Министр информации Республики Татарстан

КОПИ ВЕРНА

14.	Япаров Руслан Ильдарович	25.06.2006	5.5	(	+5	8.9	160	15	(
-----	--------------------------	------------	-----	---	----	-----	-----	----	---

Освоили программу

Тренер-преподаватель: Тагиров Рамзан Якубович

Начальник отдела

Дата « » 2024г.

переведены на следующий этап

14



*Инструктор-педагог
Медведев
С.В. Ильяш*

КОПИЯ ВРНА

Нормативы общей физической () специальной физической подготовки по са () , иные спортивные нормативы

Учебно-тренировочный этап Третьего года обучения (девушки)

на 2023-2024 г. «23» мая 2024г

№	ФИО	год рождения	Бег 60 м	Бег на 1500 м	Стибан ие и разгиба ние рук в упоре лежа на полу	Наклон вперед из положени я стоя на гимнасти ческой скамье (от уровня скамьи)	Челночн ый бег 3х10 м.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	Подтягиван ие из виса лежа на низкой перекладин е 90 см
1.	Панова Марина Олеговна	23.04.2006	10.1	8.05	15	+8	8.5	160	15

Освоили программу / переведены на следующий этап /
Тренер-преподаватель: Тагиров Рамзан Якубович
Начальник отдела
Дата « » 2024г.

*Инструктор-методист
Маслов - Якубович Р. А.
Д.В. Мельников*



КОПИЯ ВЕРНА

Нормативы общей физической, специальной физической подготовки по самю, иные спортивные нормативы

Учебно-тренировочный этап Второго года обучения (юноши)

на 2023-2024 г. «23»_мая_2024г

№	ФИО	год рождения	Бег 60 м	Бег на 1500 м	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	Челночный бег 3х10 м.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	Подтягивание из виса на высокой перекладине
1.	Абдуллин Адэль Анасович	16.10.2007	10.1	8.00	20	+8	8.5	170	7
2.	Алиев Азиф Афлатунович	05.02.2006	10.1	8.00	20	+8	8.5	170	7
3.	Арсламбеков Исмаил Иссаевич	15.01.2009	11.1	10.10	6	0	10.1	120	1
4.	Гусейнов Магомед Мухтарович	27.09.2008	10.1	8.00	20	+8	8.5	170	7
5.	Гюлметов Велимет Мурадович	26.05.2010	10.1	8.00	20	+8	8.5	170	7
6.	Жовтиханов Ислам Салманович	18.03.2008	10.1	8.00	20	+8	8.5	170	7
7.	Зайцев Кирилл Владимирович	13.09.2009	10.1	8.00	20	+8	8.5	170	7
8.	Курбанисмаилов Умар Рахимджоннович	14.04.2009	11.1	10.10	6	0	10.1	120	1
9.	Лихой Владислав Русланович	11.03.2007	10.1	8.00	20	+8	8.5	170	7
10.	Николаев Данил Денисович	13.07.2010	10.1	8.00	20	+8	8.5	170	
11.	Радажабов Галим Сеидираев	01.06.2010	10.1	8.00	20	+8	8.5	170	
12.	Шитиков Роман Сергеевич	08.02.2007	10.1	8.00	20	+8	8.5	170	7

Информация о результатах
директор школы
и.о. директора школы



Нормативы общей физической (специальной физической подготовки по са), и иные спортивные нормативы

этап начальной подготовки Второго года обучения (мальчики)

на 2023-2024 г. «23»_мая_2024г.

№	ФИО	год рождения	Бег 30 м	Бег на 1500 м	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня)	Челночный бег 3х10 м	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	Сгибание и развитие рук в упоре лежа на полу	Подтягивание из виса на высокой перекладине
1.	Азизов Малик Хуршедович	06.06.2012	5.6	8.15	+5	8.9	160	15	4
2.	Арасланов Дмитрий Ренатович	25.07.2012	5.6	8.15	+5	8.9	160	15	4
3.	Ахмедосупов Джамал Шамильевич	06.07.2012	5.6	8.15	+5	8.9	160	15	4
4.	Бахадиров Шавкатбек Шухратулли	13.06.2011	5.6	8.15	+5	8.9	160	15	4
5.	Князькин Владислав Андреевич	25.08.2012	7.8	9.39	0	9.5	100	5	0
6.	Куджаев Вагиф Артурович	19.09.2012	5.6	8.15	+5	8.9	160	15	4
7.	Кузнецов Борис Андрианович	07.03.2012	5.6	8.15	+5	8.9	160	15	4
8.	Мазаникин Егор Сергеевич	20.02.2011	5.6	8.15	+5	8.9	160	15	4
9.	Никаев Халил Русланович	10.07.2011	8.2	9.33	0	9.9	124	5	0
10.	Пирматов Алишер Абдурашидбекович	10.04.2012	5.6	8.15	+5	8.9	160	15	4
11.	Сивирин Александр Юрьевич	17.09.2012	5.6	8.15	+5	8.9	160	15	4
12.	Солнцев Гуфрон Ениевич	07.09.2012	5.6	8.15	+5	8.9	160	15	4
13.	Султангареев Амир Маратович	05.03.2012	5.6	8.15	+5	8.9	160	15	4

