

ПРОТОКОЛ

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки, уровень спортивной квалификации (спортивные звания) для зачисления и перевода в группы на ЭТАПЕ ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА на 2026 год на отделении ушу в соответствии с федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «ушу» от 23.11.2022 № 1065

№ п/п	Фамилия имя отчество	Дата рождения	1. Нормативы общей физической подготовки								3. Нормативы специальной физической подготовки												Общее кол-во баллов	Уровень спортивной квалификации (спортивные разряды)	Тесты*	ИТОГ		
			Для спортивных дисциплин: таолу, кунфу-традиционное ушу																									
			1.1		1.2		1.3		1.4		3.1		3.2		3.3		3.4		3.5		3.6						3.7	
			Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи). (см)		Челночный бег 3x10 м (с)		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)		Ползание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин) (кол-во раз)		Прыжки вверх из исходного положения упор присев за 1 мин (кол-во раз)		Двойной прыжок в длину с места (см)		Подтягивание из виса на перекладине (кол-во раз)		Подъем ног из виса на гимнастической стенке в положение «угол» (кол-во раз)		Шпагат продольный (фиксация положения) (с)		Шпагат поперечный (фиксация положения) (с)						И.п. – сел, ноги вместе. Наклон вперед, колени выпрямленные (фиксация положения) (с)	
			результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл					результат	балл
ДАТА ПРОВЕДЕНИЯ																												
ЭТАП ПОДГОТОВКИ			ВСМ																									
СТАРШИЙ ТРЕНЕР-ПРЕПОДАВАТЕЛЬ			ЗАМУРАЕВА Светлана Александровна																									
1	Гусева Надежда Юрьевна	16.02.2000	122	2	6.8	2	217	2	65	2	52	2	435	2	6	1	25	2	20	2	20	2	20	2	21			
2	Замураев Леонид Александрович	22.12.2006	124	2	6.7	2	241	2	72	2	50	2	505	2	16	1	27	2	20	2	20	2	20	2	21			
3	Никитин Тихон Сергеевич	13.01.2004	123	2	6.7	2	242	2	71	2	57	2	517	2	16	1	28	2	20	2	20	2	20	2	21			
4	Парфёнов Юрий Юрьевич	27.06.2004	125	2	6.7	2	240	2	68	2	53	2	520	2	16	1	28	2	20	2	20	2	20	2	21			
5	Тихонов Дмитрий Олегович	17.01.1991	123	2	6.7	2	241	2	65	2	54	2	518	2	18	1	30	2	20	2	20	2	20	2	21			
6	Харина Екатерина Викторовна	20.08.2002	123	2	6.8	2	220	2	60	2	52	2	436	2	6	1	25	2	20	2	20	2	20	2	21			

Старший тренер-преподаватель

Замураев С.А.
подпись расписка

Дата

11.05.2026

*Оценка результатов освоения Программы сопровождается аттестацией обучающихся тестами и(или) вопросов по видам подготовки, не связанным с физическими нагрузками.

Зачисляются/переводятся в ВСМ обучающиеся, набравшие в сумме наибольшее количество баллов и сдавшие тесты №1, №2 – «зачет»

СВОДНЫЙ ПРОТОКОЛ для ВСМ

Тесты индивидуального отбора:

Комплекс контрольных упражнений для оценки общей и специальной физической подготовки лиц,

проходящих спортивную подготовку для зачисления и перевода в группу на ЭТАПЕ ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА

на 2026 год на отделении ушу для определения уровня подготовленности занимающихся к освоению обязательной технической программы (изибэньгун)

№	Фамилия имя	Год рождения	1		2		3		4		5		6		7		Сумма	Уровень спортивной квалификации (спортивные разряды)		
			Упражнение на равновесие (стоя на одной ноге, другая согнута в колене перед собой, руки в стороны, глаза закрыты-20 сек)		Из и.п. основная стойка, ноги на ширине плеч прыжок вверх кругом на 360 градусов с приземлением в и.п.		Приседание на одной ноге («пистолетик»)		Позиция "Мабу"		Движение "дуби" за 30 сек		Связка "мабу+дуби"		Max "чжантитун" за 15 сек					
			Зачет	Незачет	Зачет	Незачет	Р-т	Б	Р-т	Б	Р-т	Б	Р-т	Б	Р-т	Б				
ДАТА ПРОВЕДЕНИЯ																				
ЭТАП ПОДГОТОВКИ			ВСМ																	
СТАРШИЙ ТРЕНЕР-ПРЕПОДАВАТЕЛЬ			ЗАМУРАЕВА Светлана Александровна																	
1	Гусева Надежда Юрьевна	16.02.2000	1		1		25	1	120	1	31	2	35	2	31	2	10			
2	Замураев Леонид Александрович	22.12.2006	1		1		25	1	120	1	30	2	32	2	30	2	10			
3	Никитин Тихон Сергеевич	13.01.2004	1		1		25	1	120	1	38	2	33	2	31	2	10			
4	Парфенов Юрий Юрьевич	27.06.2004	1		1		25	1	120	1	35	2	34	2	32	2	10			
5	Тихонов Дмитрий Олегович	17.01.1991	1		1		25	1	120	1	38	2	33	2	32	2	10			
6	Харина Екатерина Викторовна	20.08.2002	1		1		25	1	120	1	35	2	35	2	30	2	10			

Старший тренер-преподаватель

Замураев С.А.
подпись расписка

Дата

11.05.2026

ПРОТОКОЛ

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки, уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода в группы на ЭТАПЕ ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА на 2026 год на отделении ушу в соответствии с федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «ушу» от 23.11.2022 № 1065

№ п/п	Фамилия имя отчество	Дата рождения	1. Нормативы общей физической подготовки								3. Нормативы специальной физической подготовки												Общее			
			Для спортивных дисциплин: таолу, кунгфу-традиционное ушу																							
			1.1		1.2		1.3		1.4		3.1		3.2		3.3		3.4		3.5		3.6			3.7		
			Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи), (см)		Челночный бег 3x10 м (с)		Прыжок в длину с места точечком, двумя ногами (см)		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Прыжки вверх из исходного положения упор присев за 1 мин (кол-во раз)		Двойной прыжок в длину с места (см)		Подтягивание из виса на перекладине (кол-во раз)		Подъем ног из виса на гимнастической стенке в положение «угол» (кол-во раз)		Шпагат продольный (фиксация положения) (с)		Шпагат поперечный (фиксация положения) (с)			И.П. – сел, ноги вместе. Наклон вперед, колени выпрямленные (фиксация положения) (с)		
			результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл		результат	балл	результат
Дата проведения																										
Этап подготовки			ССМ-3																							
Тренер-преподаватель			ЗАМУРАЕВА Светлана Александровна																							
1	Никитин Максим Феликсович	21.06.2010	+20	2	7.0	1	243	2	65	2	69	2	530	2	15	1	36	2	20	2	20	2	20	2	20	
2	Яблокова Мария Станиславовна	22.04.2010	+22	2	7.4	2	221	2	55	2	62	2	445	2	6	1	25	2	20	2	20	2	20	2	21	

Тренер-преподаватель

С.А. Замураев
подпись расшнфровка

Дата 13.05.2026

Зачисляются/переводятся в ВСМ обучающиеся, набравшие в сумме наибольшее количество баллов и сдавшие тесты №1, №2 – «зачет»

