

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ АТТЕСТАЦИИ НА
ЭТАПЕ ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной подготовки,
утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 100 м.		Бег на 3000 м ЮНОШИ		Бег на 2000 м ДЕВУШКИ		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИ		Подтягивание на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Наклон вперед из положения стоя на гимнастическо й скамье (от уровня скамьи)		Челночный бег 3x10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кросс на 5 км (бег по пересеченной местности) ЮНОШИ		Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности) ДЕВУШКИ		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл			
1	Арсентьев Даниил Александрович	12,0	3	11.48	3	45	2	22	3	+14	2	5,8	3	264	3	57	3	23.10	2	24						
2	Дрынов Иван Дмитриевич	12,1	3	12.04	2	45	2	20	3	+15	3	6,0	3	257	3	55	3	23.12	2	24						
3	Тихонов Ярослав Олегович	12,6	2	11.53	3	48	3	24	3	+14	2	5,7	3	252	3	55	3	22.52	3	25						
4	Хлыстун Софья Игоревна	14,1	3	8.50	3	27	2	29	3	+19	3	6,8	3	203	2	52	3	23.05	2	24						
5																										
6																										
7																										

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ВСМ

Дата

21.11.2025

Тренер

Подпись




**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ АТТЕСТАЦИИ НА
ЭТАПЕ ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной подготовки,
утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30x8 м с высокого старта		Удары «долю чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Арсентьев Даниил Александрович	45с.	3	34	3	305
2	Дрынов Иван Дмитриевич	53с.	2	29	3	295
3	Тихонов Ярослав Олегович	49с.	3	30	3	315
4	Хлыстун Софья Игоревна	58с.	3	27	3	305
5						
6						
7						

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ВСМ

Дата

21.11.2025

Тренер

Подпись



**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 60 м.		Бег на 2000 м		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		вперед из положения стоя на гимнастичес- кой скамье (от уровня скамьи)		Челночный бег 3x10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИ на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Заварюхина Полина Сергеевна	9,5	3	921	2	20	3	+20	3	7,1	3	188	3	22	3	48	3	23
2	Козырев Дмитрий Романович	7,1	3	726	3	40	3	+13	3	6,9	3	204	3	16	2	54	3	23
3	Пушкин Кирилл Владиславович	7,6	2	730	3	41	3	+14	3	6,7	3	219	3	18	3	52	3	23
4																		
5																		
6																		
7																		
8																		

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ССМ

Дата

21.11.2025

Тренер-преподаватель

Подпись



**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30х8 м с высокого старта		Удари «долю чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Заварюхина Полина Сергеевна	52с	3	25	3	295
2	Козырев Дмитрий Романович	44с	3	30	3	295
3	Пушкин Кирилл Владиславович	49с	3	28	3	295
4						
5						
6						
7						
8						

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ССМ

Дата

21.11.2025

Тренер-преподаватель

Подпись



**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЭТАПАХ**

АТТЕСТАЦИИ

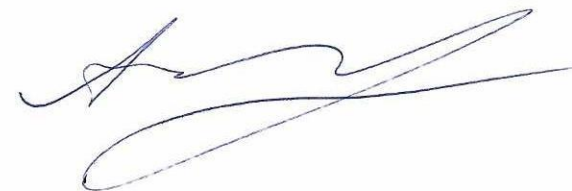
**(ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной подготовки,
утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	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 3x10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИ на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Адамов Ярослав Евгеньевич	9,8	2	7,44	2	30	3	12	3	8,36	2	143	3	10	3	50	3	21
2	Адыгезалов Семур Сардарович	9,4	3	7,24	3	45	3	8	3	7,84	3	204	3	15	3	54	3	24
3	Белик Мария Юрьевна	10,9	1	8,31	0	6	0	16	3	9,07	1	151	1	8	0	32	1	13
4	Дерендяев Георгий Александрович	9,7	2	7,44	2	35	3	12	3	8,28	2	206	3	15	3	53	3	21
5	Егоров Артем Игоревич	9,84	2	8,03	1	40	3	9	3	8,61	2	2,01	3	12	3	49	3	20
6	Замковая Мария Александровна	10,71	1	8,27	1	15	2	11	3	8,84	1	161	2	12	1	38	3	14
7	Козырькова Алла Олеговна	10,48	2	8,16	1	15	2	11	3	8,71	2	188	3	20	3	41	3	19
8	Колганова Вероника Андреевна	10,79	1	8,19	1	10	1	15	3	8,83	1	1,79	2	12	1	37	3	13
9	Костина Марта Александровна	9,93	3	8,03	2	20	3	13	3	8,46	3	1,98	3	20	3	40	3	23
10	Полякова Вероника Романовна	10,86	1	8,26	1	8	0	15	3	8,91	1	1,67	3	12	1	36	3	13
11	Угрюмова Дарья Александровна	10,6	1	8,38	0	15	2	16	3	8,86	1	1,79	3	16	3	37	3	16

Отделение ТХЭКВОНДО
Группа УТ(СС)
Дата _____

Тренер-преподаватель

Акимов И.В.



НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ

АТТЕСТАЦИИ

НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЭТАПАХ (ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в

соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30x8 м с высокого старта		Удары «долно чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		результ ат	Балл	результ ат	Балл	
1	Адамов Ярослав Евгеньевич	1,08 м.	2	27	3	5
2	Адыгезалов Семур Сардарович	58,3 сек.	3	25	3	6
3	Белик Мария Юрьевна	1,37 м.	0	15	0	0
4	Дерендяев Георгий Александрович	1,04	2	26	3	5
5	Егоров Артем Игоревич	1,15	1	22	2	3
6	Замковая Мария Александровна	1,33	1	21	2	3
7	Козырькова Алла Олеговна	1,16	2	23	3	5
8	Колганова Вероника Андреевна	1,18	2	21	2	4
9	Костина Марта Александровна	1,09	2	24	3	5
10	Полякова Вероника Романовна	1,17	2	21	2	4
11	Угрюмова Дарья Александровна	1,11	2	22	3	5

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

УТ(СС)

Дата

21.11.2025



**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС
спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 30 м.		Бег на 1000 м		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня		Челночный бег 3x10 м.		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Кол-во баллов
		Резу- льтат	Балл	Резу- льтат	Балл	Резу- льтат	Балл	Резу- льтат	Балл	Резу- льтат	Балл	Резу- льтат	Балл	
1	Батюхин Тимофей Борисович	6	1	5,5	1	10	2	6	2	9,6	1	142	1	8
2	Ефимов Егор Алексеевич	6	1	5,15	1	30	2	8	2	9,3	1	167	2	9
3	Зинченко Анна Вячеславона	6,2	1	6,3	1	10	2	7	2	9,5	1	156	2	9
4	Волков Павел	5,9	1	5,8	0	15	2	2	0	9,3	1	149	1	7
5														
6														
7														
8														
9														

Отделение

ТХЭКВОНДО (ВТФ)

Группа

Сос

Дата

21.11.25

Тренер-
преподаватель

А.А. Акимова М.В.

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством
спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/ п	Фамилия, имя	Бег 30 м.		Бег на 1000 м		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		Наклон вперед из положения стоя на гимнастическо й скамье (от уровня		Челночный бег 3x10 м.		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Авдеев Иван	6	1	5,5	1	34	2	8	2	9,3	1	172	2	9
2	Акилова Алиса	6,1	1	5,6	2	15	2	13	2	9,4	1	156	2	10
5	Джурмий Арина	5,8	2	5,3	2	30	2	12	2	9	2	186	2	12
6	Еремин Денис	5,9	1	5,11	2	25	2	8	2	9	2	170	2	11
7	Ефимов Виктор	6	1	5,4	1	34	2	5	2	9	2	170	2	10
9	Зинченко Александра	6,1	1	6,2	1	40	2	10	2	9,5	1	160	2	9
11	Клейман Илья	5,9	1	5,49	1	29	2	4	1	9,3	1	185	2	8
12	Ковко Никита	5,6	2	5,2	2	30	2	5	2	9	2	198	2	12
13	Курдогло Владимир	6	1	5,5	1	70	2	5	2	9,1	1	160	2	9
14	Орлов Илья	5,7	1	5,3	2	40	2	11	2	9,2	1	186	2	10
15	Рамазанова Александрина	6,1	1	5,45	2	40	2	12	2	9,4	1	152	2	10
16	Смирнов Василий	5,6	2	5,3	2	40	2	12	2	9	2	182	2	12
17	Фомичева Алиса	6,1	1	5,6	2	40	2	10	2	9,5	1	160	2	10
18	Харегов Константин	6	1	5,5	1	30	2	6	2	9,3	1	185	2	9

Отделение

ТХЭКВОНДО (ВТФ)

Группа

СОБ-1

Дата

21.11.2025

Тренер-
преподаватель

 Акилова А.В.

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной
подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/ п	Фамилия, имя	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		Челночный бег 3х10 м.		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИ на низкой		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Бойко Аркадий	10,4	1	8	1	18	1	6	2	8,2	1	161	1	4	1	37	1	9
2	Бойко Каролина	10,8	1	8,2	1	15	2	7	2	9,1	1	182	3	12	1	34	1	12
3	Боровская Мария	10,9	1	8,5	0	10	1	6	1	9,8	0	149	2	11	1	30	1	7
4	Малкиель Ева	10,3	2	7,5	3	15	2	11	3	8,7	2	182	3	16	3	40	3	21
5	Карева Варвара	10,2	2	7,8	2	15	2	8	3	8,8	2	185	3	15	2	35	2	18
6	Иванов Сергей	10,3	1	7,4	2	20	1	5	1	8,5	1	167	1	5	1	40	2	10
7	Ключихина Анна	10,8	1	8,25	1	10	1	6	1	9	1	155	2	4	1	32	1	9
8	Ключихина Арина	10,7	1	8,2	1	20	3	11	3	9	1	165	3	15	2	38	3	17
9	Ковтун Леон	10,1	1	7,8	2	20	1	7	3	8,6	1	170	2	4	1	40	2	13
10	Лукин Прохор	9,7	2	7,2	3	30	3	6	2	8	3	170	2	6	1	45	3	15
11	Мехедов Максим	10,2	1	8	1	20	1	7	3	8,7	1	162	1	1	0	32	1	9
12	Пушкин Илья	10	1	7,3	2	25	3	6	2	8,6	1	123	2	6	1	46	3	15
13	Репина Ксения	10,2	2	7,2	3	20	3	7	2	8,7	2	128	3	15	1	42	3	19
14	Сметанина Ульяна	10,8	1	8,25	1	15	2	6	1	9,6	0	165	3	11	1	35	2	11
15	Стрекалов Серафим	9,6	2	7,4	2	40	3	12	3	8,4	2	172	2	7	2	57	3	19

Отделение

ТХЭКВОНДО (ВТФ)

Группа

УТ(СС) -1

Дата

21.11.2025

Тренер-
преподаватель

 Анна М.Б.

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ
НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЭТАПАХ (ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30x8 м с высокого старта		Удары «долно чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результ ат	Балл	Результ ат	Балл	
1	Бойко Аркадий Алексеевич	1,25	1	18	1	2
2	Бойко Каролина Алексеевна	1,3	1	20	2	3
3	Боровская Мария Александровна	1,5	0	16	1	1
4	Иванов Сергей Андреевич	1,25	1	18	1	2
5	Карева Варвара Ильинична	1,1	1	22	3	4
6	Клочихина Анна Алексеевна	1,35	1	20	1	2
7	Клочихина Арина Михайловна	1,2	1	22	3	4
8	Ковтун Леон Эмилевич	1,4	0	18	1	1
9	Лукин Прохор Петрович	1,1	1	21	2	3
10	Малкиель Ева Юрьевна	1,1	1	24	3	4
11	Мехедов Максим Сергеевич	1,4	0	19	1	1
12	Пушкин Илья Владиславович	1,3	1	23	2	3
13	Репина Ксения Евгеньевна	1,3	1	22	3	4
14	Сметанина Ульяна Дмитриевна	1,6	0	18	1	1
15	Стрекалов Серафим Антонович	1,2	1	25	3	4

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

УТ(СС)-1

Дата

21.11.2025

Тренер-
преподаватель

А1 - Акилова М.В.

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ
НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЭТАПАХ**

**(ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной подготовки,
утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	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 перекладине ЮНОШИ на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Авдеева Ксения Алексеевна	10,8	1	8,26	1	20	3	10	3	9	1	185	3	11	1	38	3	16
2	Акилов Артём Михайлович	9,4	3	7	3	30	3	5	1	8	3	198	3	4	1	50	3	20
3	Антонова Маргарита Сергеевна	10,4	2	7,1	3	25	3	9	3	8,8	2	160	2	11	1	55	3	19
4	Батюхин Александр Борисович	9,9	2	7,9	1	30	3	6	2	8,5	1	180	3	4	1	52	3	16
5	Бровченко Ярослав Андреевич	10,3	1	8	1	30	3	5	1	8,7	1	175	2	4	1	56	3	13
6	Верховов Даниил Дмитриевич	9,8	2	6,8	3	40	3	6	2	7,9	3	201	3	7	2	55	3	21
7	Истамбулова Дана Камильевна	10,9	1	8,27	1	25	3	7	2	8,6	1	178	3	14	2	45	3	16
8	Кадуров Кирилл Борисович	9,5	3	6,4	3	40	3	5	1	7,9	3	220	3	10	3	60	3	22
9	Павлова Юлиана Юрьевна	10,9	1	8,28	1	10	1	6	1	9,8	0	175	3	6	0	35	2	9
10	Пешкова Валерия Александровна	10,7	1	8,2	1	10	1	6	1	9,9	1	161	2	15	2	35	2	8
11	Селиванов Андрей Алексеевич	9,7	2	7,13	3	25	3	5	1	8,3	2	196	3	5	1	50	3	18
12	Смирнов Максим Алексеевич	9,4	3	7	3	20	3	5	1	8,4	2	208	3	6	1	51	3	19
13	Тавастьерна Роберт Олегович	11	0	10,2	0	18	1	5	1	9,6	0	170	2	1	0	36	1	5
14	Тихомиров Артём Алексеевич	9,5	3	7,04	3	30	3	7	3	8,5	1	180	3	6	1	55	3	20
15	Фетищенко Роман Денисович	9,4	3	6,48	3	30	3	7	3	8,1	3	201	3	8	2	60	3	23

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

УТ(СС)-2

Дата

21.11.2025

Тренер-преподаватель

Акилова М.В.

НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЭТАПАХ (ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30х8 м с высокого старта		Удары «долю чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Авдеева Ксения Алексеевна	1,35	1	22	3	4
2	Акилов Артём Михайлович	1,1	2	18	1	3
3	Антонова Маргарита Сергеевна	1,3	1	22	3	4
4	Батюхин Александр Борисович	1,25	1	21	2	3
5	Бровченко Ярослав Андреевич	1,25	1	20	1	2
6	Верховов Даниил Дмитриевич	1,1	1	20	1	2
7	Истамбулова Дана Камилъевна	1,3	1	21	2	3
8	Кадунов Кирилл Борисович	1,1	2	18	1	3
9	Павлова Юлия Юрьевна	1,4	0	16	1	1
10	Пешкова Валерия Александровна	1,35	1	18	1	2
11	Селиванов Андрей Алексеевич	1,25	1	20	1	2
12	Смирнов Максим Алексеевич	1,1	2	21	1	3
13	Тавастшерн Роберт Олегович	1,5	0	18	1	1
14	Тихомиров Артём Алексеевич	1,1	2	22	2	4
15	Фегищенко Роман Денисович	1,2	1	22	2	3

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

УТ(СС)-2

Дата

21.11.2025

Тренер-
преподаватель

А.А. - Акилова М.В.

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ,
НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЭТАПАХ**

**(ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной подготовки,
утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	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 3x10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИ на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Алиев Даниэль Мурадович	9,8	2	6,1	3	30	3	4	0	7,9	3	210	3	10	2	58	3	18
2	Белоус Елизавета Сергеевна	10,8	1	7,2	3	20	3	8	3	8,8	2	190	3	11	1	40	3	12
3	Дерябина Кристина Ильинична	10,4	2	7,8	2	30	3	12	3	8,2	2	201	3	12	1	45	3	17
4	Ключикина Камилла Михайловна	10,3	2	7,82	2	30	3	12	3	8,5	3	182	3	14	2	40	3	19
5	Мартиросян Тигран Ромикович	9,5	3	6,9	3	40	3	7	3	8,2	3	190	3	7	2	42	3	21
6	Петрашова Диана Сергеевна	10,8	1	7,2	3	20	3	8	3	8,4	3	204	3	11	1	35	2	17
7	Селиванов Сергей Алексеевич	9,4	3	6,8	3	30	3	8	3	8,4	2	196	3	7	1	48	3	19
8	Соловьева Арина Кирилловна	10,9	1	8,1	1	20	3	8	3	9,1	1	192	3	11	1	30	1	12
9	Черкас Артемий Сергеевич	9,9	2	7,9	1	40	3	5	1	8,2	1	195	3	10	3	50	3	15
10																		

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

УТ(СС)-4

Дата

21.11.2025

Тренер-преподаватель

А.И. Акилова М.В.

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ,
НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЭТАПАХ (ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30х8 м с высокого старта		Удары «долю чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результ ат	Балл	Результ ат	Балл	
1	Алиев Даниэль Мурадович	1,2	1	18	1	2
2	Белоус Елизавета Сергеевна	1,3	1	20	2	3
3	Дерябина Кристина Ильинична	1,2	2	22	3	5
4	Ключихина Камилла Михайловна	1,3	1	22	3	4
5	Мартirosян Тигран Роминович	1,2	1	21	2	3
6	Петрашова Диана Сергеевна	1,3	1	18	1	2
7	Селиванов Сергей Алексеевич	1,1	2	22	2	4
8	Соловьева Арина Кирилловна	1,3	1	19	2	3
9	Черкас Артемий Сергеевич	1,25	1	19	1	2
10						

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

УТ(СС)-4

Дата

21.11.2025

Тренер-
преподаватель

Акилова М.В.

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС
спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 30 м.		Бег на 1000 м		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)		Челночный бег 3x10 м.		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Богданов Илья Антонович	5,6	2	5,30	2	16	2	5	2	9,0	2	155	2	12
2	Васильев Максим Александрович	5,5	2	5,28	2	16	2	5	2	8,9	2	153	2	12
3	Кассем Каталя Аймановна	5,8	2	5,55	2	9	2	7	3	9,1	2	140	2	13
4	Кузьмин Артём Михайлович	5,2	3	5,15	2	15	2	4	1	8,8	2	155	2	12
5	Лебедева Анна Дмитриевна	6,0	1	6,0	2	9	2	6	2	9,4	1	144	2	10
6	Левченко Маргарита Павловна	6,2	1	5,59	2	8	1	6	2	9,3	1	145	2	9
7	Маргорина Вероника Романовна	5,8	2	5,5	2	9	2	7	3	9,1	2	140	2	13
8	Онищук Александр Васильевич	5,7	1	5,30	2	16	2	4	1	8,9	2	150	2	10
9	Синявская Василиса Евгеньевна	6,0	1	6,0	2	10	2	5	1	9,2	2	148	2	10
10	Федулин Савелий Константинович	5,3	2	5,45	1	15	2	5	2	9,2	1	152	2	10
11	Чернышев Виталий Иванович	5,9	1	5,46	1	14	1	5	2	9,0	2	150	2	9
12	Ямаков Дамир Эльдарович	5,6	2	5,46	1	16	2	6	3	8,8	2	154	2	12

Отделение

ТХЭКВОНДО (ВТФ)

Группа

СОБ-2

Дата

08.12.2025

Тренер-
преподаватель

Виноградова А.А.

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ АТТЕСТАЦИИ НА
ЭТАПЕ ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной подготовки,
утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 100 м.		Бег на 3000 м ЮНОШИ		Бег на 2000 м ДЕВУШКИ		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИ		на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Наклон вперед из положения стоя на гимнастическо й скамье (от уровня скамьи)		Челночный бег 3x10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кросс на 5 км (бег по пересеченной местности) ЮНОШИ		Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности) ДЕВУШКИ		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Жаринов Даниил Борисович	12	3	10,44	3	58	3	24	3	14	3	5,44	3	263	3	68	3	21,14	3	24						
2	Пьянкова Дарья Алексеевна	14,4	3	8,24	3	31	3	10	3	21	3	4,42	3	208	3	54	3	15,14	3	24						
3	Раецкая Мария Денисовна	14,5	3	8,48	3	35	3	29	3	22	3	4,21	3	213	3	57	3	15,16	3	24						
4	Сандрыгайло Софья Дмитриевна	14,6	3	8,37	3	34	3	29	3	23	3	4,20	3	210	3	56	3	15,16	3	24						
5	Уличев Ярослав Евгеньевич	12,1	3	11,55	3	53	3	26	3	16	3	5,54	3	240	3	65	3	22,56	3	24						
6	Рыжков Даниил Денисович	12,1	3	11,24	3	52	3	24	3	14	3	5,39	3	261	3	58	3	22,29	3	24						
7																										

Отделение ТХЭКВОНДО
Группа ВСМ
Дата 21.11.25

Тренер
Подпись Маринова А.А.
Мар

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ АТТЕСТАЦИИ НА
ЭТАПЕ ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной подготовки,
утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30х8 м с высокого старта		Удары «долю чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Жаринов Даниил Борисович	45	3	31	3	33
2	Пьянкова Дарья Алексеевна	54	3	27	3	33
3	Раецкая Мария Денисовна	56	3	28	3	33
4	Сандрыгайло Софья Дмитриевна	55	3	27	3	33
5	Уличев Ярослав Евгеньевич	59	3	29	3	33
6	Рыжков Даниил Денисович	48	3	33	3	33
7						

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ВСМ

Дата

21.11.25

Тренер

Подпись

Мареева А.А.
Мар

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 60 м.		Бег на 2000 м		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		вперед из положения стоя на гимнастичес- кой скамье (от уровня скамьи)		Челночный бег 3x10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИ на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Садовская Анастасия Сергеевна	8,4	3	9,6	3	24	3	18	3	4,3	3	184	3	18	3	52	3	24
2	Ахматова Елизавета Константиновна	8,6	3	9,9	3	23	3	20	3	4,5	3	184	3	16	3	50	3	24
3	Пилецкая Ольга Андреевна	8,4	3	9,4	3	21	3	18	3	4,4	3	194	3	14	3	50	3	24
4																		
5	Масленникова Мария Георгиевна	8,8	3	9,8	3	21	3	19	3	4,5	3	184	3	18	3	52	3	24
6	Панова Даниелла Михайловна	8,5	3	9,6	3	24	3	19	3	4,2	3	189	3	15	3	56	3	24
7																		
8																		

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ССМ

Дата

21.11.25

Тренер-преподаватель

Подпись

Маринова А.Н.
Клеп

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30х8 м с высокого старта		Удари «долио чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Садовская Анастасия Сергеевна	59	3	24	3	30
2	Ахматова Елизавета Константиновна	56	3	26	2	30
3	Пилецкая Ольга Андреевна	59	3	25	3	30
4						
5	Масленникова Мария Георгиевна	54	3	25	3	30
6	Панова Даниелла Михайловна	50	3	24	3	30
7						
8						

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ССМ

Дата

21.11.25

Тренер-преподаватель

Подпись

Маринова А.А.
[Подпись]

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 60 м.		Бег на 2000 м		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		вперед из положения стоя на гимнастичес- кой скамье (от уровня скамьи)		Челночный бег 3х10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИ на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Воропаев Семен Сергеевич	7,5	2	7:40	2	50	3	12	2	7,3	2	240	3	15	2	59	3	19
2	Федорищенко Ксения Константиновна	7,9	3	8:50	3	45	3	17	3	7,5	3	210	3	25	3	49	3	24
3	Балинов Александр Александрович	7,4	3	7:48	2	54	3	11	1	7,9	2	235	3	16	2	57	3	19
4	Залхаева Диана Шахмировна	8,8	3	9:11	2	40	3	16	2	8,0	1	195	3	20	3	48	3	20
5	Поляков Сергей Юрьевич	7,3	3	7:42	2	50	3	11	1	7,2	3	230	3	20	3	58	3	21
6	Скориантов Сергей Николаевич	7,3	3	7:38	3	55	3	10	0	7,2	3	238	3	24	3	61	3	21
7																		
8																		

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ССМ-3

Дата

11.11.2025

Тренер-преподаватель

Подпись

Зерел А.А.
А.А.

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30x8 м с высокого старта		Удари «долио чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Воропаев Семен Сергеевич	1:10	1	29	3	4
2	Федорищенко Ксения Константиновна	1:13	1	26	3	4
3	Балинов Александр Александрович	1:12	1	28	3	4
4	Залхаева Диана Шахмировна	1:19	1	25	3	4
5	Поляков Сергей Юрьевич	1:07	1	30	3	4
6	Скориантов Сергей Николаевич	1:08	1	30	3	4
7						
8						

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ССМ-3

Дата

21. 11. 2025

Тренер-преподаватель

Подпись

Зверев А.А.

А.А.

НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ, НА

ЭТАПЕ ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной подготовки,

утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 100 м.		Бег на 3000 м ЮНОШИ		Бег на 2000 м ДЕВУШКИ		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИ		Подтягивание на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)		Челночный бег 3x10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кросс на 5 км (бег по пересеченной местности) ЮНОШИ		Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности) ДЕВУШКИ		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Воропаев Дмитрий Сергеевич	12,2	3	12,00	3	50	3	15	1	13	1	6,3	2	250	3	61	3	22,55	3							22
2																										
3																										
4																										
5																										
6																										
7																										

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ВСМ

Дата

21.11.2025

Тренер

Подпись

Зверев А.А.

НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

ЭТАПЕ ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30x8 м с высокого старта		Удары «долю чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Воропаев Дмитрий Сергеевич	1'12"	0	30	3	3
2						
3						
4						
5						
6						
7						

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ВСМ

Дата

21.11.2025

Тренер

Подпись

Здед А.А.
[Подпись]

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 60 м.		Бег на 2000 м		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		вперед из положения стоя на гимнастичес- кой скамье (от уровня скамьи)		Челночный бег 3x10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИ на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Григорьева Кристина Александровна	80	3	8:15	3	45	3	17	3	8.0	2	190	3	20	3	50	3	23
2	Гумаров Даниил Максимович	73	3	7:38	3	54	3	12	2	6,6	3	225	3	20	3	61	3	23
3	Изотов Константин Дмитриевич	74	3	7:49	3	51	3	11	1	7.3	2	200	3	17	2	67	3	20
4	Костина Мария Алексеевна	84	3	8:13	3	49	3	18	3	8,1	2	200	3	25	3	50	3	23
5	Левченко Ксения Владимировна	78	3	7:56	3	48	3	18	3	6,9	3	205	3	25	3	50	3	24
6	Мельникова Анастасия Александровна	86	3	8:20	3	44	3	17	3	8,1	2	195	3	20	3	47	2	22
7	Ни Максим Викторович	74	3	8:02	1	52	3	11	1	7,6	2	205	3	17	2	53	3	18
8	Николаев Артем Дмитриевич	75	2	8:05	1	50	2	11	1	7,9	1	200	3	14	1	52	3	15
9	Смирнов Вячеслав Михайлович	74	3	8:00	1	50	3	10	0	7,9	1	210	3	15	2	54	3	16

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ССМ-1

Дата

21.11.2025

Тренер-преподаватель

Подпись

Зеленов А.А.
А.А.