Инструктор - Мамедов
Мамедов Д.Р. и другие



14. Фаваризов Алиаскар Эльмарович	19.05.12	5.6	8.15	+5	8.9	160	15	4
15. Шахметов Арслан Ильнурович	07.06.2012	5.6	8.15	+5	8.9	160	15	4
16. Шинкарев Савва Дмитриевич	24.05.2012	5.6	8.15	+5	8.9	160	15	4
17. Юлдашев Амир Анварович	22.03.2012	5.6	8.15	+5	8.9	160	15	4

Освоили программу 1/3 переведены на следующий этап 1/4

Тренер-преподаватель: Тагиров Рамзан Якубович

Начальник отдела

Дата « » 2024г.

Инструктор-штурман
Медведь И.В. и другие

А.В. Мещеряков



Нормативы общей физической (), специальной физической подготовки по са (), иные спортивные нормативы

Учебно-тренировочный этап Второго года обучения (девушки)

на 2023-2024 г. «23»_мая_2024г

№	ФИО	год рождения	Бег 60 м	Бег на 1500 м	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	Челночный бег 3х10 м.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см
1.	Шайхутдинова Альбина Данировна	02.03.2008	10.1	8.05	15	+8	8.5	160	15

Освоили программу 1 / переведены на следующий этап 1 /

Тренер-преподаватель: Тагиров Рамзан Якубович

Начальник отдела
Дата « » 2024г.

Инструктор - Шихов
Мухомов
"Стор" - Якубович



НН-1

Нормативы общей физической, специальной физической подготовки, иные спортивные нормативы для зачисления в группы на

эстапе начальной подготовки (мальчики)

весаваа категория 47 кг, весаваа категория 51 кг, весаваа категория 55 кг, весаваа категория 55+ кг, весаваа категория 60 кг, весаваа категория 65 кг, весаваа категория 65+ кг

на 2021-2022 г. « 4 » 06 2022г.

№	ФИО	Год рождения	Вег 60 и (не более 12 с)	Вег 500 м (не более 2 мин 25 с)	Подтягивание на перекладине (не менее 1 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 4 раз)	Подъем туловища, лежа на спине за 13 с (не менее 10 раз)	Прыжок в длину с места (не менее 130 см)
1.	Аббасов Д. Р.	02.08.10	12	2,20	5	20	11	150
2.	Абдуллин А. А.	23.06.11	12	2,19	6	13	10	152
3.	Абдуллин А. К.	21.11.09	12	2,21	4	19	10	164
4.	Абдуллин Д. Р.	24.11.09	11,8	2,10	10	15	10	161
5.	Абдуллин С. Н.	18.09.09	11,2	2,15	11	14	10	152
6.	Абдуллин К. К.	25.02.10	11,8	2,11	15	15	12	163
7.	Абдуллин В. К.	26.05.10	11,00	2,09	14	14	12	131
8.	Абдуллин Д. К.	13.10.10	11,1	2,11	14	5	10	151
9.	Абдуллин К. К.	22.05.09	11	2	11	10	10	181
10.	Абдуллин А. А.	09.02.10	11,2	2,03	10	10	10	155
11.	Абдуллин Д. К.	29.04.10	11,8	2,05	11	12	11	162
12.	Абдуллин Д. Д.	13.04.10	11,9	2,10	10	13	11	150
13.	Абдуллин А. К.	04.05.09	11	2	10	15	12	182
14.	Абдуллин Д. Д.	20.04.10	11,8	2,15	10	10	10	161
15.	Абдуллин К. К.	01.12.10	12	2,20	9	10	10	150
16.	Абдуллин А. К.	25.06.09	11	2,01	6	10	10	145

Сдали

16

Не сдали

0

Тренер

Ташаев Р. Р.

Министр-депутат Народного собрания Республики Татарстан
г. Казань, 2022 г.