СВОДНЫЙ ПРОТОКОЛ для ССМ

Сводный протокол для ССМ																			
№	Фамилия имя	Год рождения	1		2		3		4		5		6		7		Сумма	оценка	
			Упражнение на равновесие (стоя на одной ноге, другая согнута в колене перед собой, руки в стороны, глаза закрыты-20 сек)		Из и.п. основная стойка, ноги на ширине плеч прыжок вверх кругом на 360 градусов с приземлением в и.п.		Приседание на одной ноге («пистолетик»)		Позиция "Мабу"		Движение "гуиби" за 30 сек		Связка "мабу+гуибу"		Мак "чжэнтитуй" за 15 сек				
			Зачет	Незачет	Зачет	Незачет	Р-т	Б	Р-т	Б	Р-т	Б	Р-т	Б	Р-т	Б			
ДАТА ПРОВЕДЕНИЯ																			
ЭТАП ПОДГОТОВКИ			ССМ-3																
ТРЕНЕР-ПРЕПОДАВАТЕЛЬ			ЗАМУРАЕВА Светлана Александровна																
1	Никитин Максим Феликсович	21.06.2010	1		1		25	1	120	1	33	2	16	1	25	2	9		
2	Яблокова Мария Станиславовна	22.04.2010	1		1		25	1	120	1	30	2	16	1	20	2	9		

Старший тренер-преподаватель

С.А. Замураев
подпись расшнфровка

Дата 13.05.2026

ПРОТОКОЛ

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки, уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода в группы на ЭТАПЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА на 2026 год на отделении ушу в соответствии с Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «ушу» от 23.11.2022 № 1065

№ п/п		Фамилия имя отчество		Дата рождения		на 2020 год на отделения ушу в соответствии с федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «ушу» от 23.11.2022 № 1065																				Общее кол-во баллов	
						1. Нормативы общей физической подготовки										3. Нормативы специальной физической подготовки											
						Для спортивных дисциплин: таолу, кунфу-традиционное ушу																					
						1.1		1.2		1.3		3.1		3.2		3.3		3.4		3.5		3.6		3.7			
Наклон вперед из		Челночный бег		Прыжок в длину		Бег на 500 м		Прыжки вверх из		Двойной прыжок		Подтягивание из		Подъем ног из		Шаг ват		Шаг ват		И.П. – сел, ноги		Упражнение					
результат		балл		результат		балл		результат		балл		результат		балл		результат		балл		результат		балл		результат		балл	
ДАТА ПРОВЕДЕНИЯ																											
ЭТАП ПОДГОТОВКИ				ССМ-2																							
СТАРШИЙ ТРЕНЕР-ПРЕПОДАВАТЕЛЬ				ЗАМУРАЕВА Светлана Александровна																							
1	Ким Диана Сергеевна	05.02.2011	+24	2	7.4	2	219	2	15	2	67	2	430	2	7	2	67	2	20	2	20	2	20	2	10	2	24
2	Тазиев Тагир Айзатович	31.07.2011	+17	2	7.3	2	230	2	15	2	65	2	442	2	9	2	60	2	20	2	20	2	20	2	10	2	24
3	Шкредова Ангелина Викторовна	04.01.2011	+25	2	7.4	2	220	2	16	1	60	2	425	2	6	2	62	2	20	2	20	2	20	2	10	2	23

Тренер-преподаватель

Замураева С.А.
подпись расшифровка

Дата 11.05.2026

Зачисляются/переводятся в ССМ обучающиеся, набравшие в сумме наибольшее количество баллов и сдавшие тесты №1, №2 – «зачет»

СВОДНЫЙ ПРОТОКОЛ для ССМ

Тесты индивидуального отбора:

Комплекс контрольных упражнений для оценки общей и специальной физической подготовки лиц,

проходящих спортивную подготовку для зачисления и перевода в группу на ЭТАПЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА на 2026 год на отделении ушу для

проходящих спортивную подготовку для зачисления и перевода в группу на ЭТАПЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА на 2026 год на отделении ушу для																			
№	Фамилия имя	Год рождения	1		2		3		4		5		6		7		Сумма	оценка	
			Упражнение на равновесие (стоя на одной ноге, другая согнута в колене перед собой, руки в стороны, т. л. за закрыты-20 сек)		Из и.п. основная стойка, ноги на ширине плеч прыжок вверх кругом на 360 градусов с приземлением в и.п.		Приседание на одной ноге («пистолетик»)		Позиция "Мабу"		Движение "зунби" за 30 сек		Связка "мабу+зунбу"		Max "часитигуи" за 15 сек				
			Зачет	Незачет	Зачет	Незачет	Р-т	Б	Р-т	Б	Р-т	Б	Р-т	Б	Р-т	Б			
ДАТА ПРОВЕДЕНИЯ																			
ЭТАП ПОДГОТОВКИ			ССМ-2																
СТАРШИЙ ТРЕНЕР-ПРЕПОДАВАТЕЛЬ			ЗАМУРАЕВА Светлана Александровна																
1	Ким Диана Сергеевна	05.02.2011	1		1		20	1	120	1	34	2	16	1	23	2	9		
2	Тазиев Тагир Айзатович	31.07.2011	1		1		20	1	120	1	34	2	16	1	27	2	9		
3	Шкредова Ангелина Викторовна	04.01.2011	1		1		20	1	120	1	32	2	16	1	23	2	9		

Тренер-преподаватель

Замураева С.А.
подпись Дата 11.05.2026

ПРОТОКОЛ

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки, уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода в группы на ЭТАП СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА на 2026 год на отделении ушу в соответствии с федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «ушу» от 23.11.2022 № 1065

№ п/п	Фамилия имя отчество	Дата рождения	1. Нормативы общей физической подготовки										3. Нормативы специальной физической подготовки														Общее кол-во баллов			
			Для спортивных дисциплин: таолу, кунфу-традиционное ушу																											
			1.1		1.2		1.3		3.1		3.2		3.3		3.4		3.5		3.6		3.7		3.8		3.9					
			Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи), (см)		Челночный бег 3х10 м (с)		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)		Бег на 500 м (мин, с)		Прыжок вверх из исходного положения упор присев за 1 мин (кол-во раз)		Двойной прыжок в длину с места (см)		Подтягивание из виса на перекладине (кол-во раз)		Подъем ног из виса на гимнастической стенке в положение «угол» (кол-во раз)		Шпагат продольный (фиксация положения) (с)		Шпагат поперечный (фиксация положения) (с)		И.П. – сел, ноги вместе. Наклон вперед, колени выпрямленные (фиксация положения) (с)		Упражнение «мост» из положения лежа на спине (расстояние от стоп до пальцев рук не более 80 см, фиксация)					
Дата проведения			результат		балл		результат		балл		результат		балл		результат		балл		результат		балл		результат		балл		результат		балл	
07.11.2026																														

ДАТА ПРОВЕДЕНИЯ 13.11.2025

ЭТАП ПОДГОТОВКИ ССМ-1

ТРЕНЕР-ПРЕПОДАВАТЕЛЬ ЗАМУРАЕВА Светлана Александровна

1	Атаманов Елисей Николаевич	18.02.2009	+17	2	6.9	2	247	2	1.3	2	57	2	452	2	7	1	53	2	20	2	20	2	20	2	20	2	23
2	Геращенко Виктория Васильевна	04.10.2008	+23	2	7.1	2	192	2	1.42	2	55	2	410	2	4	1	52	2	20	2	20	2	20	2	20	2	23

Тренер-преподаватель  Замурова С.А.

Дата 13.05.2026

Зачисляются/переводятся в УТЗ(СС)-5 обучающиеся, набравшие в сумме наибольшее количество баллов и сдавшие тесты №1, №2 – «зачет»

СВОДНЫЙ ПРОТОКОЛ для ССМ-1

Тесты индивидуального отбора

Комплекс контрольных упражнений для оценки общей и специальной физической подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку для зачисления и перевода в группы на этап СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ МАСТЕРСТВА на 2026 год на отделении ушу для определения уровня подготовленности занимающихся к освоению обязательной технической программы (цизибэньгун)

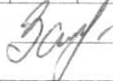
№	Фамилия имя	Год рождения	1		2		3		4		5		6		7		Сумма оценка	
			Упражнение на равновесие (стоя на одной ноге, другая согнута в колене, руки в стороны, глаза закрыты-20 сек)		Из и.п. основная стойка, ноги на ширине плеч прыжок вверх кругом на 360 градусов с приземлением в и.п.		Приседание на одной ноге («пистолетик»)		Позиция "Мабу"		Движение "гузби" за 30 сек		Связка "мабу+гузбу"		Мах "чжангитуй" за 15 сек			
			Зачет	Незачет	Зачет	Незачет	Р-т	Б	Р-т	Б	Р-т	Б	Р-т	Б	Р-т	Б		

ДАТА ПРОВЕДЕНИЯ

ЭТАП ПОДГОТОВКИ

ТРЕНЕР-ПРЕПОДАВАТЕЛЬ ЗАМУРАЕВА Светлана Александровна

1	Атаманов Елисей Николаевич	18.02.2009	10		1		20	4	120	1	32	2	16	1	24	2	9	
2	Геращенко Виктория Васильевна	04.10.2008	1		1		25	2	120	1	30	2	16	1	10	2	10	

Тренер-преподаватель  Замурова С.А.