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30х8 м с высокого старта		Удари «долио чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Григорьева Кристина Александровна	1:08	2	23	2	4
2	Гумаров Даниил Максимович	0:55	2	27	3	5
3	Изотов Константин Дмитриевич	0:59	2	24	2	4
4	Костина Мария Алексеевна	1:04	2	22	2	4
5	Левченко Ксения Владимировна	1:01	2	26	3	5
6	Мельникова Анастасия Александровна	1:14	2	20	1	3
7	Ни Максим Викторович	1:06	1	23	2	3
8	Николаев Артем Дмитриевич	1:12	1	22	1	2
9	Смирнов Вячеслав Михайлович	1:08	1	22	1	2

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ССМ-1

Дата

21.11.2025

Тренер-преподаватель

Подпись

Зеленов А.А.
DM

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЭТАПАХ**

АТТЕСТАЦИИ

**(ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной подготовки,
утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 30 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 3x10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИИ на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Агаев Муслим Ринатович	9.5	3	+	3	30	3	+10	3	7.9	3	192	3	7	2	40	2	22
2	Алексеев Марк Сергеевич	9.2	3	+	3	18	1	+8	3	7.9	3	167	1	7	2	42	3	19
3	Дзюба Екатерина Павловна	10	3	+	3	17	3	+11	3	8.1	3	167	3	16	3	37	3	24
4	Капусгина Эвелина Анатольевна	10	3	+	3	10	1	+6	1	8.5	3	145	1	11	1	36	3	16
5	Ким Евгений Иванович	8.0	3	+	3	30	3	+11	3	7.7	3	175	2	7	2	45	3	22
6	Красиков Кирилл Павлович	8.8	3	+	3	30	3	+10	3	7.7	3	180	3	10	3	44	3	24
7	Кудряшева Анна Кирилловна	10	3	+	3	18	3	+15	3	8.0	3	140	1	16	3	35	2	21
8	Николаев Роман Игоревич	8.5	3	+	3	30	3	+10	3	7.0	3	184	3	12	3	40	2	23
9	Новиков Михаил Алексеевич	8.6	3	+	3	25	3	+10	3	7.3	3	187	3	12	3	41	2	23
10	Тимохин Арсений Дмитриевич	8.2	3	+	3	30	3	+5	1	6.9	3	223	3	13	3	40	2	21

11	Фарутин Мирон Денисович			+														
12	Фетисова Евгения Александровна	10.2	2	+	3	15	2	+18	3	7.8	3.5	150	1	16	3	41	3	20
13	Хачатурова Маргарита Павловна	8.8	3	+	3	24	3	+9	3	7.4	3	182	3	18	3	44	3	24
14	Якшто Григорий Антонович	8.4	3	+	3	30	3	+7	3	7.2	3	162	1	7	2	40	2	20
15	Янковский Анатолий Кириллович	10	1	+	3	18	1	+5	2	7.8	3	175	2	7	2	38	2	16

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

УТ(СС)-1

Дата

20.11.25

Тренер-
преподаватель

МММ

НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ

АТТЕСТАЦИИ

НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЭТАПАХ (ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в

соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30x8 м с высокого старта		Удары «долно чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результ ат	Балл	Результ ат	Балл	
1	Агаев Муслим Ринатович	1м 25	1	22	2	3
2	Алексеев Марк Сергеевич	1м 24	1	23	2	3
3	Дзюба Екатерина Павловна	1м 20	2	23	3	5
4	Капустина Эвелина Анатольевна	1м 28	1	18	2	3
5	Ким Евгений Иванович	1м 20	1	25	3	4
6	Красиков Кирилл Павлович	1м 18	1	25	3	4
7	Кудряшева Анна Кирилловна	1м 28	1	25	3	4
8	Николаев Роман Игоревич	1м 20	1	25	3	4
9	Новиков Михаил Алексеевич	1м 18	1	22	2	3
10	Тимохин Арсений Дмитриевич	1м 17	1	22	2	3

20.11.25

11	Фарутин Мирон Денисович					
12	Фетисова Евгения Александровна	1м 30	1	27	3	4
13	Хачатурова Маргарита Павловна	1м 26	1	27	3	4
14	Якшто Григорий Антонович	1м 24	1	28	3	4
15	Янковский Анатолий Кириллович	1м 23	1	25	3	4

Отделение

ТХЭКВОНДО

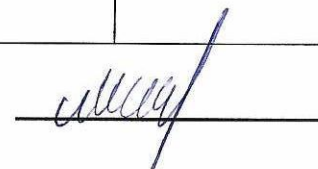
Группа

УТ(СС)-1

Дата

20.11.25

Тренер-
преподаватель



НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 30 м.		Бег на 1000 м		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)		Челночный бег 3x10 м.		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Агалько Аман	5.5	2	+	2	24	2	+10	2	8.6	2	152	2	12
2	Артемьев Родион	5.3	2	+	2	16	2	+7	2	8.5	2	148	2	12
3	Баранов Даниил	5.2	1	+	2	14	2	+9	2	8.8	2	132	2	11
4	Бабрицкий Матвей	5.3	2	+	2	23	2	+5	2	9.0	2	148	2	12
5	Даниленко Ирина	6.0	2	+	2	11	2	+7	2	9.2	2	130	2	12
6	Кропачев Семен	5.7	2	+	2	18	2	+8	2	8.8	2	132	1	11
7	Кузнецова Ева	6.3	1	+	2	10	2	+11	2	9.4	2	137	2	11
8	Кухеренко Артём	5.8	2	+	2	12	2	+10	2	9.2	2	134	1	11
9	Мамедов Мурат	5.7	2	+	2	17	2	+6	2	8.8	2	151	2	12
10	Медведев Богдан	6.1	1	+	2	12	2	+5	2	8.8	2	155	2	11
11	Кузнецов Максим	5.3	2	+	2	18	2	+5	2	8.5	2	156	2	12
12	Петров Максим	5.4	2	+	2	20	2	+10	2	8.5	2	140	2	12
13	Пухляков Илья	5.4	2	+	2	24	2	+8	2	8.6	2	144	2	12
14	Садчиков Дмитрий	5.7	2	+	2	24	2	+8	2	8.8	2	147	2	12
15	Семенов Антон	6.3	1	+	2	11	2	+10	2	9.4	2	123	1	10

Отделение

ТХЭКВОНДО (ВТФ)

Группа

Сос

Дата

20.11.25

Тренер-преподаватель

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ИТОГОВОЙ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС
спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 30 м.		Бег на 1000 м		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)		Челночный бег 3x10 м.		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Кол-во баллов
		Резуль таг	Балл	Резуль таг	Балл	Резуль таг	Балл	Резуль таг	Балл	Резуль таг	Балл	Резуль таг	Балл	
1	Ромитов Даниил	6.2	1	+	2	21	2	+10	2	8.6	2	138	1	10
2	Мешенева Анна	6.4	1	+	2	10	2	+6	2	9.9	1	152	2	10
3														
4														
5														
6														
7														
8														
9														
10														
11														
12														
13														
14														
15														

Отделение

ТХЭКВОНДО (ВТФ)

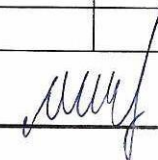
Группа

Сос

Дата

20.11.25

Тренер-
преподаватель

 Козникова М.В.

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС
спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 30 м.		Бег на 1000 м		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)		Челночный бег 3x10 м.		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Богородский Даниэль Андреевич	5,2	3	+	3	14	1	+9	3	8,2	3	151	2	15
2	Вязович Василий Алексеевич	5,2	3	+	3	20	3	+7	3	8,0	3	164	3	18
3	Ганиев Егор Романович	5,5	2	+	3	20	3	+6	3	7,7	3	142	1	15
4	Егупова Таисия Сергеевна	5,7	2	+	3	12	3	+8	3	9	2	148	2	15
5	Епифановский Арсений Максимович	5,6	2	+	3	15	2	+6	3	8,0	3	148	2	15
6	Кобылянский Михаил Александрович	6,0	1	+	3	14	1	+7	3	8,8	2	161	3	13
7	Косторной Егор Николаевич	5,2	3	+	3	30	3	+5	2	7,1	3	163	3	17
8	Мамедов Давид Русланович	5,9	1	+	3	18	3	+6	3	8,7	3	149	1	14
9	Потупо Евгений Артёмович	6,0	1	+	3	14	1	+7	3	9,0	2	155	2	12
10	Савин Владислав Владимирович	5,1	3	+	3	20	3	+10	3	8,5	3	169	3	18

11	Садыков Ярослав Романович	5.5	2	+	3	20	3	+9	3	8.7	3	154	2	16
12	Славнова Анастасия Антоновна	5.7	2	+	3	14	3	+14	3	8.7	3	155	3	17
13	Тимохина Анастасия Дмитриевна	6.2	1	+	3	18	3	+15	3	8.7	3	141	2	15
14	Хаткутов Тамерлан Алибекович	5.1	3	+	3	20	3	+7	3	7.8	3	150	2	17
15	Чурсин Андрей Дмитриевич	5.2	3	+	3	20	3	+7	3	7.8	3	163	3	18
16	Чурсина Алёна Дмитриевна	5.2	3	+	3	20	3	+17	3	8.2	3	160	3	18
17	Шапулин Роман Андреевич	5.6	2	+	3	30	3	+8	3	8.2	3	146	1	15

Отделение

ТХЭКВОНДО (ВТФ)

Группа

СО6-1

Дата

20.11.25

Тренер-
преподаватель

 / Касанов Р. С.

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЭТАПАХ**

АТТЕСТАЦИИ

**(ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной подготовки,
утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 30 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 3x10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИ на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Аганина Виктория Вадимовна	10	3	4	3	16	3	+11	3	8.4	3	170	3	16	3	38	3	24
2	Высотина Мария Владимировна	8.8	3	+	3	16	3	+12	3	8.3	3	182	3	16	3	38	3	24
3	Герлинг Людмила Сергеевна	10.6	1	+	3	16	3	+8	3	8.8	3	167	3	16	3	34	2	21
4	Губин Иван Сергеевич																	
5	Дыбин Валерий Александрович	9.9	2	+	3	31	3	+7	3	7.7	3	201	3	11	3	45	3	23
6	Красиков Роман Ильич	9.0	3	+	3	31	3	+9	3	7.7	3	203	3	12	3	46	3	24
7	Кудряшова Алёна Андреевна	10.4	2	+	3	16	3	+14	3	9.1	1	164	2	16	3	36	3	21
8	Кузнецова Александра Александровна	10.1	3	+	3	20	3	+17	3	8.7	2	167	3	16	3	33	2	22
9	Обухов Владимир Антонович	8.7	3	+	3	31	3	+6	2	8.0	3	200	3	10	3	44	3	23
10	Осегров Марк Денисович	8.7	3	+	3	31	3	+5	1	8.7	1	175	2	4	1	38	1	15

11	Павлов Данила Михайлович	8.8	3	+	3	31	3	+7	3	7.8	3	184	3	9	2	43	3	23
12	Поляков Федор Владимирович	8.4	3	+	3	31	3	+6	2	7.7	3	188	3	8	2	45	3	22
13	Потоцкий Иван Сергеевич	8.5	3	+	3	31	3	+11	3	7.6	3	207	3	10	3	44	3	24
14	Самсоненко Григорий Витальевич	8.8	3	+	3	31	3	+5	1	7.7	3	203	3	12	3	46	3	23
15	Фарутин Кирилл Денисович	8.7	3	+	3	31	3	+7	3	8.0	3	208	3	6	1	42	3	23
16	Чеботарев Федор Михайлович	8.5	3	+	3	31	3	+7	3	7.8	3	201	3	6	1	44	3	23

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

УТ(СС)-4

Дата

20.11.25

Тренер-преподаватель

Миниф / Коуалова М.Б.

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ,
НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЭТАПАХ
(ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной подготовки,
утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	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 3x10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИИ на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Фелозуров А.	9,5	3	7,15	3	30	3	+9	3	8,0	3	180	3	20	3	40	3	24
2	Смирнов Е.	9,3	3	7,20	3	37	3	+10	3	8,1	3	180	3	20	3	50	3	24
3	Смирнов С.	9,4	3	7,25	3	35	3	+11	3	8,3	3	185	3	18	3	47	3	24
4	Кузнецов Д.	8,9	3	7,15	3	40	3	+7	3	7,9	3	200	3	20	3	50	3	24
5	Алексеев Р.	8,5	3	7,17	3	40	3	+8	3	7,8	3	200	3	15	3	50	3	24
6	Гавриленко А.	9,6	3	7,30	3	30	3	+10	3	8,4	3	175	3	15	3	45	3	24
7	Дорожников Д.	8,6	3	7,25	3	40	3	+7	3	8,0	3	190	3	12	3	48	3	24
8	Таммерасов Д.	8,4	3	7,18	3	45	3	+8	3	7,7	3	205	3	15	3	50	3	24
9	Рогова С.	9,7	3	7,30	3	80	3	+9	3	8,1	3	178	3	13	3	40	3	24
10	Шелепов К.	9,6	3	7,40	3	30	3	+10	3	7,9	3	180	3	15	3	40	3	24
11	Кузнецова А.	10,8	1	7,55	2	15	2	+6	1	9,0	1	160	2	11	3	32	1	13
12																		
13																		
14																		

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

УТ(СС)

Дата

20.11.2025

Тренер-преподаватель

Кузнецов Н.С.

Чел

НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ,
НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЭТАПАХ (ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30х8 м с высокого старта		Удары «долю чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Белозерова А	0,57	3			
2	Смирнова Е	0,55	3	23	3	6
3	Смирнова С	0,56	3	25	3	6
4	Кузнецов Д	0,50	3	22	3	6
5	Алексеев Р	0,51	3	26	3	6
6	Дорожников Д	0,57	3	27	3	6
7	Толмачев Д	0,50	3	25	3	6
8	Гаврилова А	0,59	3	26	3	6
9	Рогова С.	1,03	3	22	3	6
10	Шелева К	1,01	3	23	3	6
11	Кузнецова М	1,25	2	24	3	6
12				17	1	3
13						
14						

Отделение

Группа

Дата

ТХЭКВОНДО

УТ(СС)

20.11.2025

НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЭТАПАХ
(ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.

[illegible]

Група

data

NO. 11. 2025

ТХЭКВОНДО

Тренер-преподаватель

Agnes M. C.