КОПИЯ ВЛ



Нормативы общей физической, специальной физической подготовки, иные спортивные нормативы для зачисления в группы на
В ГРУППЫ НА ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ (юноши)

Весовая категория 34 кг, весовая категория 35 кг, весовая категория 37 кг, весовая категория 38 кг, весовая категория 40 кг, весовая категория 42 кг
 на 2021-2022 г. « 4 » 06 2022г.

№	ФИО	Год рождения	Бег 60 м (не более 10,1 с)	Бег 800 м (не более 3 мин)	Подтягивание (не менее 7 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 14 раз)	Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке (не менее 8 раз)	Приседание со штангой (весом не менее 100% собственного веса) (не менее 6 раз)	Пряжков в длину с места (не менее 160 см)
1.	Амел А. И.	26.04.04	8	2,20	10	19	10	6	180
2.	Девиль К. П.	13.09.04	9,1	2,30	9	16	9	7	171
3.	Курбатчиков Д. А.	14.04.04	8,2	2,25	10	20	10	10	175
4.	Курбанов Д. А.	30.06.04	8	2,10	10	21	9	10	169
5.									
6.									
7.									
8.									
9.									
10.									
11.									
12.									
13.									
14.									
15.									
16.									
17.									

Сдали 4

Не сдали 0

Тренер Тимур Р. Р.



T-1

Нормативы общей физической, специальной физической подготовки, иные спортивные нормативы для зачисления в группы на

в группы на тренировочном этапе (юноши)

весовая категория 43 кг, весовая категория 46 кг, весовая категория 47 кг,
весовая категория 50 кг, весовая категория 51 кг, весовая категория 54 кг

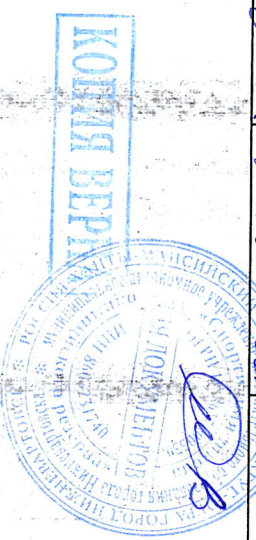
на 2021-2022 г. « 4 » 06 2022г.

№	ФИО	Год рождения	Бег 60 м (не более 9,9 с)	Бег 800 м (не более 3 мин 10 с)	Подтягивание на перекладине (не менее 7 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 14 раз)	Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастичес кой стенке (не менее 8 раз)	Приседание со штангой (весом не менее 100% собственного веса) (не менее 6 раз)	Прыжок в длину с места (не менее 160 см)
1.	Ареванов Д. И.	15.01.09	9	3	8	20	10	10	170
2.	Ахмедов И. Б.	04.04.08	9,1	2,50	9	21	10	10	185
3.	Ибрагимов И. Р.	11.03.07	8	3	8	19	9	9	165
4.	Саматов Д. И.	25.04.06	9	2,10	8	20	10	10	182
5.	Мухомов Р. С.	08.02.07	9	2,50	8	20	10	10	179
6.									
7.									
8.									
9.									
10.									
11.									
12.									
13.									
14.									
15.									
16.									

Сдали 5

Не сдали 0

Тренер Ташаров Р. Р.



1-1

Нормативы общей физической, специальной физической подготовки, иные спортивные нормативы для зачисления в группы на

в группы на тренировочном этапе (юноши)

весовая категория 55 кг, весовая категория 59 кг, весовая категория 65 кг,
весовая категория 65+ кг, весовая категория 71 кг, весовая категория 71+ кг

на 2021-2022 г. « 4 » 06 2022г.

№	ФИО	Год рождения	Бег 60 м (не более 10,3 с)	Бег 800 м (не более 3 мин 20 с)	Подтягивание на перекладине (не менее 7 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 14 раз)	Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастичес кой стенке (не менее 8 раз)	Приседание со штангой (весом не менее 100% собственного веса) (не менее 6 раз)	Прыжок в длину с места (не менее 160 см)
1.	Ахмед А. А.	05.02.02	9	2,50	11	15	10	10	181
2.	Джамалов М. Р.	01.01.02	9	2,60	11	15	10	10	149
3.	Калимуллин Д. А.	20.04.09	11	3	8	15	4	6	169
4.									
5.									
6.									
7.									
8.									
9.									
10.									
11.									
12.									
13.									
14.									
15.									
16.									

Специальный тренер - тренер
по легкой атлетике
"СМОР" Д.В. Кузнецов

Сдали 3

Не сдали 0

Тренер Ташмухамбетов Р. Р.