Дата 13.05.2026

ПРОТОКОЛ

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки, уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода в группы на этапе СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА 1 года на 2026 год на отделении ушу в соответствии с федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «ушу» от 23.11.2022 № 1065

№ п/п	Фамилия имя отчество	Дата рождения	3. Нормативы специальной физической подготовки																				Общее кол-во баллов				
			1.1		1.2		1.3		3.1		3.2		3.3		3.4		3.5		3.6		3.7			3.8		3.9	
			Челночный бег 3х10 м (с)		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи). (см)		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)		Бег на 500 м (мин, с)		Прыжки вверх из исходного положения упор присев за 1 мин (кол-во раз)		Двойной прыжок в длину с места (см)		Подтягивание из виса на перекладине (кол-во раз)		Подъем ног из виса на гимнастической стенке в положение «угол» (кол-во раз)		Шпагат провольный (фиксация положения) (с)		Шпагат поперечный(фиксация положения) (с)			И.П. – сел, ноги вместе. Наклон вперед, колени выпрямленные (фиксация положения) (с)		Упражнение «мост» из положения лежа на спине (расстояние от стоп до пальцев рук не более 80 см, фиксация положения) (с)	
			результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл		результат	балл	результат	балл
ДАТА ПРОВЕДЕНИЯ			УТЭ(СС)-5, Соп-5																								
ЭТАП ПОДГОТОВКИ			УТЭ(СС)-5, Соп-5																								
ТРЕНЕР-ПРЕПОДАВАТЕЛЬ			КУРБАНХОДЖАЕВА Айнуш Абиевна, БУСОВА Анастасия Сергеевна																								
1	Босова Юлия Олеговна	15.06.2010	7.8	2	+17	2	180	2	1.19	1	40	2	410	2	10	2	4	1	20	2	20	2	15	2	10	2	22
2	Дениз Денис Сабиевич	12.04.2010	7.6	1	+12	2	191	2	1.5	2	45	2	440	2	15	2	7	1	20	2	20	2	15	2	10	2	21
3	Кузнецова Анна Сергеевна	22.09.2009	7.9	1	+16	2	182	2	1.56	1	44	2	400	1	16	2	4	1	20	2	20	2	15	2	10	2	20
4	Кунишина Татьяна Александровна	25.05.2007	7.75	2	+17	2	191	2	1.5	2	52	2	447	2	25	2	4	1	20	2	20	2	15	2	10	2	23
5	Романенко Роберт Романович	23.01.2013	7.5	2	+13	2	195	2	1.4	2	56	2	446	2	20	2	7	1	20	2	20	2	15	2	10	2	23
6	Смехов Юрий Сергеевич	16.11.2010	7.6	1	+17	1	187	2	1.53	1	40	2	430	0	10	2	5	0	20	2	20	2	15	2	10	2	17
7	Телишова Эвелина Александровна	18.11.2010	7.9	1	+13	1	175	2	2.0	1	41	2	400	1	13	2	3	0	20	2	20	2	15	2	10	2	18

Тренер-преподаватель  Курбанходжаева А.А.
расшифровка

Дата 11.05.2026

Зачисляются/переводятся в ССМ-1 обучающиеся, набравшие в сумме наибольшее количество баллов и сдавшие тесты №1, №2 – «зачет»

СВОДНЫЙ ПРОТОКОЛ для УТЭ(СС)-5

Тесты индивидуального отбора:

Комплекс контрольных упражнений для оценки общей и специальной физической подготовки лиц,

проходящих спортивную подготовку для зачисления и перевода в группу на этапе

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА 1 года на 2026 год на отделении ушу для определения уровня подготовленности занимающихся к освоению обязательной технической программы (цзибэньгун)

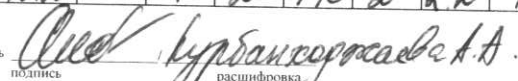
№	Фамилия имя	Год рождения	2		3		4		5		6		7		Сумма	оценка
			Из в.п. основная стойка, ноги на ширине плеч прыжок вверх кругом на 360 градусов с приземлением в в.п.		Приседание на одной ноге («пистолетик»)		Позиция "Мабу"		Движение "туби" за 30 сек		Связка "мабу+туби"		Мак "чжигунгуй" за 15 сек			
			Зачет	Незачет	Р-т	Б	Р-т	Б	Р-т	Б	Р-т	Б	Р-т	Б		
ДАТА ПРОВЕДЕНИЯ			УТЭ(СС)-5, СОН-5													
ЭТАП ПОДГОТОВКИ			УТЭ(СС)-5, СОН-5													
ТРЕНЕР-ПРЕПОДАВАТЕЛЬ			КУРБАНХОДЖАЕВА Айнуш Абиевна, БУСОВА Анастасия Сергеевна													
1	Босова Юлия Олеговна	15.06.2010	1		20	1	120	1	25	2	16	1	15	2	8	
2	Дениз Денис Сабиевич	12.04.2010	1		20	1	120	1	25	2	16	1	14	2	7	
3	Кузнецова Анна Сергеевна	22.09.2009	1		20	1	120	1	27	2	16	1	15	2	8	
4	Кунишина Татьяна Александровна	25.05.2007	1		20	1	120	1	27	2	16	1	17	2	8	
5	Романенко Роберт Романович	23.01.2013	1		20	1	120	1	28	2	16	1	18	2	8	
6	Смехов Юрий Сергеевич	16.11.2010	1		20	1	120	1	23	2	16	1	15	2	8	
7	Телишова Эвелина Александровна	18.11.2010	1		20	1	120	1	23	2	16	1	14	1	7	

Тренер-преподаватель  Курбанходжаева А.А. 11.05.2026

ПРОТОКОЛ

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки, уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода в группы на УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ этапе (спортивная специализация) 3 года на 2026 год на отделении соответствия с федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «ушу» от 23.11.2022 № 1065

№ п/п	Фамилия имя отчество	Дата рождения	1. Нормативы общей физической подготовки										3. Нормативы специальной физической подготовки															
			Для спортивных дисциплин: таолу, кунгфу-традиционные ушу																									
			1.1		1.2		1.3		1.4		3.1		3.2		3.3		3.4		3.5		3.6		3.7		3.8		3.9	
			Бег 30 м (с)		Челночный бег 3х10 м (с)		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи), (см)		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)		Бег на 500 м (мин, с)		Прыжки вверх из исходного положения упор присев за 1 мин (кол-во раз)		Двойной прыжок в длину с места (см)		Подтягивание из виса на перекладине (кол-во раз)		Подъем ног из виса на гимнастической стенке в положении «угол» (кол-во раз)		Шпагат продольный (фиксация положения) (с)		Шпагат поперечный(фиксация положения) (с)		И.П. – сел. ноги вместе. Наклон вперед, колени выпрямленные (фиксация положения) (с)		Упражнение «мост» из положения лежа на спине (расстояние от стоп до пальцев рук не более 80 см, фиксация) (с)	
результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл					результат	балл	результат	балл	
ТАТА ПРОВЕДЕНИЯ			УТ(СС)-2																									
ЭТАП ПОДГОТОВКИ																												
ТРЕНЕР-ПРЕПОДАВАТЕЛЬ			КУРБАНХОДЖАЕВА Айнуш Абиевна																									
1	Берсенева Варвара Дмитриевна	20.09.2011	6.1	2	9.7	2	+20	2	209	2	1.9	2	55	2	445	2	3	2	52	2	15	2	10	2	10	2	10	2
2	Казанцев Кирилл Алексеевич	11.10.2014	6.2	2	9.7	1	+13	2	181	2	2.0	2	50	2	353	2	3	1	47	2	15	2	10	2	10	2	10	2
3	Карпинская Марияна Андреевна	26.11.2011	6.6	1	10.2	1	+10	2	180	1	2.1	2	47	2	343	2	1	1	30	2	15	2	10	2	10	2	10	2
4	Павлов Сергей Александрович	24.03.2011	6.5	1	9.8	1	+7	2	170	2	2.15	1	46	2	337	2	1	0	25	2	15	2	10	2	10	2	7	2
5	Парфенов Марк Константинович	04.07.2014	6.2	2	9.7	1	+10	2	181	2	2.0	2	57	2	390	2	3	2	45	2	15	2	10	2	10	2	7	2
6	Федорова София Александровна	30.09.2014	6.6	1	10.2	1	+7	2	170	2	2.2	1	43	2	335	2	1	1	30	2	15	2	10	2	10	2	10	2