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ,
НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЭТАПАХ
(ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной подготовки,
утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	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 3x10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИ на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	15. Прова А.	10,1	3	8,29	1	25	3	+5	0	9,1	1	150	1	8	2	31	1	12
2	16. Денякин Д.	10,3	2	8,06	0	25	3	+4	0	8,7	1	165	1	6	1	37	1	8
3																		
4																		
5																		
6																		
7																		
8																		
9																		
10																		
11																		
12																		
13																		
14																		

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

УТ(СС)

Дата

20.11.2025

Тренер-преподаватель

Куликов А.С. Иванов

НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ
НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЭТАПАХ (ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30x8 м с высокого старта		Удары «долю чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результ ат	Балл	Результ ат	Балл	
1	Алексеев Д.	0,57	3			
2	Басанова А.	0,58	3	23	3	6
3	Буденко Я.	0,55	3	24	3	6
4	Давыдова К.	0,59	3	25	3	6
5	Горевиков А.	0,54	3	24	3	6
6	Завалишина М.	0,55	3	25	3	6
7	Коржнев Г.	0,57	3	22	3	6
8	Корчагина М.	0,54	3	25	3	6
9	Косачев А.	0,50	3	23	3	6
10	Куряков А.	0,51	3	26	3	6
11	Давыдов С.	0,55	3	27	3	6
12	Селевко Ф.	0,59	3	27	3	6
13	Марченко М.	1,01	3	25	3	6
14	Шевцова В.	1,04	3	25	3	6
				23	3	6

Отделение

Группа

Дата

ТХЭКВОНДО

УТ(СС)

20.11.2025

НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ,
 НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЭТАПАХ (ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
 соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30х8 м с высокого старта		Удары «долно чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Баба А.	1,35	1			
2	Демяшин Д.	2,27	0	17	1	2
3				20	1	2
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						

Отделение

Группа

Дата

ТХЭКВОНДО

УТ(СС)

20.11.2025

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ АТТЕСТАЦИИ НА
ЭТАПЕ ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной подготовки,
утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 100 м.		Бег на 3000 м ЮНОШИ Бег на 2000 м ДЕВУШКИ		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИ на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Наклон вперед из положения стоя на гимнастическо й скамье (от уровня скамьи)		Челночный бег 3x10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кросс на 5 км (бег по пересеченной местности) ЮНОШИ Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности) ДЕВУШКИ		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Лоди Егор Владимирович	11,9	3	11,55	3	54	3	20	3	+15	3	5,8	3	260	3	60	3	22,48	3	27
2																				
3																				
4																				
5																				
6																				
7																				

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ВСМ

Дата

10.11.25

Тренер

Подпись

Магомедов Р.М.
ВМ

НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ НА
ЭТАПЕ ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной подготовки,
утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30x8 м с высокого старта		Удары «долю чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Лоди Егор Владимирович	0,45	3	30	3	6
2						
3						
4						
5						
6						
7						

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ВСМ

Дата

10.11.25

Тренер

Подпись

Магомедов Р.М.
Р.М.

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 60 м.		Бег на 2000 м		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		вперед из положения стоя на гимнастичес- кой скамье (от уровня скамьи)		Челночный бег 3x10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИ на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Грауль Анастасия Геннадьевна	8,7	3	9,07	3	22	3	+17	3	7,4	3	188	3	15	3	50	3	24
2	Костикова Валерия Эренценовна	8,8	3	9,10	3	20	3	+19	3	7,5	3	185	3	15	3	50	3	24
3																		
4																		
5																		
6																		

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ССМ-2

Дата

20.11.25

Тренер-преподаватель

Подпись

Мамонтов И.И.
ИИ

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30x8 м с высокого старта		Удари «люлио чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Гравль Анастасия Геннадьевна	0,58	3	26	3	6
2	Костикова Валерия Эрененовна	0,59	3	26	3	6
3						
4						
5						
6						

Отделение ТХЭКВОНДО
Группа ССМ-2
Дата 30.11.25

Тренер-преподаватель Мамонтов А.М.
Подпись А.М. Мамонтов

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭЖВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 60 м.		Бег на 2000 м		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		вперед из положения стоя на гимнастичес- кой скамье (от уровня скамьи)		Числовой бег 3x10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИ на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Алексеев Михаил	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
2	Александрович Ахмедов Эльбрус Владиславович	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
3	Габасов-Виницкий Арсений Федорович	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
4	Кабанов Михаил Сергеевич	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
5	Максимов Константин Иванович	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
6	Мананикова Дарья Владиславовна	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
7	Петров Кирилл Алексеевич	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
8	Проскурин Егор Николаевич	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
9	Федоров Артём Сергеевич	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
10	Цветков Меружан Артаваздович	7,3	3	7,25	3	45	3	41,4	3	6,9	3	205	3	18	3	57	3	24
11	Шарганов Ярослав Сергеевич	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Отделение

ТХЭЖВОНДО

Группа

ССМ-1

Дата

20.11.25

Тренер-преподаватель

Подпись

Маслов

сдф

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30x8 м с высокого старта		Удари «долю чати» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Алексеев Михаил	0	0	0	0	0
2	Александрович	0	0	0	0	0
3	Аббасов-Виницкий	0	0	0	0	0
4	Арсенний Федорович	0	0	0	0	0
5	Кабанов Михаил	0	0	0	0	0
6	Максимов Константин	0	0	0	0	0
7	Иванович	0	0	0	0	0
8	Мананикова Дарья	0	0	0	0	0
9	Владиславовна	0	0	0	0	0
10	Петров Кирилл	0	0	0	0	0
11	Алексеевич	0	0	0	0	0
12	Проскурин Егор	0	0	0	0	0
13	Николаевич	0	0	0	0	0
14	Федоров Артём Сергеевич	0	0	0	0	0
15	Цветков Меружан	45	3	28	3	0
16	Арталазович	0	0	0	0	0
17	Шарганов Ярослав	0	0	0	0	0
18	Сергеевич	0	0	0	0	0

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ССМ-1

Дата

10.11.25

Тренер-преподаватель

Михаилов М.М.

Подпись



**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЭТАПАХ
(ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной подготовки,
И АТТЕСТАЦИИ**

Утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.

№ п/п	Фамилия, имя	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)		Числовой бег 3х10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИ		Подтягивание из виса на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Ползание на четвереньках из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кол-во баллов
		Результ ат	Балл	Результ ат	Балл	Результ ат	Балл	Результ ат	Балл	Результ ат	Балл	Результ ат	Балл	Результ ат	Балл	Результ ат	Балл	Результ ат	Балл	
1	Айдаров Али Салманович	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
2	Ахмедов Эльман	9,4	3	7,20	3	25	3	+8	3	8,0	3	185	3	11	0	0	0	0	0	24
3	Губина Ульяна Дмитриевна	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
4	Ипполит Денис Александрович	9,5	3	7,25	3	24	3	+7	3	8,1	3	180	3	10	0	0	0	0	0	24
5	Друк Николлай Сергеевич	9,4	3	7,20	3	25	3	+8	3	8,0	3	185	3	11	0	0	0	0	0	24
6	Друк Оксана Сергеевна	10,1	3	7,45	3	16	3	+9	3	8,6	3	165	3	11	0	0	0	0	0	24
7	Мамедов Юсиф Захрабович	9,5	3	7,25	3	24	3	+7	3	8,1	3	180	3	10	0	0	0	0	0	24
8	Мамедова Амира Захрабовна	10,8	3	7,40	3	12	3	+10	3	8,5	3	170	3	12	0	0	0	0	0	24
9	Морозов Михаил Васильевич	9,4	3	7,20	3	25	3	+8	3	8,0	3	185	3	11	0	0	0	0	0	24
10	Муталибова Нурия Гаджиевна	10,1	3	7,41	3	16	3	+9	3	8,6	3	165	3	11	0	0	0	0	0	24
11	Насирова София Ренатовна	10,0	3	7,40	3	17	3	+10	3	8,5	3	170	3	12	0	0	0	0	0	24
12	Омарова София Тимуровна	10,1	3	7,45	3	16	3	+9	3	8,6	3	165	3	11	0	0	0	0	0	24
13	Пав Игорь Вячеславович	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	24
14	Прокопов Платон Романович	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	24
15	Рохоев Нигматдибир Митомедович	9,5	3	7,25	3	24	3	+7	3	8,1	3	180	3	10	0	0	0	0	0	24
16	Татаренко Алена Владимировна	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	24

Отделение
Группа
Дата

ТХЭКВОНДО
УТСО-1
20.11.25

Тренер-преподаватель
Мамедов А.М.

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЭТАПАХ (ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

ГТЕСТАЦИИ

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30x8 м с высокого старта		Удары «долю чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Абакаров Али Салманович	0	0	0	0	0
2	Ахмедов Эльман Владиславович	1	3	25	3	6
3	Губина Ульяна Дмитриевна	0	0	0	0	0
4	Илюшин Денис Александрович	0,55	3	26	3	6
5	Лукин Николай Сергеевич	1	3	27	3	6
6	Лукина Оксана Сергеевна	1,05	3	22	3	6
7	Мамедов Юсиф Зограбович	0,55	3	25	3	6
8	Мамедова Амира Зограбовна	1,0	3	23	3	6
9	Морозов Михаил Васильевич	1	3	26	3	6
10	Муталибова Нурсия Гаджиевна	1,05	3	24	3	6
11	Насирова Сафия Ренатовна	1,0	3	22	3	6
12	Омарова София Тимуровна	1,05	3	23	3	6
13	Пак Игорь Вячеславович	0	0	0	0	0
14	Проворов Платон Романович	0	0	0	0	0
15	Рохоев Магомедлибир Магомедхайбулаевич	0,55	3	27	3	6
16	Татаренко Алена Владимировна	0	0	0	0	0

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

УТ(СС)-I

Дата

10.11.25

Тренер-преподаватель

Магомед Р. М.

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС
спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 30 м.		Бег на 1000 м		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)		Челночный бег 3x10 м.		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Кол-во баллов
		Резул ьтат	Балл	Резул ьтат	Балл	Резул ьтат	Балл	Резул ьтат	Балл	Резул ьтат	Балл	Резул ьтат	Балл	
1	Абдулаева Асена Магомедовна	5.5	3	5.48	3	10	3	+7	3	9.2	3	150	3	18
2	Василенко Марк Артемович	5.3	3	9.35	3	15	3	+6	3	8.8	3	160	3	18
3	Васильев Тарасс Евгеньевич	5.4	3	5.40	3	14	3	+5	3	8.9	3	150	3	18
4	Володько Владислав Викторович	5.3	3	5.35	3	15	3	+6	3	8.8	3	160	3	18
5	Габбасов-Вишневецкий Марк Васимович	5.4	3	5.40	3	14	3	+5	3	8.9	3	150	3	18
6	Гусарова Камилла Артуровна	5.5	3	5.48	3	10	3	+7	3	9.2	3	150	3	18
7	Дормионов Григорий Юрьевич	5.3	3	5.35	3	15	3	+6	3	8.8	3	160	3	18
8	Жуков Арсений Станиславович	5.4	3	5.40	3	14	3	+5	3	8.9	3	150	3	18
9	Махонин Юрий Валимович	5.3	3	5.35	3	15	3	+6	3	8.8	3	160	3	18
10	Муталибова Сафия Гаджиевна	5.5	3	5.48	3	10	3	+7	3	9.2	3	150	3	18
11	Петров Андрей Антоньевич	5.4	3	5.40	3	14	3	+5	3	8.9	3	150	3	18
12	Русакова Милана Дмитриевна	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Отделение

ТХЭКВОНДО (ВТФ)

Группа

СО6-2

Дата

20.11.25

Тренер-
преподаватель

Магашев М.М.

НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ИТОГОВОЙ НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЭТАПАХ

[АТТЕСТАЦИИ

(ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной подготовки,
утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.

№ п/п	Фамилия, имя	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 3x10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИ на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Арнаутова Анастасия Викторовна	8.5	3	7.4	3	20	3	10	3	8.3	3	180	3	19	3	40	3	24
2	Белов Николай Александрович	7.3	3	7.2	3	30	3	9	3	8.0	3	190	3	10	3	45	3	24
3	Боркина Елизавета Сергеевна	8.4	3	7.3	3	20	3	12	3	8.4	3	170	3	12	3	40	3	24
4	Васильев Владимир Евгеньевич	7.2	3	7.1	3	30	3	15	3	7.55	3	195	3	10	3	45	3	24
5	Веркин Максим Денисович	7.3	3	7.0	3	30	3	10	3	8.0	3	181	3	10	3	45	3	24
6	Глухов Матвей Иванович	7.0	3	7.0	3	30	3	15	3	7.7	3	198	3	10	3	45	3	24
7	Караханян Арина Арменовна	8.2	3	7.3	3	20	3	9	3	8.35	3	167	3	12	3	40	3	24
8	Куарева Ксения Владимировна	8.7	3	7.4	3	20	3	21	3	8.49	3	166	3	12	3	40	3	24
9	Новоселова Олеся Евгеньевна	8.6	3	7.4	3	20	3	9	3	8.48	3	169	3	12	3	40	3	24
10	Павлова Кристина Денисовна	8.6	3	7.3	3	20	3	14	3	8.32	3	121	3	19	3	40	3	24
11	Сагоян Товмас Саркисович	7.3	3	7.2	3	30	3	10	3	8.0	3	181	3	10	3	45	3	24
12	Старикова Михелина Михайловна	8.2	3	7.4	3	20	3	9	3	8.4	3	170	3	12	3	40	3	24
13	Тимаева Елизавета Павловна	8.4	3	7.45	3	20	3	10	3	8.38	3	169	3	17	3	40	3	24
14	Тягнирядно Ульяна Юрьевна	8.5	3	7.38	3	20	3	14	3	8.31	3	128	3	17	3	40	3	24
15	Яковлев Максим Романович	7.0	3	7.1	3	30	3	13	3	7.22	3	191	3	10	3	45	3	24

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

УТ(СС)-2

Дата

26.11.2025

26.11.25

Тренер-преподаватель

Мамсатов М.М.

[Подпись]

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ
НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЭТАПАХ (ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30x8 м с высокого старта		Удары «долю чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Арнаутова Анастасия Викторовна	59.8	3	22	3	6
2	Белов Николай Александрович	59.5	3	25	3	6
3	Боркина Елизавета Сергеевна	1.00	3	22	3	6
4	Васильев Владимир Евгеньевич	59.5	3	25	3	6
5	Веркин Максим Денисович	59.8	3	25	3	6
6	Глухов Матвей Иванович	59.7	3	25	3	6
7	Караханян Арина Арменовна	1.03	3	22	3	6
8	Куренева Ксения Владимировна	1.00	3	22	3	6
9	Новоселова Олеся Евгеньевна	1.04	3	22	3	6
10	Павлова Кристина Денисовна	59.5	3	22	3	6
11	Сагоян Товмас Саркисович	59.1	3	25	3	6
12	Старикова Михеллина Михайловна	59.1	3	22	3	6
13	Тимаева Елизавета Павловна	59.2	3	22	3	6
14	Тягнирядно Ульяна Юрьевна	59.8	3	22	3	6
15	Яковлев Максим Романович	59.2	3	25	3	6

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

УТ(СС)-2

Дата

26.11.2025

Тренер-
преподаватель

Мамсегов М.М.

Мамсегов

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ИТОГОВОЙ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС
спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 30 м.		Бег на 1000 м		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)		Челночный бег 3x10 м.		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Арнаутов Владимир Викторович	5.2	2	5.48	2	15	2	+7	2	8.9	2	155	2	12
2	Дмитриев Ярослав Антонович	5.61	2	5.41	2	15	2	+10	2	8.8	2	153	2	12
3	Иевлев Владимир Викторович	5.48	2	5.35	2	15	2	+10	2	8.95	2	159	2	12
4	Капустянский Никита Николаевич	5.68	2	5.40	2	15	2	+6	2	8.9	2	155	2	12
5	Катаев Алексей Александрович	5.63	2	5.2	2	15	2	+9	2	8.8	2	151	2	12
6	Костинович Дарья Андреевна	5.9	2	5.5	2	15	2	+10	2	8.9	2	148	2	12
7	Костинович Мария Андреевна	5.85	2	5.5	2	15	2	+8	2	9.0	2	149	2	12
8	Дмитриевич	5.80	2	5.30	2	15	2	+9	2	8.7	2	159	2	12
9	Налимова Алиса Алексеевна	5.61	2	5.55	2	15	2	+10	2	8.9	2	155	2	12
10	Налимова Кристина Алексеевна	5.5	2	5.71	2	15	2	+11	2	8.8	2	160	2	12
11	Ромашкина Елена Александровна	5.60	2	5.40	2	15	2	+11	2	8.7	2	161	2	12
12	Солдатенко Алексей Анатолевич	5.75	2	5.45	2	15	2	+9	2	8.0	2	152	2	12

Отделение

ТХЭКВОНДО (ВТФ)

Группа

СО6-2

Дата

26.11.2025

Тренер-
преподаватель

Мамышев В. М. М.

ММ

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС
спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 30 м.		Бег на 1000 м		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)		Челночный бег 3x10 м.		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Кол-во баллов
		Резул ьтат	Балл	Резул ьтат	Балл	Резул ьтат	Балл	Резул ьтат	Балл	Резул ьтат	Балл	Резул ьтат	Балл	
1	Акулиничев А.	5,9	1	5:53	1	17	1	+4	3	9,0	3	179	3	12
2	Беленький И.	5,9	1	6:02	1	12	1	+4	3	9,2	3	163	3	12
3	Григорьев К.	5,8	1	5:45	1	11	1	+4	3	9,0	3	171	3	12
4	Давыдов А.	6,5	1	6:10	1	11	1	+3	2	9,3	3	150	3	11
5	Доминин О.	6,6	1	6:01	1	7	1	+2	1	9,6	2	149	3	9
6	Иванов М.	6,0	1	5:59	1	17	1	+4	3	9,0	3	160	3	12
7	Карапов И.	6,0	1	5:55	1	13	1	+4	3	9,0	3	157	3	12
8	Киселева В.	6,3	1	6:00	1	10	1	+4	3	9,3	3	151	3	12
9	Корнеев Е.	5,9	1	5:50	1	10	1	+4	3	9,1	3	160	3	12
10	Косовичев А.	6,0	1	5:59	1	14	1	+2	1	9,3	2	160	3	9
11	Красов В.	5,8	1	5:57	1	9	1	+4	3	9,2	3	155	3	12
12	Курочкин И.	6,4	1	5:55	1	13	1	+4	3	9,3	3	152	3	12
13														
14														
15														

Отделение

Группа

Дата

ТХЭКВОНДО (ВТФ)

СОБ- 1

26.11.2025

Тренер-
преподаватель

Минин В.В.

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС
спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 30 м.		Бег на 1000 м		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)		Челночный бег 3x10 м.		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Кол-во баллов
		Резул тат	Балл	Резул тат	Балл	Резул тат	Балл	Резул тат	Балл	Резул тат	Балл	Резул тат	Балл	
1	Александров А.	5,8	1	5:40	1	14	1	+7	3	9,2	2	149	2	10
2	Алексеев М.	5,6	1	5:30	1	17	1	+5	2	8,6	3	170	3	11
3	Рудков В.	5,7	1	5:45	1	16	1	+4	1	9,0	2	175	3	9
4	Комова Е.	5,9	1	5:50	1	11	1	+6	2	9,2	2	169	3	10
5	Кулашова А.	5,5	1	5:47	1	11	1	+7	3	8,9	3	171	3	12
6	Михайлова А.	5,9	1	5:46	1	10	1	+6	2	8,9	3	149	2	10
7	Малик А.	5,8	1	5:40	1	18	1	+5	2	8,5	3	179	3	11
8	Мельникова Я.	5,7	1	5:41	1	10	1	+7	3	8,9	3	181	3	12
9	Петров О.	5,4	1	5:30	1	27	1	+6	3	8,4	3	182	3	12
10	Петрова А.	5,7	1	5:41	1	13	1	+7	3	8,9	3	177	3	12
11	Прохорова М.	5,6	1	5:27	1	17	1	+7	3	8,7	3	185	3	12
12	Романов М.	5,5	1	5:20	1	19	1	+6	3	8,5	3	170	3	12
13	Смирнов Е.	5,5	1	5:31	1	16	1	+7	3	8,7	3	179	3	12
14	Тихонов В.	5,9	1	5:30	1	11	1	+5	1	9,3	2	178	3	9
15	Федоров Д.	5,7	1	5:41	1	16	1	+6	3	8,7	3	171	3	12
	Исмаилов Ф.	5,6	1	5:43	1	13	1	+6	3	8,6	3	175	3	12

Отделение

Группа

Дата

ТХЭКВОНДО (ВТФ)

СОБ-2

26.11.2025

Тренер-
преподаватель

Михайлов В.В.

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной
подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 60 м.		Бег на 2000 м		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		вперед из положения стоя на гимнастичес- кой скамье (от уровня скамьи)		Челночный бег 3х10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИ на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Кирсанов Фёдор Игоревич	78	2	753	1	43	3	12	2	7,3	2	131	2	13	1	49	2	
2	Пешкова Кристина Ивановна	90	2	937	2	19	2	15	1	7,7	2	174	1	12	2	46	2	
3	Чепелеуц София Ефимовна	8,7	3	953	1	19	2	17	3	8,0	1	177	2	14	2	43	1	
4																		
5																		
6																		
7																		
8																		

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ССМ

Дата

26.11.25

Тренер-преподаватель

Подпись

Муртазалиев И.Ф.
[Подпись]

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной
подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30x8 м с высокого старта		Удари «долио чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Кирсанов Федор Игоревич	57с	2	25	2	
2	Пешкова Кристина Ивановна	1,07	2	25	3	
3	Чепелев Софья Ефимовна	1,01	2	24	3	
4						
5						
6						
7						
8						

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ССМ

Дата

26.11.25

Тренер-преподаватель

Подпись

Мурзагулов И.С.
Мурза

НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ АТТЕСТАЦИИ НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЭТАПАХ

(ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 30 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 3x10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИ на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Аверкиева Алиса Михайловна	10,4	2	8,28	1	16	3	8	3	8,7	2	150	1	12	1	34	2	
2	Беляков Глеб Сергеевич	9,9	2	8,03	1	22	2	6	2	8,5	1	177	2	7	2	37	1	
3	Бурхан Михаил Антонович	9,5	3	7,40	2	19	1	5	1	8,3	2	169	1	8	2	41	2	
4	Иолчиева Софья Андреевна	10,7	1	8,01	2	11	1	7	2	8,4	3	154	2	11	1	31	1	
5	Камалов Тамерлан Асланович	9,7	2	7,30	2	21	2	6	2	8,6	1	173	2	6	1	40	2	
6	Махмудова Мадина Джемшадовна	10,5	2	8,28	1	12	1	6	1	8,8	2	147	1	11	1	33	2	
7	Сажин Савелий Евгеньевич	10,2	1	7,55	1	19	1	7	3	8,3	2	167	1	8	2	39	2	
8	Тимиев Артём Вячеславович	10,4	1	8,00	1	20	1	7	3	8,2	2	171	2	9	2	37	1	
9																		
10																		
11																		
12																		
13																		
14																		

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

УТ(СС)-3

Дата

26.11.25

Тренер-преподаватель

Мурзаев И. Г.
Мурза

НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ АТТЕСТАЦИИ НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЭТАПАХ (ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30x8 м с высокого старта		Удары «долю чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Аверкиева Алиса Михайловна	1,19	2	17	1	
2	Беляков Глеб Сергеевич	1,08	2	21	2	
3	Бурхан Михаил Антонович	1,20	1	20	1	
4	Иолчиева Софья Андреевна	1,22	1	20	2	
5	Камалов Тамерлан Асламович	1,23	1	24	2	
6	Махмудова Мадина Джампедовна	1,30	1	22	3	
7	Сажин Савелий Евгеньевич	1,16	1	25	3	
8	Тимиев Артём Вячеславович	1,09	2	22	2	
9						
10						
11						
12						
13						
14						

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

УТ(СС)

Дата

26.11.25

Тренер-преподаватель

Мурзагулова И.Г.
Мурза

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ АТТЕСТАЦИИ НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЭТАПАХ
(ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 30 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 3x10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИ на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Алексеева Софья Алексеевна	10,5	2	8,08	2	11	1	6	1	8,7	2	147	1	13	1	36	3	
2	Батуева Ксения Андреевна	10,8	1	8,28	1	14	2	7	2	8,6	2	157	2	14	2	31	1	
3	Быстрова Елизавета Евгеньевна	10,2	2	8,07	2	16	3	7	2	8,8	2	163	2	14	2	34	2	
4	Вертиль Максим Алексеевич	9,8	2	7,37	2	23	2	6	2	8,4	2	177	2	8	2	42	3	
5	Власенко Алена Анатольевна	10,7	1	8,5	1	14	2	8	3	9,0	1	150	1	12	1	34	2	
6	Голяровский Демид Иванович	10,3	1	7,43	2	22	2	7	3	8,2	2	171	2	10	3	42	3	
7	Кирсанова Антонина Игоревна	10,1	3	8,09	2	15	2	7	2	8,9	1	160	2	15	2	36	3	
8	Маркидонова Елизавета Петровна	10,2	2	8,28	1	11	1	8	3	8,8	2	157	2	13	1	35	2	
9	Меркурьева Алиса Александровна	10,6	1	8,11	1	13	2	6	1	9,0	1	161	2	14	2	33	2	
10	Пузанов Иван Александрович	9,8	2	8,03	1	22	2	7	3	8,5	1	167	1	7	2	40	2	
11	Савенок Иван Александрович	9,9	3	7,30	2	19	1	7	3	8,2	2	173	2	9	2	37	1	
12	Самонова Софья Андреевна	10,0	1	8,05	2	15	2	7	2	8,7	2	156	2	12	1	34	2	
13	Смирнов Георгий Максимович	9,9	2	8,00	1	24	3	6	2	8,4	2	167	1	9	2	40	2	
14																		

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

УТ(СС)-1

Дата

26.11.25

Тренер-преподаватель

Муромович С.Т.
Муромович

НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ АТТЕСТАЦИИ НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЭТАПАХ (ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30x8 м с высокого старта		Удары «долю чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Алексеева Софья Алексеевна	1,20	2	20	2	
2	Батуева Ксения Андреевна	1,27	1			
3	Быстрова Елизавета Евгеньевна	1,10	2	21	2	
4	Вертиль Максим Алексеевич	1,15	1	18	1	
5	Власенко Алена Анатольевна	1,07	2	24	2	
6	Голяровский Демид Иванович	1,08	2	22	3	
7	Кирсанова Антонина Игоревна	1,17	2	19	2	
8	Маркидонова Елизавета Петровна	1,27	1	21	2	
9	Меркурьева Алиса Александровна	1,30	1	20	2	
10	Пузанов Иван Александрович	1,10	2	22	3	
11	Савенок Иван Александрович	1,13	1	24	2	
12	Самонова Софья Андреевна	1,19	2	25	3	
13	Смирнов Георгий Максимович	1,07	2	21	2	
14				23	2	

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

УТ(СС)-1

Дата

26.11.25

Тренер-преподаватель

Муромович И.И.
[Подпись]

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ
НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЭТАПАХ**

**(ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной подготовки,
утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 1 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 3x10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИИ на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Гаирбеков Абдула Магомедович	9.4	3	7.2	3	30	3	10	3	8.0	3	185	3	15	3	45	3	24
2	Герасечкин Тимофей Александрович	9.4	3	7.1	3	30	3	12	3	7.95	3	190	3	10	3	45	3	24
3	Дробышев Денис Евгеньевич	9.3	3	7.2	3	30	3	10	3	8.05	3	190	3	10	3	45	3	24
4	Крюкова Анастасия Дмитриевна	10.0	3	7.4	3	20	3	15	3	8.3	3	170	3	17	3	40	3	24
5	Магомедов Курбан Теймурович	9.4	3	7.1	3	30	3	12	3	7.8	3	205	3	16	3	45	3	24
6	Мирзалиев Талиб Серкерович	9.4	3	7.05	3	30	3	14	3	7.9	3	200	3	12	3	45	3	24
7	Мишалов Борис Алексеевич	9.3	3	7.1	3	30	3	14	3	7.95	3	210	3	10	3	45	3	24
8	Молодцова Дарья Алексеевна	10.0	3	7.4	3	20	3	13	3	8.35	3	175	3	16	3	40	3	24
9	Павлов Владимир Викторович	9.2	3	7.2	3	30	3	10	3	8.00	3	195	3	10	3	45	3	24
10	Пономаренко Егор Дмитриевич	9.3	3	7.3	3	30	3	8	3	8.00	3	200	3	10	3	45	3	24
11	Фалькова Ксения Владимировна	10.0	3	7.3	3	20	3	10	3	8.30	3	170	3	16	3	40	3	24
12	Ходусов Лев Николаевич	9.2	3	7.1	3	30	3	14	3	7.9	3	190	3	10	3	45	3	24
13	Шелепа Дмитрий Ильич	9.4	3	7.2	3	30	3	10	3	7.95	3	187	3	10	3	45	3	24

Отделение

ТХЭКВОНДО

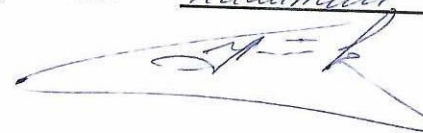
Группа

УТ(СС)-3

Дата

26.11.2025

Тренер-преподаватель

Никитин В.В.


НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ,
НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЭТАПАХ (ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30x8 м с высокого старта		Удары «долю чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Гаирбеков Абдула Магомедович	59.5	3	25	3	6
2	Герасечкин Тимофей Александрович	58.5	3	25	3	6
3	Дробышев Денис Евгеньевич	59.	3	25	3	6
4	Крюкова Анастасия Дмитриевна	1.00	3	25	3	6
5	Магомедов Курбан Теймурович	58.4	3	23	3	6
6	Мирзалиев Талиб Серкерович	58.6	3	25	3	6
7	Мишалов Борис Алексеевич	59.5	3	25	3	6
8	Молодцова Дарья Алексеевна	1.04	3	25	3	6
9	Павлов Владимир Викторович	59.8	3	23	3	6
10	Пономаренко Егор Дмитриевич	59.6	3	25	3	6
11	Фалькова Ксения Владимировна	1.03	3	25	3	6
12	Ходусов Лев Николаевич	59.4	3	23	3	6
13	Шелепа Дмитрий Ильич	59.8	3	25	3	6

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

УТ(СС)-3

Дата

26.11.2025

Тренер-преподаватель

Исметов В.В.


**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 60 м.		Бег на 2000 м		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		вперед из положения стоя на гимнастичес- кой скамье (от уровня скамьи)		Челночный бег 3x10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИИ на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Гончарова София Алексеевна	8.7	3	9.05	3	25	3	18	3	7.4	3	187	3	15	3	57	3	24
2	Кудряшова Татьяна Андреевна	8.6	3	9.00	3	25	3	18	3	7.1	3	190	3	15	3	48	3	24
3	Лебедева Ксения Алексеевна	8.7	3	8.50	3	25	3	20	3	7.3	3	189	3	15	3	48	3	24
4																		
5																		
6																		
7																		
8																		

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ССМ-3

Дата

28.11.2025
28.11.25

Тренер-преподаватель

Подпись

Мещеряков В.В.
М-12

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30x8 м с высокого старта		Удари «долио чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Гончарова София Алексеевна	59.5	3			
2	Кудряшова Татьяна Андреевна	59.5	3	24	3	6
3	Лебедева Ксения Алексеевна	58.0	3	24	3	6
4				25	3	6
5						
6						
7						
8						

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ССМ

Дата

26.11.2025

Тренер-преподаватель

Подпись

Носов В.В.
[Подпись]

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 60 м.		Бег на 2000 м		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		вперед из положения стоя на гимнастичес- кой скамье (от уровня скамьи)		Челночный бег 3x10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИ на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Мясникова Мария Александровна	8.7	3	8.9	3	25	3	20	3	7.3	3	190	3	15	3	30	3	24
2	Свирижевский Алексей Денисович	7.38	3	7.25	3	40	3	18	3	6.9	3	200	3	18	3	55	3	24
3	Тимасев Максим Сергеевич	7.30	3	7.25	3	40	3	13	3	6.8	3	220	3	18	3	55	3	24
4																		
5																		
6																		
7																		
8																		

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ССМ-2

Дата

26.11.2025

Тренер-преподаватель

Подпись

Исмаилов В.В.


НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30х8 м с высокого старта		Удари «долю чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Мясникова Мария Александровна	58.0	3	25	3	6
2	Свирижевский Алексей Денисович	49.0	3	27	3	6
3	Тимаев Максим Сергеевич	49.3	3	27	3	6
4						
5						
6						
7						
8						

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ССМ - 2

Дата

26.11.2025

Тренер-преподаватель

Подпись

Мясников В.В.
[Подпись]

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 60 м.		Бег на 2000 м		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		вперед из положения стоя на гимнастичес- кой скамье (от уровня скамьи)		Челночный бег 3x10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИ на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Виноградов Никита Андреевич	28.2	2	7.2	3	40	3	15	3	6.9	3	205	3	20	3	55	3	24
2	Герлинг Вероника Сергеевна	8.8	3	9.05	3	20	3	20	3	7.4	3	190	3	15	3	50	3	24
3	Караник Платон Романович	7.38	3	7.15	3	40	3	16	3	6.85	3	204	3	20	3	55	3	24
4	Мартынов Александр Кириллович	7.3	3	7.18	3	40	3	22	3	6.9	3	230	3	20	3	55	3	24
5	Петляк Ярослав Сергеевич	7.30	3	7.25	3	40	3	17	3	6.81	3	210	3	18	3	55	3	24
6	Сулимовская Эвелина Андреевна	8.7	3	9.00	3	20	3	19	3	7.3	3	189	3	20	3	50	3	24
7	Тимаев Александр Сергеевич	7.25	3	2.15	3	40	3	19	3	6.82	3	245	3	18	3	55	3	24
8	Угланов Арсений Игоревич	7.25	3	2.10	3	40	3	20	3	6.55	3	210	3	18	3	55	3	24

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ССМ-1

Дата

26.11.2025

Тренер-преподаватель

Подпись

Михайлов В.В.

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30x8 м с высокого старта		Удари «долю чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Виноградов Никита Андреевич	49	3	26	3	6
2	Герлинг Вероника Сергеевна	58	3	24	3	6
3	Караник Платон Романович	49	3	26	3	6
4	Мартынов Александр Кириллович	49	3	26	3	6
5	Пегляк Ярослав Сергеевич	49	3	27	3	6
6	Сулимовская Эвелина Андреевна	59	3	24	3	6
7	Тимаев Александр Сергеевич	49	3	28	3	6
8	Угланов Арсений Игоревич	49	3	26	3	6

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ССМ-1

Дата

26.11.2025

Тренер-преподаватель

Подпись

Михайлов В.В.
[Подпись]

НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПЕ ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 100 м.		Бег на 3000 м ЮНОШИ		Бег на 2000 м ДЕВУШКИ		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИ		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)		Челночный бег 3x10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кросс на 5 км (бег по пересеченной местности) ЮНОШИ		Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности) ДЕВУШКИ		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Левакова Вероника Александровна	14,9	3	8,8	3	32	3	30	3	20	3	6,4	3	209	3	54	3	15,5	3					27
2	Темнов Роман Дмитриевич	12,5	3	12,02	3	50	3	25	3	17	3	5,8	3	256	3	58	3	22,8	3					27
3																								
4																								
5																								
6																								
7																								

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ВСМ

Дата

21.11.25

Тренер

Подпись

Новоселов В.В.

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ НА
ЭТАПЕ ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной подготовки,
утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30х8 м с высокого старта		Удары «долю чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Левакова Вероника Александровна	0,98	3	27	3	6
2	Темнов Роман Дмитриевич	0,47	3	30	3	6
3						
4						
5						
6						
7						

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ВСМ

Дата

21.11.25

Тренер

Подпись

Новоселов В.В.

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 60 м.		Бег на 2000 м		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		вперед из положения стоя на гимнастичес- кой скамье (от уровня скамьи)		Челночный бег 3x10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИ на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Аллалыев Тимур Аннагелдиевич	7,1	3	7,0	3	42	3	14	3	6,8	3	202	3	20	3	54	3	24
2	Боровиков Егор Олегович	7,3	3	7,3	3	41	3	13	3	6,7	3	203	3	22	3	52	3	24
3	Лакий Егор Сергеевич	7,2	3	7,1	3	40	3	14	3	6,9	3	200	3	19	3	53	3	24
4	Храмушина Майя Викторовна	8,6	3	8,9	3	25	3	20	3	7,3	3	187	3	17	3	50	3	24
5																		
6																		
7																		
8																		

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ССМ-3

Дата

21.11.25

Тренер-преподаватель

Подпись

Новоселов В.В.

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30х8 м с высокого старта		Удари «долю чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Аллалыев Тимур Аннагелдиевич	0,48	3	29	3	6
2	Боровиков Егор Олегович	0,50	3	30	3	6
3	Лакий Егор Сергеевич	0,47	3	28	3	6
4	Храмушина Майя Викторовна	0,48	3	25	3	6
5						
6						
7						
8						

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ССМ-3

Дата

21.11.25

Тренер-преподаватель

Подпись

Новоселов В.В.

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 60 м.		Бег на 2000 м		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		вперед из положения стоя на гимнастичес- кой скамье (от уровня скамьи)		Челночный бег 3x10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИ на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Алексеева Екатерина Дмитриевна	8,6	3	9,0	3	23	3	19	3	7,1	3	187	3	17	3	50	3	24
2	Гурьянов Яков Сергеевич	7,1	3	7,2	3	43	3	15	3	6,8	3	202	3	20	3	53	3	24
3	Дробышев Егор Евгеньевич	7,3	3	7,0	3	40	3	14	3	7,0	3	205	3	23	3	55	3	24
4	Махмудов Шамиль Магомедович	7,5	3	7,1	3	42	3	17	3	6,7	3	203	3	22	3	54	3	24
5	Нечаева Диана Анатолевна	8,4	3	8,9	3	22	3	18	3	7,3	3	186	3	16	3	49	3	24
6	Шевченко Глеб Дмитриевич	7,2	3	7,0	3	41	3	16	3	6,9	3	200	3	21	3	56	3	24
7	Щеглова Варвара Ивановна	8,7	3	9,1	3	24	3	20	3	7,5	3	189	3	18	3	52	3	24
8																		

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ССМ-1

Дата

21.11.25

Тренер-преподаватель

Подпись

Новоселов В.В.

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30х8 м с высокого старта		Удари «долно чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Алексеева Екатерина Дмитриевна	0,98	3	26	3	6
2	Гурьянов Яков Сергеевич	0,49	3	29	3	6
3	Дробышев Егор Евгеньевич	0,47	3	27	3	6
4	Махмудов Шамиль Магомедович	0,46	3	30	3	6
5	Нечаева Диана Анатолевна	0,96	3	25	3	6
6	Шевченко Глеб Дмитриевич	0,49	3	30	3	6
7	Щеглова Варвара Ивановна	0,99	3	26	3	6
8						

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ССМ-1

Дата

21.11.25

Тренер-преподаватель

Подпись

Новоселов В.В.

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 60 м.		Бег на 2000 м		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		вперед из положения стоя на гимнастичес- кой скамье (от уровня скамьи)		Челночный бег 3x10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИ на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Авдеев Андрей Алексеевич	7,2	3	7,0	3	45	3	15	3	6,1	3	240	3	12	3	55	3	24
2	Белова Полина Игоревна	7,9	3	7,0	3	23	3	18	3	6,6	3	200	3	20	3	49	3	24
3																		
4																		
5																		
6																		
7																		
8																		

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ССМ-3

Дата

22.11.2025

Тренер-преподаватель

Подпись

Ильин А.И.

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30х8 м с высокого старта		Удари «долю чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Авдеев Андрей Алексеевич	48с	3			
2	Белова Полина Игоревна	49с	3	40	3	6
3				40	3	6
4						
5						
6						
7						
8						

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ССМ-3

Дата

22.11.2025

Тренер-преподаватель

Подпись

Ильин Д.А.
И

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ
НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЭТАПАХ
(ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО»**

утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.

№ п/п	Фамилия, имя	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 3x10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИ на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Адыгезалов Сафар Сардарович	9.4	3	7.1	3	20	3	6	2	7.3	3	200	3	15	3	49	3	23
2	Быстрова Яна Владимировна	9.7	3	7.4	3	16	3	9	3	7.5	3	170	3	20	3	37	3	24
3	Воронков Валерий Сергеевич	9.3	3	7.2	3	25	3	8	3	8.0	3	200	3	10	3	45	3	24
4	Гелюхов Максим Алланович	9.0	3	6.9	3	40	3	6	2	7.3	3	220	3	17	3	52	3	23
5	Дерендяев Михаил Александрович	9.3	3	6.9	3	40	3	7	3	7.3	3	215	3	15	3	50	3	24
6	Егорова Диана Константиновна	9.2	3	7.0	3	17	3	10	3	8.0	3	170	3	18	3	43	3	24
7	Кузнецова Дарина Павловна	9.3	3	6.9	3	50	3	10	3	7.4	3	185	3	25	3	49	3	24
8	Михейкина Полина Владимировна	9.9	3	7.4	3	16	3	9	3	8.0	3	170	3	16	3	39	3	24
9	Николаевский Кирилл Шавкатович																	
10	Осетрова Доротея Денисовна	10.	3	7.3	3	20	3	10	3	8.0	3	170	3	20	3	39	3	24
11	Гарасова Варвара Евгеньевна	9.9	3	7.0	3	40	3	12	3	7.4	3	190	3	23	3	40	3	24

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

УТ(СС)-2

Дата

22.11.2028

Тренер-преподаватель

Платонов А.А.

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ
НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЭТАПАХ (ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30x8 м с высокого старта		Удары «долю чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результ ат	Балл	Результ ат	Балл	
1	Адыгезалов Сафар Сардарович	50с	3	37	3	6
2	Быстрова Яна Владимировна	1.05	3	30	3	6
3	Воронков Валерий Сергеевич	59с	3	30	3	6
4	Гелохов Максим Алланович	45с	3	40	3	6
5	Дерендяев Михаил Александрович	45с	3	40	3	6
6	Егорова Диана Константиновна	58с	3	37	3	6
7	Кузнецова Дарина Павловна	50с	3	42	3	6
8	Михейкина Полина Владимировна	1.00	3	25	3	6
9	Николаевский Кирилл Шавкатович					
10	Осетрова Доротея Денисовна	58с	3	30	3	6
11	Тарасова Варвара Евгеньевна	50с	3	40	3	6

Отделение

Группа

Дата

ТХЭКВОНДО

УТ(СС)-2

22.11.2023

Тренер-преподаватель

Т.Б. Бугаев А.А.