Тренер-преподаватель  подпись расшифровка

Дата 14.05.2026

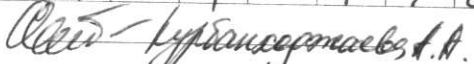
Зачисляются/переводятся в УТ(СС)-2 обучающиеся, набравшие в сумме наибольшее количество баллов и сдавшие тесты №1, №2 – «зачет»

СВОДНЫЙ ПРОТОКОЛ для УТ(СС)-2

Тесты индивидуального отбора:

Комплекс контрольных упражнений для оценки общей и специальной физической подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку для зачисления и перевода в группу на УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ этапе (спортивная специализация) 3 года на 2026 год на отделении ушу для определения уровня подготовленности занимающихся к освоению обязательной технической программы (цизибнутун)

№	Фамилия имя	Год рождения	определения уровня подготовленности занимающихся к освоению обязательной технической программы (цифры)															
			1		2		3		4		5		6		7		Сумма	оценка
			Упражнение на равновесие (стоя на одной ноге, другая согнута в колене перед собой, руки в стороны, т. таз закрыты-20 сек)		И.п. основная стойка, ноги на ширине плеч прыжок вверх кругом на 360 градусов с приземлением в и.п.		Приседание на одной ноге («нистолетик»)		Позиция "Мабу"		Движение "гунби" за 30 сек		Связка "мабу+гунбу"		Max "жажигунгу" за 15 сек			
Дата проведения			Зачет	Незачет	Зачет	Незачет	Р-т	Б	Р-т	Б	Р-т	Б	Р-т	Б	Р-т	Б		
Этап подготовки			УТ(СС)-2															
Тренер-преподаватель			Курбанходжаева Айнуш Абиевна															
1	Берсенева Варвара Дмитриевна	20.09.2011	1		1		15	2	60	1	30	2	10	2	24	2	11	
2	Казанцев Кирилл Алексеевич	11.10.2014	1		1		10	2	60	1	27	2	10	2	17	2	11	
3	Карпинская Марияна Андреевна	26.11.2011	1		1		7	1	60	1	20	2	10	2	10	1	9	
4	Павлов Сергей Александрович	24.03.2011	1		1		7	1	60	1	15	2	10	2	11	2	10	
5	Парфенов Марк Константинович	04.07.2014	1		1		15	2	60	1	26	2	10	2	16	2	11	
6	Федорова София Александровна	30.09.2014	1		1		7	1	60	1	15	2	10	2	10	2	10	

Тренер-преподаватель  подпись

Дата 14.05.2026

ПРОТОКОЛ

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки, уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода в группы на УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ этапе (спортивная специализация) 2 года на 2026 год на отделении ушу в соответствии с федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «ушу» от 23.11.2022 № 1065

№ п/п	Фамилия имя отчество	Дата рождения	1. Нормативы общей физической подготовки										3. Нормативы специальной физической подготовки														Общее кол-во баллов																																									
			1.1					1.2					1.3					1.4					3.1					3.2					3.3					3.4					3.5					3.6					3.7					3.8					3.9					
			Бег 30 м (с)					Челночный бег 3х10 м (с)					Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) (см)					Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)					Бег на 500 м (мин, с)					Прыжки вверх из исходного положения упор присев за 1 мин (кол-во раз)					Двойной прыжок в длину с места (см)					Подтягивание из виса на перекладине (кол-во раз)					Подъем ног из виса на гимнастической стенке в положении «угол» (кол-во раз)					Шпагат продольный (фиксация положения) (с)					Шпагат поперечный (фиксация положения) (с)					И.П. – сел, ноги вместе. Наклон вперед, колени выпрямленные (фиксация положения) (с)					Упражнение «мост» из положения лежа на спине (расстояние от ступ. до пальцев рук не более 80 см, фиксация)					
			Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл																									
Дата проведения			УТ(СС)-1																																																																	
Этап подготовки			КУРБАНХОДЖАЕВА Айнуш Абиевна, БУСОВА Анастасия Сергеевна																																																																	
Тренер-преподаватель																																																																				
1	Атаршкова Ксения Михайловна	05.02.2016	6.4	2	9.9	2	+13	2	1.96	2	2.15	2	41	2	363	2	2	1	34	2	10	2	10	2	10	2	10	2	10	2	10	2	10	2	10	2	25																															
2	Браткович Александр Романович	29.06.2015	6.4	1	9.8	1	+15	2	1.7	2	2.1	1	52	2	352	2	2	1	40	2	10	2	10	2	10	2	10	2	10	2	10	2	10	2	10	2	22																															
3	Прыткова Дарья Сергеевна	03.05.2016	6.5	1	9.9	2	+11	2	1.55	2	2.2	1	40	2	336	2	1	1	29	2	10	2	10	2	10	2	10	2	10	2	10	2	10	2	10	2	23																															
4	Самченко Валерия Александровна	20.04.2015	6.6	1	10.1	1	+13	2	1.90	2	2.3	1	44	2	331	2	1	1	32	2	10	2	10	2	10	2	10	2	10	2	10	2	10	2	10	2	22																															
5	Семезкино Иеронико Евгеньевич	03.08.2016	6.4	2	9.8	2	+15	2	1.92	2	2.1	2	52	2	393	2	3	2	43	2	10	2	10	2	10	2	10	2	10	2	10	2	10	2	10	2	26																															
6	Семезкино Елисей Евгеньевич	03.08.2016	6.5	1	9.8	1	+12	2	1.62	2	2.2	1	41	2	320	0	1	1	24	2	10	2	10	2	10	2	10	2	10	2	10	2	10	2	10	2	20																															
7	Шамасова Анастасия Владимировна	03.04.2015	6.5	1	10.0	2	+13	2	1.96	2	2.2	1	49	2	402	2	1	1	44	2	10	2	10	2	10	2	10	2	10	2	10	2	10	2	10	2	23																															

Тренер-преподаватель: Сидор Курбанходжаева А.А.
подпись: _____ расшифровка

Дата: 13.05.2026

Зачисляются/переводятся в УТ(СС)-2 обучающиеся, набравшие в сумме наибольшее количество баллов и сдавшие тесты №1, №2 – «зачет»

СВОДНЫЙ ПРОТОКОЛ для УТ(СС)-2

Тесты индивидуального отбора

Комплекс контрольных упражнений для оценки общей и специальной физической подготовки лиц,

проходящих спортивную подготовку для зачисления и перевода в группы на УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ этапе (спортивная специализация) 2 года на 2026 год на отделении ушу для определения уровня подготовленности занимающихся к освоению обязательной технической программы (цзибэнгун)

№	Фамилия имя	Год рождения	1		2		3		4		5		6		7		Сумма	оценка
			Упражнение на равновесие (стоя на одной ноге, другая согнута в колене перед собой, руки в стороны, глаза закрыты-20 сек)		Из.п.п. основная стойка, ноги на ширине плеч, прыжок вверх крутом на 360 градусов с приземлением в из.п.		Приседание на одной ноге («пистолетик»)		Позиция "Мабу"		Движение " дунби" за 30 сек.		Связка "мабу+дунбу"		Мак "чжангитун" за 15 сек.			
			Зачет	Незачет	Зачет	Незачет	Р-т	Б	Р-т	Б	Р-т	Б	Р-т	Б	Р-т	Б		
Дата проведения			УТ(СС)-1															
Этап подготовки			КУРБАНОХОДЖАЕВА Айнуш Абдиевна, БУСОВА Анастасия Сергеевна															
Тренер-преподаватель																		
1	Атаршкова Ксения Михайловна	05.02.2016	+		1		17	2	60	1	30	2	8	1	20	2	10	
2	Браткович Александр Романович	29.06.2015	+		1		13	2	60	1	30	2	8	1	24	2	10	
3	Прыткова Дарья Сергеевна	03.05.2016	+		1		13	2	60	1	28	2	8	1	13	2	10	
4	Самченко Валерия Александровна	20.04.2015	1		1		11	2	60	1	28	2	8	1	17	2	10	
5	Семезкино Иеронико Евгеньевич	03.08.2016	1		1		19	2	60	1	28	2	8	1	14	2	10	
6	Семезкино Елисей Евгеньевич	03.08.2016	1		1		16	2	60	1	22	2	8	1	12	2	10	
7	Шамасова Анастасия Владимировна	03.04.2015	1		1		15	2	60	1	25	2	8	1	10	2	10	

Тренер-преподаватель: Сидор Курбанходжаева А.А.
подпись: _____

Дата: 13.05.2026

ПРОТОКОЛ

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки, уровень спортивной квалификации (спортивные звания) для зачисления и перевода в группы на ЭТАПЕ ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА на 2026 год на отделении ушу в соответствии с федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «ушу» от 23.11.2022 № 1065

№ п/п	Фамилия имя отчество	Дата рождения	1. Нормативы общей физической подготовки																3. Нормативы специальной физической подготовки										Общее кол-во баллов	Уровень спортивной квалификации (спортивные разряды)	Тесты*	ИТОГ
			Для спортивных дисциплин: таолу, кунгфу-традиционное ушу																													
			1.1		1.2		1.3		1.4		3.1		3.2		3.3		3.4		3.5		3.6		3.7									
			Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи). (см)		Челночный бег 3х10 м (с)		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин) (кол-во раз)		Прыжки вверх из исходного положения упор присев за 1 мин (кол-во раз)		Двойной прыжок в длину с места (см)		Подтягивание из виса на перекладине (кол-во раз)		Подъем ног из виса на гимнастической стенке в положение «уголок» (кол-во раз)		Шаг вперед, прогиб (фиксация положения) (с)		Шаг назад, прогиб (фиксация положения) (с)		И.п. – сел. ноги вместе. Наклон вперед, колени выпрямленные (фиксация положения) (с)									
			результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл						
ДАТА ПРОВЕДЕНИЯ																																

Дата проведения: 13.05.2024

Этап подготовки: ВСК

Старший тренер-преподаватель: КУДРВЦЕВА Алла Олеговна

1 Сафонова Александра Геннадьевна 13.05.2004 +21 2 7.8 1 215 2 62 2 52 2 445 2 6 1 50 2 20 2 20 2 20 2 20

Старший тренер-преподаватель: [подпись] Кудрвцева А.О. Дата: 13.05.2024

*Оценка результатов освоения Программы сопровождается аттестацией обучающихся тестами и (или) вопросами по видам подготовки, не связанным с физическими нагрузками

Зачисляются/переводятся в ВСК обучающиеся, набравшие в сумме наибольшее количество баллов и сдавшие тесты №1, №2 – «зачет»

СВОДНЫЙ ПРОТОКОЛ для ВСК

Тесты индивидуального отбора:

Комплекс контрольных упражнений для оценки общей и специальной физической подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку для зачисления и перевода в группы на ЭТАПЕ ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА

на 2026 год на отделении ушу для определения уровня подготовленности занимающихся к освоению обязательной технической программы (цзибэньгун)

№ Фамилия имя Год рождения 1 2 3 4 5 6 7 Сумма

Упражнение на равновесие (стоя на одной ноге, другая согнута в колене, руки в стороны, глаза закрыты-20 сек)

И.л. и.п. основная стойка, ноги на ширине плеч, прыжок вверх, крутом на 360 градусов с приземлением в и.п.

Приседание на одной ноге («пистолетик»)

Позиция «Мабу»

Движение «глубин» за 30 сек

Связка «мабу+гунбу»

Макс «чжэнтуй» за 15 сек

Зачет Не зачет Зачет Не зачет Р-т Б Р-т Б Р-т Б Р-т Б Р-т Б

Дата проведения: 13.05.2024

Этап подготовки: ВСК

Старший тренер-преподаватель: КУДРВЦЕВА Алла Олеговна

1 Сафонова Александра Геннадьевна 13.05.2004 1 1 25 1 120 1 31 2 16 1 23 2 9

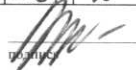
Старший тренер-преподаватель: [подпись] Кудрвцева А.О. Дата: 13.05.2024

ПРОТОКОЛ

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки, уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода в группы на ЭТАПЕ ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА на 2026 год на отделении ушу в соответствии с федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «ушу» от 23.11.2022 № 1065

№ п/п	Фамилия имя отчество	Дата рождения	1. Нормативы общей физической подготовки								3. Нормативы специальной физической подготовки																Общее кол-во баллов
			Для спортивных дисциплин: таолу, кунгфу-традиционное ушу																								
			1.1		1.2		1.3		3.1		3.2		3.3		3.4		3.5		3.6		3.7		3.8		3.9		
			Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи), (см)		Челночный бег 3х10 м (с)		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Прыжки вверх из исходного положения упор присев за 1 мин (кол-во раз)		Двойной прыжок в длину с места (см)		Подтягивание из виса на перекладине (кол-во раз)		Подъем ног из виса на гимнастической стенке в положение «угол» (кол-во раз)		Шпагат продольный (фиксация положения) (с)		Шпагат поперечный (фиксация положения) (с)		И.П. – сел. ноги вместе. Наклон вперед, колени выпрямленные (фиксация положения) (с)		Упражнение «мост» из положения лежа на спине (расстояние от стоп до пальцев рук не более 80 см, фиксация положения) (с)		
			результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	
Дата проведения			ССМ-3																								
ЭТАП ПОДГОТОВКИ																											
ТРЕНЕР-ПРЕПОДАВАТЕЛЬ			КУДРЯВЦЕВА Алла Олеговна																								
1	Кузнецова Вероника Олеговна	04.04.2010	23	2	6.9	2	195	2	57	2	47	2	430	2	7	1	19	2	20	2	20	2	20	2	15	2	23
2	Майорова Лина Вадимовна	25.08.2010	22	2	6.9	2	197	2	58	2	50	2	431	2	7	1	20	2	20	2	20	2	20	2	15	2	23
3	Исхорошев Андрей Евгеньевич	27.02.2009	23	2	6.8	2	197	2	62	2	56	2	502	2	15	1	25	2	20	2	20	2	20	2	15	2	23

Тренер-преподаватель

 Кудрявцева А.О.
подпись

Дата

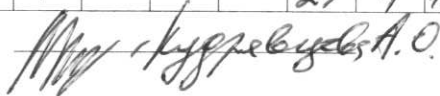
12.05.2026

Зачисляются/переводятся в ВСМ обучающиеся, набравшие в сумме наибольшее количество баллов и сдавшие тесты №1, №2 – «зачет»