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ;
НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЭТАПАХ**

**(ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной подготовки,
утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	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 перекладине ЮНОШИ на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Авсеев Даниил Анатольевич	9.1	3	7.1	3	40	3	7	3	7.5	3	200	3	12	3	46	3	24
2	Бекмурзаева Ясмينا Магомедовна	9.0	3	7.2	3	39	3	12	3	7.3	3	220	3	25	3	42	3	24
3	Боровиков Михаил Витальевич	8.3	3	7.2	3	45	3	10	3	7.5	3	200	3	12	3	50	3	24
4	Дементьев Арсений Денисович	8.3	3	7.0	3	50	3	12	3	7.4	3	220	3	15	3	52	3	24
5	Джанакоев Муслим Рашидович	8.5	3	7.0	3	50	3	10	3	7.4	3	215	3	15	3	53	3	24
6	Жук Дарья Сергеевна																	
7	Зайцев Андрей Алексеевич	9.1	3	7.0	3	45	3	7	3	7.9	3	230	3	10	3	42	3	24
8	Красильникова Полина Юрьевна	9.5	3	7.4	3	40	3	12	3	7.7	3	200	3	16	3	45	3	24
9	Лященко Милана Игоревна	9.5	3	7.4	3	30	3	10	3	7.8	3	200	3	16	3	37	3	24
10	Мандрика Тимур Александрович	9.6	3	7.3	3	25	3	10	3	7.8	3	200	3	17	3	40	3	24
11	Мухаммадиев Ильмир Рамидьевич	9.1	3	7.2	3	30	3	10	3	8.1	3	180	3	10	3	39	2	23
12	Рожков Герман Антонович																	

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

УТ(СС)-1

Дата

22.11.2023

Тренер-преподаватель

Т.В. Вильямов

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ
НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЭТАПАХ (ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30х8 м с высокого старта		Улары «долю чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результ ат	Балл	Результ ат	Балл	
1	Авсеенко Даниил Анатольевич					
2	Бекмурзаева Ясмينا Магомедовна	0,50	3			
3	Боровиков Михаил Витальевич	0,55	3	35	3	6
4	Дементьев Арсений Денисович	0,49	3	33	3	6
5	Джанакаев Муслим Рашидович	50с.	3	37	3	6
6	Жук Дарья Сергеевна			37	3	6
7	Зайцев Андрей Алексеевич	1.00	3			6
8	Красильникова Полина Юрьевна	58с.	3	30	3	6
9	Лященко Милана Игоревна	1.05	3	35	3	6
10	Мандрика Тимур Александрович	1.00	3	35	3	6
11	Мухамадиев Ильмир Рамильевич	59с.	3	34	3	6
12	Рожков Герман Антонович		3	30	3	6

Отделение

Группа

Дата

ТХЭКВОНДО

УТ(СС)-1

22.11.2025

Тренер-преподаватель

Кобушова Л.А.

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ НА
ЭТАПЕ ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной подготовки,
утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 100 м.		Бег на 3000 м ЮНОШИ		Бег на 2000 м ДЕВУШКИ		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИ		Наклон вперед из положения стоя на гимнастическо й скамье (от уровня скамьи)		Челночный бег 3x10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кросс на 5 км (бег по пересеченной местности) ЮНОШИ		Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности) ДЕВУШКИ		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Майорко Лев Станиславович	12,3	2	12,00	3	46	2	15	1	14	2	6,3	2	240	2	53	2	23,15	2	18				
2	Васильева Ирина Вадимовна	16,0	1	9,20	2	24	1	19	1	18	3	7,6	1	190	1	46	1	16,15	2	12				
3	Виноградов Павел Анатольевич	12,3	2	12,00	3	47	2	15	1	14	2	6,3	2	241	2	52	2	23,15	2	17				
4	Власенко Мария Анатольевна	15,6	2	9,40	1	24	1	20	1	17	2	7,4	2	196	2	48	2	16,12	2	15				
5	Иванов Иван Сергеевич	13,2	1	12,30	1	42	1	14	1	13	1	6,9	1	240	2	48	1	23,20	1	10				
6	Лидовская София Руслановна	15,2	2	9,40	1	24	1	20	1	17	2	7,3	2	196	2	48	2	16,13	2	15				
7	Хузина Лилия Робертовна	14,8	3	9,10	2	27	2	23	2	18	3	7,1	2	205	3	51	2	16,13	2	21				

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ВСМ

Дата

03.12.2025

Тренер

Подпись

Алексей А. В.
60

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ НА
ЭТАПЕ ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной подготовки,
утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30х8 м с высокого старта		Удары «долю чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Майорко Лев Станиславович	55	2	28	3	5
2	Васильева Ирина Вадимовна	1,15	1	22	1	2
3	Виноградов Павел Анатольевич	55	2	26	2	4
4	Власенко Мария Анатольевна	1,09	2	23	2	4
5	Иванов Иван Сергеевич	1,12	1	26	2	3
6	Лидовская София Руслановна	1,13	1	24	2	3
7	Хузина Лилия Робертовна	1,09	2	24	2	4

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ВСМ

Дата

08.12.2025

Тренер

Подпись

Нак А. Р.
[Подпись]

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 60 м.		Бег на 2000 м		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		вперед из положения стоя на гимнастичес- кой скамье (от уровня скамьи)		Челночный бег 3x10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИ на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Фоменко Варвара Дмитриевна	8.2	2	9.4	2	15	1	16	2	5.8	2	157	2	13	2	45	2	15
2																		
3																		
4																		
5																		
6																		
7																		
8																		

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ССМ

Дата

08.12.2025

Тренер-преподаватель

Подпись

Алекс. А. Р.

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30x8 м с высокого старта		Удари «долио чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Фоменко Варвара Дмитриевна	1,08	2	23	2	4
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ССМ

Дата

08.12.2025

Тренер-преподаватель

Подпись

Александр В. В.
Син

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЭТАПАХ**

АТТЕСТАЦИИ

**(ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной подготовки,
утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 30 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 3x10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИ на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Бежанов Иван Александрович	9,7	2	7,32	2	18	1	7	3	8,4	2	170	2	8	2	39	2	16
2	Бежанова Алина Александровна	10,8	1	8,23	1	13	2	7	2	8,8	2	185	2	14	2	33	2	14
3	Дерябин Александр Дмитриевич	9,5	3	7,24	3	24	3	6	2	8,3	2	175	2	31	3	41	2	20
4	Дихтяренко Анастасия Максимовна	10,6	1	8,28	1	12	1	7	2	9,0	1	185	2	13	1	33	2	11
5	Добринова Ева Дмитриевна	10,4	2	8,03	2	12	1	7	2	8,7	2	156	2	14	2	34	2	15
6	Карасов Альберт Рашидович	10,1	1	7,30	2	21	2	5	1	8,4	2	172	2	10	3	38	1	14
7	Каримов Байэл Памирович	9,6	2	7,28	2	20	1	5	1	8,2	2	170	2	9	2	39	2	14
8	Кондратенко Алексей Романович	9,8	2	7,48	1	22	2	5	1	8,4	2	174	2	8	2	40	2	14
9	Белослудцев Павел Александрович	9,6	2	7,29	2	22	2	5	1	8,2	2	174	2	9	2	40	2	15
10	Майорко Анна Станиславовна	10,9	2	8,15	1	13	1	8	3	8,8	2	156	2	14	2	33	2	16
11	Ражева Анастасия Александровна	10,1	3	7,35	3	11	1	7	2	8,6	2	156	2	14	2	35	2	17
12	Рябова Варвара Ланиловна	10,2	2	8,28	1	11	1	7	2	8,6	2	157	2	15	2	35	2	14
13	Майорко Роман Станиславович	9,4	3	7,15	2	23	2	6	2	8,2	2	177	2	9	2	41	2	17
14	Хаткутова Дарина Алибековна	10,6	1	8,00	1	14	2	8	3	8,9	2	156	2	15	2	33	2	15
15	Медведев Александр Антонович	9,7	2	7,50	1	20	1	5	1	8,6	2	170	2	7	2	40	2	13

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

УТ(СС)-3

Дата

08.12.2025

Тренер-преподаватель

Алекс. И. П.

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ АТТЕСТАЦИИ
НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЭТАПАХ (ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30х8 м с высокого старта		Удары «долю чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Бежанов Иван Александрович	1,20	1	20	1	2
2	Бежанова Алина Александровна	1,30	1	19	2	3
3	Дерябин Александр Дмитриевич	1,10	2	20	1	3
4	Дихтяренко Анастасия Максимовна	1,30	1	18	1	2
5	Добринова Ева Дмитриевна	1,20	2	19	2	4
6	Карасов Альберт Рашидович	1,10	2	20	1	3
7	Каримов Байэл Памирович	1,05	2	21	2	4
8	Кондратенко Алексей Романович	1,05	2	22	2	4
9	Белослудцев Павел Александрович	1,05	2	22	2	4
10	Майорко Анна Станиславовна	1,15	2	19	2	4
11	Ражсва Анастасия Александровна	1,10	2	20	2	4
12	Рябова Варвара Даниловна	1,12	2	20	2	4
13	Майорко Роман Станиславович	1,10	2	23	2	4
14	Хаткутова Дарина Алибековна	1,20	2	18	1	3
15	Медведев Александр Антонович	1,20	1	20	1	2

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

УТ(СС)-3

Дата

08.12.2025

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
ЭТАПЕ ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО»** в соответствии с ФС спортивной подготовки,
утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.

АТТЕСТАЦИИ НА

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 100 м.		Бег на 3000 м ЮНОШИ		Бег на 2000 м ДЕВУШКИ		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИ на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Наклон вперед из положения стоя на гимнастическо й скамье (от уровня скамьи)		Челночный бег 3x10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кросс на 5 км (бег по пересеченной местности) ЮНОШИ Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности) ДЕВУШКИ		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Артамонов Михаил Владимирович	11,4	3	11.49	3	50	3	26	3	+14	2	5,2	3	254	3	55	3	22.44	3			26
2	Артамонова Анастасия Александровна	13,1	3	8.12	3	31	3	36	3	+20	3	6,3	3	219	3	54	3	14.53	3			24
3	Гриценко Владимир Александрович	10,9	3	11.37	3	48	3	22	3	+16	3	5,4	3	261	3	55	3	22.21	3			24
4	Зверева Мария Александровна	14,1	3	8.47	3	30	3	24	3	+18	3	6,8	3	214	3	52	3	14.49	3			14
5	Лукашов Кирилл Михайлович	12,0	3	11.53	3	48	3	24	3	+15	3	5,0	3	264	3	55	3	22.52	3			24
6	Шиманский Владислав Владимирович	11,9	3	11.04	3	51	3	20	3	+15	3	5,0	3	252	3	55	3	22.55	3			24
7	Шиншко Дмитрий Александрович	11,2	3	11.23	3	53	3	29	3	+14	3	5,2	3	257	3	55	3	22.40	3			24

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ВСМ

Дата

11.11.2025

Тренер

Подпись

Мак В.Р.
Шиншко

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
ЭТАПЕ ВЫШЕГО СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной подготовки,
утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

АТТЕСТАЦИИ НА

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30x8 м с высокого старта		Удары «долю чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Аргамонов Михаил Владимирович	48 с.	3	28	3	325
2	Аргамонова Анастасия Александровна	53 с.	3	29	3	335
3	Гриценко Владимир Александрович	42 с.	3	32	3	335
4	Зверева Мария Александровна	56 с.	3	29	3	335
5	Лукашов Кирилл Михайлович	49 с.	3	30	3	335
6	Шиманский Владислав Владимирович	47 с.	3	28	3	335
7	Шишко Дмитрий Александрович	47 с.	3	30	3	335

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ВСМ

Дата

Тренер

Подпись

Мак В. Ф.

Мак

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022**

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 60 м.		Бег на 2000 м		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		вперед из положения стоя на гимнастичес- кой скамье (от уровня скамьи)		Челночный бег 3x10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИ на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	ЕЛИСЕЕВ	7.2	3	7.33	2	40	3	+7	0	6.7	3	245	3	15	2	46	1	17
2	БЫСТРОВ	6.9	3	7.20	3	40	3	+15	3	6.7	3	240	3	18	3	55	3	24
3	МАТЮШКО	7.0	3	7.19	3	40	3	+16	3	6.5	3	256	3	12	1	58	3	22
4	ЕРОШКИНА	9.1	2	9.05	3	20	3	+20	3	7.6	2	190	3	15	3	50	3	22
5	СЕМЕРИКОВ	8.0	2	3.45	2	40	3	+8	0	7.8	1	210	3	5	0	53	3	14
6	СУЦКОВ	7.0	3	7.55	1	40	3	+10	0	7.0	3	230	3	14	1	50	2	16
7																		
8																		

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ССМ

Дата

26.11.2025

Тренер-преподаватель

Подпись

Рамишвили В.П.

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022**

1

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30х8 м с высокого старта		Удари «долио чаги» на уровне корпуса по «факетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Елисеев	45.3	3	30	3	6
2	Быстров	46.2	3	31	3	6
3	Матюшко	46.0	3	34	3	6
4	Ерошкина	1.09	2	25	3	5
5	Семериков	55.1	2	25	2	4
6	Сущков	58.1	2	31	3	5
7						
8						

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ССМ

Дата

26.11.2025

Тренер-преподаватель

Подпись

Рамишвили

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ
НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЭТАПАХ**

**(ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной подготовки,
утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	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 3x10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИ на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Великанов Александр Антонович	9.7	2	7.50	1	24	3	+8	3	7.9	3	182	3	10	3	45	3	21
2	Громова Софья Денисовна	10.8	1	8.05	2	16	3	+8	3	8.8	2	170	3	14	2	37	3	19
3	Карпенко Тансия Тимуровна	10.0	3	7.45	3	16	3	+6	1	8.3	3	179	3	16	3	38	3	22
4	Кожурин Иван Геннадьевич	9.6	2	8.10	0	21	2	+1	0	8.5	1	185	3	9	2	35	0	10
5	Коломенцев Илья Сергеевич	9.3	3	7.20	3	24	3	+7	3	8.1	3	254	3	9	2	45	3	23
6	Кудрявцева Ксения Александровна	10.3	2	7.48	3	13	2	+10	3	8.7	2	180	3	13	1	33	2	18
7	Курасова Александра Евгеньевна	9.6	3	7.40	3	16	3	+7	2	8.1	3	200	3	16	3	30	1	21
8	Рамазанов Муслим Ревшанович	9.4	3	7.19	3	24	3	+2	0	8.1	3	210	3	0	0	45	3	18
9	Чухломин Трофим Иванович	9.9	2	8.10	0	21	2	+0	0	8.7	1	181	3	3	0	46	3	11
10	Шевченко Матвей Дмитриевич	9.2	3	7.13	3	24	3	+10	3	7.4	3	208	3	12	3	48	3	24
11	Шумская Дарья Андреевна	10.8	1	8.25	1	9	0	+6	1	9.2	0	170	3	10	0	31	1	7

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

УТ(СС)-3

Дата

26.11.2025

Тренер-преподаватель

Рамишвили В.П.