СВОДНЫЙ ПРОТОКОЛ для ССМ

Сводный протокол для ССМ																		
№	Фамилия имя	Год рождения	1		2		3		4		5		6		7		Сумма	оценка
			Упражнение на равновесие (стоя на одной ноге, другая согнута в колене перед собой, руки в стороны, т. таз закрыты-20 сек)		Из и.п. основная стойка, ноги на ширине плеч прыжок вверх крутом на 360 градусов с приземлением в и.п.		Приседание на одной ноге («пистолетик»)		Позиция "Мабу"		Движение "дубин" за 30 сек		Связка "мабу+гунбу"		Мах "чжантитуй" за 15 сек			
			Зачет	Незачет	Зачет	Незачет	Р-т	Б	Р-т	Б	Р-т	Б	Р-т	Б	Р-т	Б		
Дата проведения																		
Этап подготовки			ССМ-3															
Тренер-преподаватель			КУДРЯВЦЕВА Алла Олеговна															
1	Дробинский Борислав Александрович	10.12.2007	1		1		25	1	120	1	31	2	16	1	27	2	9	
2	Кузнецова Вероника Олеговна	04.04.2010	1		1		25	1	120	1	30	2	16	1	25	2	9	
3	Майорова Лина Вадимовна	25.08.2010	1		1		25	1	120	1	30	2	16	1	27	2	9	
4	Исхорошев Андрей Евгеньевич	27.02.2009	1		1		25	1	120	1	31	2	16	1	25	2	9	

Старший тренер-преподаватель

 Кудрявцева А.О.
подпись

Дата

12.05.2026

ПРОТОКОЛ

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки, уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода в группы на ЭТАПЕ ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА на 2026 год на отделении ушу в соответствии с федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «ушу» от 23.11.2022 № 1065

№ п/п	Фамилия имя отчество	Дата рождения	1. Нормативы общей физической подготовки								3. Нормативы специальной физической подготовки														Общее кол-во баллов	
			Для спортивных дисциплин: таолу, кунгфу-традиционное ушу																							
			1.1		1.2		1.3		3.1		3.2		3.3		3.4		3.5		3.6		3.7		3.8			
			Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи), (см)		Челночный бег 3x10 м (с)		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)		Прыжки вверх из исходного положения упор присев за 1 мин (кол-во раз)		Двойной прыжок в длину с места (см)		Подтягивание из виса на перекладине (кол-во раз)		Подъем ног из виса на гимнастической стенке в положение «уголок» (кол-во раз)		Шпагат продольный (фиксация положения) (с)		Шпагат поперечный (фиксация положения) (с)		И.П. – сел, ноги вместе. Наклон вперед, колени выпрямленные (фиксация положения) (с)			
			результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл		результат
ДАТА ПРОВЕДЕНИЯ																										
ЭТАП ПОДГОТОВКИ			ССМ-3																							
ТРЕНЕР-ПРЕПОДАВАТЕЛЬ			КУДРЯВЦЕВА Алла Олговна																							
1	Бусова Анастасия Сергеевна	15.03.2001	+21	2	6.9	2	205	2	52	2	52	2	421	1	5	1	20	2	20	2	20	2	20	2	20	
2	Голытков Александр Юрьевич	20.12.2007	+15	2					55	2					16	1	25	2	20	2	20	2	18	2	13	
3	Калугина Мария Александровна	26.01.2009	+23	2	6.9	2	209	2	58	2	62	2	423	1	6	1	25	2	20	2	20	2	20	2	20	
4	Муравьева Надежда Владимировна	16.02.2004	+21	2	7.1	2	207	2	53	2	54	2	420	1	5	1	25	2	20	2	20	2	20	2	20	
5	Сидкина Ксения Владимировна	17.01.2009	+23	2	7.0	2	221	2	67	2	67	2	425	2	7	1	25	2	20	2	20	2	20	2	21	
6	Соковых Анастасия Романовна	02.03.2007	+22	2	7.0	2	191	2	57	2	56	2	420	1	6	1	21	2	20	2	20	2	20	2	20	
7	Старовойтова Мария Денисовна	02.03.2008	+25	2	7.1	2	215	2	57	2	70	2	428	2	5	1	25	2	20	2	20	2	20	2	20	

Тренер-преподаватель

 Кудрявцева А.О.
подпись расшифровка

Дата 11.05.2026

Зачисляются/переводятся в ВСМ обучающиеся, набравшие в сумме наибольшее количество баллов и сдавшие тесты №1, №2 – «зачет»

СВОДНЫЙ ПРОТОКОЛ для ССМ																		
№	Фамилия имя	Год рождения	1		2		3		4		5		6		7		Сумма	оценка
			Упражнение на равновесие (стоя на одной ноге, другая согнута в колене, руки в стороны, глаза закрыты-20 сек)		И.п.н., основная стойка, ноги на ширине плеч прыжок вперед кулем на 360 градусов с приземлением в н.п.		Приседание на одной ноге («пистолетик»)		Позиция "Мабу"		Движение "губи" за 30 сек		Связка "мабу+губи"		Мах "чжангитун" за 15 сек			
			Зачет	Незачет	Зачет	Незачет	Р-т	Б	Р-т	Б	Р-т	Б	Р-т	Б	Р-т	Б		
ДАТА ПРОВЕДЕНИЯ																		
ЭТАП ПОДГОТОВКИ			ССМ-3															
ТРЕНЕР-ПРЕПОДАВАТЕЛЬ			КУДРЯВЦЕВА Алла Отговна															
1	Бусова Анастасия Сергеевна	15.03.2001	1		1		25	1	120	1	30	2	16	1	21	2	9	
2	Голытков Александр Юрьевич	20.12.2007	1								31	2					3	
3	Калугина Мария Александровна	26.01.2009	1		1		25	1	120	1	32	2	16	1	25	2	9	
4	Муравьева Надежда Валдимировна	16.02.2004	1		1		25	1	120	1	30	2	16	1	22	2	9	
5	Сидкина Ксения Владимировна	17.01.2009	1		1		25	1	120	1	32	2	16	1	25	2	9	
6	Соковых Анастасия Романовна	02.03.2007	1		1		25	1	120	1	31	2	16	1	22	2	9	
7	Старовойтова Мария Денисовна	02.03.2008	1		1		25	1	120	1	30	2	16	1	24	2	9	

Старший тренер-преподаватель

 Кудрявцева А.О. Дата 11.05.2026

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки, уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода в группы на УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ этапе (спортивная специализация) 4 года на 2026 год на отделении УШУ в соответствии с федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «ушу» от 23.11.2022 № 1065

Тренер-преподаватель,

Данные

Зачисляются/переводятся в УТЭ(СС)-4 обучающиеся, набравшие в сумме наибольшее количество баллов и сдавшие тесты №1, №2 – «зачеты».

Тесты индивидуального отбора

Комплекс контрольных упражнений для оценки общей и специальной физической подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку для зачисления и перевода в группу на УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ этапе (спортивная специализация) 4 года на 2026 год на отделении ушу для определения уровня подготовленности занимающихся к освоению обязательной технической программы (изыбных)»

Date: 13.05.2026

ПРОТОКОЛ

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода в группы НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ 3 года и спортивно-оздоровительного этапа (БАЗОВЫЙ УРОВЕНЬ) 3 года на 2026 год на отделении ушу в соответствии с федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «ушу» от 23.11.2022 № 1065

№ п/п	Фамилия имя отчество	Дата рождения	1. Нормативы общей физической подготовки								3. Нормативы специальной физической подготовки																Общие кол-во баллов
			Для спортивных дисциплин: таолу, кунфу-традиционное ушу																								
			1.1		1.2		1.3		1.4		3.1		3.2		3.3		3.4		3.6		3.7		3.8		3.9		
			Бег 30 м (с)		Чел. прыжок в высоту 3x10 м (с)		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи), (см)		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)		Подъем ног из виса на гимнастической стенке в положении «угол» (кол-во раз)		Прыжки вверх из исходного положения упор присев за 1 мин (кол-во раз)		Двойной прыжок в длину с места (см)		Прыжки в длину на одной ноге 10 м (с)		Шпагат продольный (фиксация положения) (с)		Шпагат поперечный(фиксация положения) (с)		И.П. – сел. ноги вместе. Наклон вперед, колени выпрямленные (фиксация положения) (с)		Упражнение «мост» из положения лежа на спине (расстояние от стоп до пальцев рук не более 80 см, фиксация)		
результат		балл		результат		балл		результат		балл		результат		балл		результат		балл		результат		балл		результат		балл	
Дата проведения			СО6-2																								
Этап подготовки																											
Тренер-преподаватель			Кудрявцева Алла Олеговна																								
1	Балтина Эмилия Сергеевна	12.05.2015	8.8	2	11.0	2	+15	2	178	2	38	2	45	2	330	2	5.8	2	10	2	10	2	10	2	10	2	24
2	Бухнина Вероника Николаевна	20.06.2016	8.9	1	11.2	1	+10	2	165	2	20	2	37	2	305	2	5.9	1	10	2	10	2	10	2	10	2	21
3	Зев Петр Сергеевич	27.08.2015	8.6	01	10.8	1	+3	1	125	2	7	2	30	2	300	1	5.8	2	6	0	6	0	6	0	5	0	11
4	Карбасов Кирилл Михайлович	24.12.2015	8.5	1	10.6	2	+16	2	205	2	41	2	52	2	343	2	5.6	2	10	2	10	2	10	2	10	2	23
5	Кошкин Арсений Артемович	08.10.2017	8.6	1	10.8	1	+7	2	150	2	31	2	43	2	300	1	5.8	1	10	2	10	2	10	2	10	2	20
6	Кутлер Екатерина Игоревна	18.09.2015	8.9	1	11.2	1	+11	2	135	2	13	2	29	2	290	1	5.9	1	10	2	10	2	10	2	10	2	20
7	Самолкина Дарья Дмитриевна	02.09.2016	9.0	1	11.3	1	+11	2	123	2	15	2	28	2	291	1	5.95	1	10	2	10	2	10	2	6	1	19
8	Фролова Надежда Михайловна	29.06.2017	9.1	1	11.3	1	+10	2	115	2	16	2	27	2	291	1	5.95	1	9	2	10	2	7	1	6	1	18
9	Шакиров Камил Салаватович	14.10.2016	8.5	1	10.7	1	+6	2	160	2	35	2	41	2	326	2	5.7	1	10	2	10	2	10	2	7	2	21
10	Танкинова Александра Рустамовна	28.09.2016	8.9	1	11.1	2	+10	2	155	2	21	2	40	2	307	2	5.8	2	10	2	10	2	10	2	10	2	23

Тренер-преподаватель

Кудрявцева А.О.
подпись

Дата

12.05.2026

ПРОТОКОЛ

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки, уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода в группы на ЭТАПЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА на 2026 год на отделении ушу в соответствии с федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «ушу» от 23.11.2022 № 1065

№ п/п		Фамилия имя отчество	Дата рождения	на 2020 год на отделении ушу в соответствии с федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «ушу» от 23.11.2022 № 1065																					Общее кол-во баллов			
				1. Нормативы общей физической подготовки										3. Нормативы специальной физической подготовки														
				Для спортивных дисциплин: таоду, кунгфу-традиционное ушу																								
				1.1		1.2		1.3		3.1		3.2		3.3		3.4		3.5		3.6		3.7		3.8		3.9		
Наклон вперед из		Челночный бег		Прыжок в длину		Бег на 500 м		Прыжки вверх из		Двойной прыжок		Подтягивание из		Подъем ног из		Шпагат		Шпагат		И.П. – сед, ноги		Упражнение						
результат балл		результат балл		результат балл		результат балл		результат балл		результат балл		результат балл		результат балл		результат балл		результат балл		результат балл		результат балл						
ДАТА ПРОВЕДЕНИЯ																												
ЭТАП ПОДГОТОВКИ				ССМ-2																								
СТАРШИЙ ТРЕНЕР-ПРЕПОДАВАТЕЛЬ				НИКУЛЬЦЕВА Ольга Юрьевна																								
1	Афанасьев Павел Николаевич		27.05.2008	+11	1	7.5	2	219	2	1.45	2	47	2	440	2	7	1	25	2	20	2	20	2	20	2	10	2	22
2	Сенаторова Ксения Вячеславовна		10.02.2009	+13	1	7.5	2	205	2	1.36	1	48	2	410	2	4	1	20	2	20	2	20	2	20	2	10	2	21
3	Усова Александра Алексеевна		02.09.2010	+13	1	7.8	1	206	2	1.6	1	48	2	410	2	4	1	20	2	20	2	20	2	20	2	10	2	20

Тренер-преподаватель

Никольцева О.Ю.
подпись расшфировка

Дата 15.05.2026

Зачисляются/переводятся в ССМ обучающиеся, набравшие в сумме наибольшее количество баллов и сдавшие тесты №1, №2 – «зачет»

СВОДНЫЙ ПРОТОКОЛ для ССМ

Тесты индивидуального отбора.

Комплекс контрольных упражнений для оценки общей и специальной физической подготовки лиц,

проходящих спортивную подготовку для зачисления и перевода в группы на ЭТАПЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА на 2026 год на отделении ушу для

№	Фамилия имя	Год рождения	Упражнение на равновесие (стоя на одной ноге, другая согнута в колене перед собой, руки в стороны, глаза закрыты-20 сек)																		Сумма	оценка
			1		2		3		4		5		6		7							
			Зачет	Незачет	Зачет	Незачет	Р-т	Б	Р-т	Б	Р-т	Б	Р-т	Б	Р-т	Б						
Дата проведения																						
Этап подготовки			ССМ-2																			
Старший тренер-преподаватель			НИКУЛЬЦЕВА Ольга Юрьевна																			
1	Афанасьев Павел Николаевич	27.05.2008	1		1		20	1	120	1	30	2	16	1	25	2	9					
2	Сенаторова Ксения Вячеславовна	10.02.2009	1		1		20	1	120	1	27	2	16	1	21	2	9					
3	Усова Александра Алексеевна	02.09.2010	1		1		20	1	120	1	27	2	16	1	22	2	9					

Тренер-преподаватель

Никольцева О.Ю. Дата 15.05.2026

ПРОТОКОЛ

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки, уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода в группы на УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ этапе (спортивная специализация) 5 года на 2026 год на отделении ушу в соответствии с федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «ушу» от 23.11.2022 года № 1065

№ п/п	Фамилия имя отчество	Дата рождения	1. Нормативы общей физической подготовки										3. Нормативы специальной физической подготовки														Общее кол-во баллов					
			1.1		1.2		1.3		1.4		3.1		3.2		3.3		3.4		3.5		3.6		3.7		3.8			3.9				
			Бег 30 м (с)		Челночный бег 3х10 м (с)		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) (см)		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)		Бег на 500 м (мин, с)		Прыжки вверх из исходного положения упор присев за 1 мин (кол-во раз)		Двойной прыжок в длину с места (см)		Подтягивание из виса на перекладине (кол-во раз)		Подъем ног из виса на гимнастической стенке в положение «угол» (кол-во раз)		Шпагат продольный (фиксация) (с)		Шпагат поперечный (фиксация) (с)		И.П. – сс, ноги вместе. Наклон вперед, колени выпрямленные (фиксация) (с)			Упражнение «мост» из положения лежа на спине (расстояние от стоп до пальцев рук не более 80 см, фиксация)				
			Результат	балл	Результат	балл	Результат	балл	Результат	балл	Результат	балл	Результат	балл	Результат	балл	Результат	балл	Результат	балл	Результат	балл	Результат	балл	Результат	балл		Результат	балл	Результат	балл	
Дата проведения этапа подготовки			УТЗ(СС)-4																													
Тренер-преподаватель			НИКУЛЬЦЕВА Ольга Юрьевна																													
1	Болкова Дарья Николаевна	23.01.2012	6.4	2	9.7	2	+21	2	205	2	2.1	2	65	2	416	2	3	1	60	2	15	2	15	2	15	2	10	2	25			
2	Дерюгин Иван Сергеевич	10.11.2012	6.5	1	9.8	1	+7	2	195	2	2.15	2	46	2	400	2	2	1	31	2	10	1	10	2	10	2	10	2	22			
3	Каленкова Ксения Давидовна	12.07.2011	6.52	1	9.9	2	+13	2	200	2	2.2	1	47	2	410	2	2	1	32	2	15	2	15	2	15	2	10	2	23			
4	Кузьмина Кира Александровна	23.12.2011	6.51	1	9.9	2	+20	2	202	2	2.13	2	52	2	370	2	3	1	49	2	15	2	15	2	15	2	10	2	24			
5	Максимов Иван Александрович	05.04.2012	6.45	1	9.8	2	+17	2	212	2	2.2	1	61	2	445	2	3	1	60	2	15	2	15	2	15	2	10	2	22			