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ
НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЭТАПАХ (ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30x8 м с высокого старта		Удары «долю чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результ ат	Балл	Результ ат	Балл	
1	Беликанов Александр Антонович	1 09	2	25	3	5
2	Громова Софья Денисовна	1 20	2	23	3	5
3	Карпенко Таисия Тимуровна	1 03	3	24	3	6
4	Кожурин Иван Геннадьевич	1 20	1	21	2	3
5	Коломенцев Илья Сергеевич	1 01	2	25	3	5
6	Кудрявцева Ксения Александровна	1 18	2	22	3	5
7	Курасова Александра Евгеньевна	1 03	3	25	3	6
8	Рамазанов Муслим Равшанович	1 05	2	26	3	5
9	Чухломин Трофим Иванович	1 12	1	21	2	3
10	Шевченко Матвей Дмитриевич	58с	3	27	3	6
11	Шумская Дарья Андреевна	1 34	1	20	2	3

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

УТ(СС)-3

Дата

26. 11. 2025

Тренер-
преподаватель

Рамишвили В.П.

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ
НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЭТАПАХ**

**(ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной подготовки,
утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	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 перекладине ЮНОШИ на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Александрова Елизавета Антоновна	10.8	1	8.05	2	16	3	+8	3	8.8	2	170	3	14	2	37	3	19
2	Виноградская Тансия Никитична	10.7	1	8.25	1	9	0	+8	3	9.2	0	180	3	14	2	31	1	9
3	Ким Ангелина Витальевна	10.1	3	8.08	2	12	1	+12	3	8.4	3	175	3	16	3	22	0	10
4	Кузнецова Анна Андреевна	10.3	2	7.48	3	13	2	+10	3	8.7	2	180	3	13	1	33	2	18
5	Орлов Олег Дмитриевич	9.5	3	7.18	3	51	3	+12	3	7.7	3	207	3	11	3	33	1	22
6	Плешанов Даниил Михайлович	9.3	3	7.20	3	24	3	+7	3	8.1	3	250	3	9	2	45	3	23
7	Романов Иван Александрович	9.4	3	7.19	3	24	3	+2	0	8.1	3	210	3	0	0	45	3	18
8	Слободянюк Михаил Маркович	9.4	3	7.15	3	18	3	+2	0	7.9	3	186	3	10	3	45	3	21
9	Смирнова Виктория Романовна	10.0	3	7.45	3	16	3	+6	1	8.3	3	179	3	16	3	38	3	22
10	Талканов Тагир Мустафаевич	9.9	2	8.10	0	31	3	+8	3	7.9	3	182	3	10	3	45	3	20
11	Шевченко Никита Дмитриевич	9.4	3	7.15	3	30	3	+3	0	7.7	3	180	3	7	2	29	0	19
12	Шорин Кирилл Вячеславович	9.5	3	7.40	3	31	3	+0	0	7.8	3	180	3	3	0	35	1	19

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

УТ(СС)-1

Дата

26.11.2025

Тренер-преподаватель

Рашишвили В.П.

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ
НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЭТАПАХ (ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30х8 м с высокого старта		Удары «долю чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результ ат	Балл	Результ ат	Балл	
1	Александрова Елизавета Антоновна	1.20	2	23	3	5
2	Виноградская Таисия Никитична	1.22	1	24	3	4
3	Ким Ангелина Витальевна	1.33	1	20	2	3
4	Кузнецова Анна Андреевна	1.30	1	22	3	4
5	Орлов Олег Дмитриевич	1.21	1	22	3	4
6	Плешанов Даниил Михайлович	1.21	1	23	3	4
7	Романов Иван Александрович	1.30	1	23	3	4
8	Слободянюк Михаил Маркович	1.22	1	19	2	3
9	Смирнова Виктория Романовна	1.23	1	20	2	3
10	Талканов Тагир Мустафавич	1.17	1	25	3	4
11	Шевченко Никита Дмитриевич	1.17	1	25	3	4
12	Шорин Кирилл Вячеславович	1.31	0	19	1	1

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

УТ(СС)-1

Дата

26.11.2025

Тренер-
преподаватель

Рамишвили В.И.

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ НА
ЭТАПЕ ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной подготовки,
утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 100 м.		Бег на 3000 м ЮНОШИИ		Бег на 2000 м ДЕВУШКИ		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИИ		на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Наклон вперед из положения стоя на гимнастическо й скамье (от уровня скамьи)		Челночный бег 3x10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кросс на 5 км (бег по пересеченной местности) ЮНОШИИ		Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности) ДЕВУШКИ		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Воженников Семен Олегович	12,0	3	11.48	3	48	3	15	1	+14	2	5,4	3	253	3	55	3	22.44	3	24						
2	Дадашов Максуд Джаванширович	11,4	3	11.12	3	50	3	24	3	+14	3	5,5	3	262	3	54	3	22.44	3	24						
3	Кан Виктор Александрович	12,4	2	11.34	2	46	2	14	2	+15	3	5,9	3	244	2	55	3	22.34	3	23						
4	Колесникова Виолетта Сергеевна	13,4	3	9.15	2	29	2	25	3	+18	3	7,1	2	201	2	52	3	16.11	2	22						
5	Кривейченко Елена Николаевна	13,4	3	9.10	2	27	2	30	3	+18	3	6,8	3	206	3	52	3	16.04	2	24						
6	Куш Анна Владимировна	14,1	3	8.43	3	32	3	24	3	+20	3	6,4	3	211	3	52	3	15.54	3	24						
7	Лукашов Константин Михайлович	11,9	3	11.52	3	54	3	32	3	+18	3	5,8	3	269	3	58	3	22.18	3	24						

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ВСМ

Дата

21.11.2025

Тренер

Подпись

Юрсе Р. М.
Юрсе

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ НА
ЭТАПЕ ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной подготовки,
утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30x8 м с высокого старта		Удары «долю чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Воженников Семен Олегович	54 сек	2	28	3	195
2	Дадашов Максуд Джаванширович	49	3	32	3	335
3	Кан Виктор Александрович	57	2	29	3	285
4	Колесникова Виолетта Сергеевна	1.04	2	27	3	275
5	Кривейченко Елена Николаевна	59	3	29	3	305
6	Куш Анна Владимировна	57	3	30	3	335
7	Лукашов Константин Михайлович	52	3	33	3	335

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ВСМ

Дата

21.11.2025

Тренер

Подпись

Юрий В. М.
Юрий

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ
НА ЭТАПЕ ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной
подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 100 м.		Бег на 3000 м ЮНОШИ		Бег на 2000 м ДЕВУШКИ		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИ		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)		Челночный бег 3x10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кросс на 5 км (бег по пересеченной местности) ЮНОШИ		Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности) ДЕВУШКИ		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Васильева Елена Алексеевна	15,9	2	9,9	2	35	3	23	2	18	3	2,3	2	18,7	1	52	3	16,15	2					20
2																								
3																								
4																								
5																								
6																								

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ВСМ

Дата

21.11.2025

Тренер

Подпись

Исмаилов Н.С.
[Подпись]

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 60 м.		Бег на 2000 м		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		вперед из положения стоя на гимнастичес- кой скамье (от уровня скамьи)		Челночный бег 3х10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИ на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Вишнев Максим Антонович	48	2	33	3	40	3	41	1	34	2	190	2	16	2	52	3	18
2																		
3																		
4																		
5																		
6																		

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ССМ-2

Дата

21.11.2025

Тренер-преподаватель

Подпись

Иванова И.С.
[Подпись]

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30х8 м с высокого старта		Удари «долио чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Вишнев Максим Антонович	54	2	25	2	4
2						
3						
4						
5						
6						

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ССМ-2

Дата

21.11.2025

Тренер-преподаватель

Подпись

Иванов И. С.
С. К.

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ НА
ЭТАПЕ ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной подготовки,
утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 100 м.		Бег на 3000 м ЮНОШИ		Бег на 2000 м ДЕВУШКИ		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИ		Наклон вперед из положения стоя на гимнастическо й скамье (от уровня скамьи)		Челночный бег 3x10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кросс на 5 км (бег по пересеченной местности) ЮНОШИ		Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности) ДЕВУШКИ		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Ермаков Артем Андреевич	12.5	3	12.40	3	46	2	17	2	+15	3	6.1	3	240	2	60	3	23.20	2					23
2																								
3																								
4																								
5																								
6																								
7																								

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ВСМ

Дата

04.12.2025

Тренер

Подпись

Александр А.В.

Александр

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ НА
ЭТАПЕ ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в соответствии с ФС спортивной подготовки,
утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30x8 м с высокого старта		Удары «долио чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Ермаков Артем Андреевич	60"	3	30	5	6
2						
3						
4						
5						
6						
7						

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ВСМ

Дата

04.12.2025

Тренер

Подпись

Щемелёв А.В.


**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 60 м.		Бег на 2000 м		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		вперед из положения стоя на гимнастичес- кой скамье (от уровня скамьи)		Челночный бег 3x10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИ на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Карасова Карина Рашидовна	9.3	2	9.30	3	30	3	+17	3	8.0	2	175	2	13	2	43	2	16
2																		
3																		
4																		
5																		
6																		
7																		
8																		

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ССМ-3

Дата

04.12.2025

Тренер-преподаватель

Подпись

Шемис А. В.
Шемис

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30х8 м с высокого старта		Удари «долио чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Карасова Карина Рашидовна	6,5	3	30	3	6
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ССМ-3

Дата

04.12.2025

Тренер-преподаватель

Подпись

Щеменов А.В.
Щеменов

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

Список спортсменов спортивной подготовки, утвержденный Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.																		
№ п/п	Фамилия, имя	Бег 60 м.		Бег на 2000 м		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		вперед из положения стоя на гимнастичес- кой скамье (от уровня скамьи)		Челночный бег 3x10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИ на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Агрофенина Маргарита Андреевна	8.7	3	9.05	3	30	3	20	3	7.9	2	200	3	15	3	50	3	23
2	Гренков Андрей Павлович	7.9	2	7.4	3	40	3	14	3	7.1	3	210	3	20	3	60	3	21
3	Налетова Анна Михайловна	9.2	2	9.5	1	20	3	17	3	8.0	2	160	2	10	2	45	3	18
4																		
5																		
6																		
7																		
8																		

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ССМ-2

Дата

04.12.2025

Тренер-преподаватель

Подпись

Иванов А.В.
Иванов

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30x8 м с высокого старта		Удари «долю чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Агрофенина Маргарита Андреевна	1 ⁴	3	30	3	6
2	Гренков Андрей Павлович	1 ⁴	2	30	3	5
3	Налетова Анна Михайловна	1.26	1	22	2	3
4						
5						
6						
7						
8						

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ССМ-2

Дата

04.12.2025

Тренер-преподаватель

Подпись

Александр А. В.
Семенов

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 60 м.		Бег на 2000 м		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		вперед из положения стоя на гимнастичес- кой скамье (от уровня скамьи)		Челночный бег 3x10 м		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Подтягивание из виса на перекладине ЮНОШИ на низкой перекладине ДЕВУШКИ		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Дубровко Михаил Андреевич	7.5	3	7.40	3	40	3	10	2	7.1	3	210	3	13	1	60	3	24
2	Каримова Динара Жамшидовна	8.8	0	10.00	1	10	0	15	1	8.0	2	103	0	7	0	30	0	4
3	Ковшикова Ольга Евгеньевна	9.6	0	10.00	1	15	1	15	1	8.0	2	166	1	8	0	30	0	6
4	Мехов Антон Станиславович	7.9	2	7.50	2	40	2	11	1	7.4	2	190	2	10	0	55	3	14
5	Путиловский Степан Антонович	7.6	3	7.40	3	41	3	12	2	7.3	3	190	2	13	1	54	3	20
6	Разумов Евгений Васильевич	8.5	0	8.12	0	30	0	12	2	8.0	0	181	0	10	0	46	1	3
7	Родионов Иван Борисович	8.6	0	8.10	1	36	1	11	1	8.0	0	180	0	9	0	46	1	3
8	Харина Екатерина Алексеевна	9.2	2	9.40	2	21	3	20	3	7.9	2	186	2	12	2	45	3	18
9	Шаповалова Александра Анатолевна	9.6	1	9.6	1	16	1	20	3	8.2	1	166	0	10	1	40	0	8

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ССМ-1

Дата

04.12.2025

Тренер-преподаватель

Подпись

Шелов А.В.
СФМ

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ
АТТЕСТАЦИИ НА ЭТАПАХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА «ТХЭКВОНДО» в
соответствии с ФС спортивной подготовки, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации от № 988 от 15 ноября 2022 г.**

№ п/п	Фамилия, имя	Челночный бег 30x8 м с высокого старта		Удари «долио чаги» на уровне корпуса по «ракетке» за 10 с		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Дубовко Михаил Андреевич	55 "	3	30	3	6
2	Каримова Динара Жамшидовна	1,26	0	20	1	1
3	Ковшикова Ольга Евгеньевна	1,25	0	20	1	1
4	Мехов Антон Станиславович	1,24	2	27	3	5
5	Путиловский Степан Антонович	1,11	2	30	3	5
6	Разумов Евгений Васильевич	1,20	0	20	1	1
7	Родионов Иван Борисович	1,15	0	24	2	2
8	Харина Екатерина Алексеевна	1,11	2	30	3	5
9	Шаповалова Александра Анатольевна	1,20	2	10	0	2

Отделение

ТХЭКВОНДО

Группа

ССМ-1

Дата

04.12.2025

Тренер-преподаватель

Подпись

Селемов А.В.
[Подпись]