Тренер-преподаватель:  Никольцева О.Ю.
подпись расшфровка

Дата: 14.05.2026

Зачисляются/переводятся в УТЭ(СС)-5 обучающиеся, набравшие в сумме наибольшее количество баллов и сдавшие тесты №1, №2 – «зачет»

СВОДНЫЙ ПРОТОКОЛ для УТЭ(СС)-4

Тесты индивидуального отбора

Комплексы контрольных упражнений для оценки общей и специальной физической подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку для зачисления и перевода в группы на УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ этапе (спортивная специализация) 5 года на 2026 год на отделении ушу для определения уровня подготовленности занимающихся к освоению обязательной технической программы (пизибэньгун)

№	Фамилия имя	Год рождения	к освоению базовой технико-спортивной программы (таблица 1)																
			1		2		3		4		5		6		7		Сумма	оценка	
			Упражнение на равновесие (стоя на одной ноге, другая согнута в колене перед собой, руки в стороны, глаза закрыты-20 сек)		Из и.п. основная стойка, ноги на ширине плеч прыжок вверх крутом на 360 градусов с приземлением в и.п.		Приседание на одной ноге («пистолетик»)		Позиция "Мабу"		Движение "Гунби" за 30 сек		Связка "мабу+гунбу"		Макс "баситутуй" за 15 сек				
Зачет		Незачет		Зачет		Незачет		Р-т		Б		Р-т		Б		Р-т		Б	
Дата проведения этапа подготовки			УТЭСС-4																
Тренер-преподаватель			НИКУЛЬЦЕВА Ольга Юрьевна																
1	Болкова Дарья Николаевна	23.01.2012	1		1		20	2	80	1	33	2	14	1	26	2	10		
2	Дерюгин Иван Сергеевич	10.11.2012	1		1		15	1	80	1	18	2	14	1	11	0	5		
3	Каленкова Ксения Давидовна	12.07.2011	1		1		15	1	80	1	20	2	14	1	15	2	9		
4	Кузьмина Кира Александровна	23.12.2011	1		1		15	1	80	1	30	2	14	1	17	2	9		
5	Максимов Иван Александрович	05.04.2012	1		1		15	1	80	1	30	2	14	1	23	2	9		

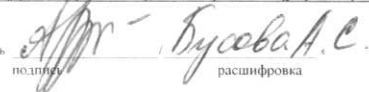
Тренер-преподаватель:  Никольцева О.Ю.
подпись расшфровка

Дата: 14.05.2026

ПРОТОКОЛ

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода в группы НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ 2 года и спортивно-оздоровительного этапа (БАЗОВЫЙ УРОВЕНЬ) 2 года на 2026 год на отделении ушу в соответствии с федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «ушу» от 23.11.2022 № 1065

№ п/п	Фамилия имя отчество	Дата рождения	1. Нормативы общей физической подготовки								3. Нормативы специальной физической подготовки														Общее кол-во баллов				
			Для спортивных дисциплин: таолу, кунфу-традиционное ушу																										
			1.1		1.2		1.3		1.4		3.1		3.2		3.3		3.4		3.6		3.7		3.8			3.9			
			Бег 30 м (с)		Челночный бег 3х10 м (с)		Накл.юн вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи), (см)		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)		Подъем ног из виса на гимнастической стенке в положение «угол» (кол-во раз)		Прыжки вверх из исходного положения упор присев за 1 мин (кол-во раз)		Двойной прыжок в длину с места (см)		Прыжки в длину на одной ноге 10 м (с)		Шпагат продольный (фиксация положения) (с)		Шпагат поперечный(фиксация положения) (с)		И.П. – сел, ноги вместе. Наклон вперед, колени выпрямленные (фиксация положения) (с)			Упражнение «мост» из положения лежа на спине (расстояние от стоп до пальцев рук не более 80 см, фиксация)			
результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл	результат	балл		
ДАТА ПРОВЕДЕНИЯ																													
ЭТАП ПОДГОТОВКИ			СОБ-1																										
ТРЕНЕР-ПРЕПОДАВАТЕЛЬ			БУСОВА Анастасия Сергеевна																										
1	Аюштин Илья Александрович	24.11.2014	9.5	1	11.1	1	+10	2	170	2	31	2	43	2	380	2	4.5	2	10	2	7	2	7	2	10	2	22		
2	Дорохина Ева Игоревна	22.02.2017	9.0	2	11.7	1	+7	2	137	2	17	2	20	2	275	2	5.9	2	10	2	7	2	10	2	10	2	23		
3	Никитин Арсений Андреевич	08.06.2018	9.0	2	11.3	0	+5	2	140	2	23	2	19	1	280	1	4.7	2	10	2	5	1	7	2	10	2	19		
4	Терещкая Агата Алексеевна	30.03.2018	9.6	2	11.5	2	+11	2	153	2	31	2	42	2	300	2	4.6	2	10	2	10	2	7	2	10	2	24		
5	Хомченко Серафима Сергеевна	20.10.2015	9.7	2	11.6	1	+10	2	185	2	37	2	50	2	305	2	4.65	2	10	2	5	1	7	2	10	2	22		
6	Никитина Василиса Андреевна	21.05.2015	9.8	2	11.6	1	+7	2	148	2	20	2	24	2	280	2	4.7	2	10	2	5	1	7	2	10	2	22		
7	Державин Мирослава Романовна	27.03.2018	9.9	2	11.6	1	+5	2	140	2	15	2	22	2	278	2	4.9	2	10	2	5	1	10	2	10	2	21		
8	Захарова Анастасия Максимовна	07.07.2018	10.0	1	11.7	1	+5	2	141	2	19	2	20	2	275	2	5.3	2	10	2	5	1	7	2	10	2	21		
9	Черепанова Арина Денисовна	13.04.2017	10.1	1	11.65	1	+7	2	150	2	20	2	22	2	277	2	5.6	2	10	2	5	1	7	2	10	2	21		
10	Куликов Роман Артемович	31.08.2018	9.45	2	11.2	1	+7	2	146	2	29	2	40	2	300	2	4.6	2	10	2	5	1	7	2	10	2	22		
11	Куликов Денис Артемович	31.08.2018	9.5	1	11.25	1	+10	2	145	2	30	2	31	2	290	2	4.7	2	10	2	5	1	7	2	10	2	21		
12	Ильина София Викторовна	22.04.2016	10.1	1	11.7	1	+8	2	140	2	21	2	31	2	292	2	5.9	2	10	2	5	1	7	2	10	2	21		
13	Родионов Богдан Алексеевич	30.07.2017	9.55	1	11.7	1	+5	2	132	2	15	2	28	2	281	1	5.8	2	10	2	5	1	7	2	10	2	20		
14	Захарова Тансия Максимовна	07.07.2018	9.9	1	11.6	1	+7	2	145	2	17	2	29	2	290	2	5.6	2	10	2	6	1	7	2	10	2	21		

Тренер-преподаватель  Бусова А.С.
подпись расшифровка

Дата 14.05.2026