**РЕКОМЕНДАЦИИ**

**ПО ОФОРМЛЕНИЮ ПРОТОКОЛОВ И ЭЛЕКТРОННЫХ БАЗ**

Результаты тестирования всех участников оформляются протоколом на бумажном носителе и в электронной базе данных в соответствии с настоящей инструкцией.

Результаты участников вносятся в протокол и лист базы Excel соответствующей половозрастной группы:

* 6–10 лет девочки, 6–10 лет мальчики;
* 11–16 лет мальчики, 11–16 лет девочки;
* 17–18 лет девушки, 17–18 лет юноши;
* 19–22 года девушки, 19–22 года юноши;
* 23–29 женщины, 23–29 лет мужчины;
* 30–39 женщины, 30–39 лет мужчины;
* 40–49 женщины, 40–49 лет мужчины;
* 50–59 лет женщины, 50–59 лет мужчины;
* 60 лет и старше женщины, 60 лет и старше мужчины.

**Правила**

**внесения данных в бумажных протоколах и базах Excel**

1. Графа «Дата тестирования» заполняется в формате ЧЧ.ММ.ГГГГ *(например: 13.06.2025).*
2. Графа «Место проведения тестирования» – пишется название области: *(например: г. Борисов, Минская).*
3. Графа «Фамилия, имя и отчество» – пишутся без сокращений *(например: Иванов Иван Иванович).*
4. Графа «Дата рождения» заполняется в формате ЧЧ.ММ.ГГГГ *(например: 01.01.2018).*
5. Графа «Пол» тестируемого – указывается сокращенно строчными буквами  
   «м» или «ж».
6. Графа «Населенный пункт проживания» – указывается категория сокращенно со строчной буквы и точкой в конце – город (*г.*), поселок городского типа (пгт.), сельский населенный пункт (*снп.*), а затем название населенного пункта   
   с прописной буквы *(например: г. Борисов).*
7. В графе «Учреждение образования №» указываются вид учреждения   
   и номер (или название) *(например: СШ №1).*
8. В графе «класс»/«курс» указывается номер класса (без букв) или курса обучающегося *(например: 9).*
9. В графе «Образование» указывается уровень полученного образования работников организаций, учреждений или предприятий *(например: базовое среднее, общее среднее, среднее*–*специальное, высшее).*
10. Графа «Место работы» (для трудовых коллективов) *(например:   
    ОАО «БАТЭ»).*
11. В графах результатов тестирования указываются фактически показанные результаты, правила и точность измерения которых указаны в методике тестирования:

* прыжок в длину с места – сантиметры (см) *(например: 140);*
* челночный бег 4×9 метров – секунды (с) *(например: 10,6);*
* сгибание и разгибание рук в упоре лежа – раз *(например: 20);*
* наклон вперед из положения сидя ноги врозь – сантиметры (см) со знаком до черты (–) или после черты (+) *(например:* –*10);*
* поднимание туловища из положения лежа на спине за 60 секунд – раз *(например: 20);*
* бег 30 метров – секунды (с) *(например: 4,1);*
* бег 800, 1000, 1500, 3000 метров – минуты, секунды (с) *(например: 3,36);*
* шестиминутный бег – метры (м) *(например: 1240);*
* подтягивание на высокой перекладине – раз *(например: 10).*

1. Форматы ячеек учитывают особенности данных, но при переносе документов на ПК возможно их изменение, поэтому следует обращать внимание на соответствие внесенных результатов фактическому, указанному в инструкции формату.

При возникновении несоответствия необходимо проверить формат ячеек (контекстное меню правой кнопки мыши – «Формат ячеек» – «Число»), учитывая следующее:

* формат ячеек «Дата тестирования» и «дата рождения» – *Дата / --.--.----*;
* формат ячеек «Фамилия, имя и отчество», «Пол», «Населенный пункт проживания», «Учреждение образования №», «Образование», «Место работы» – *текстовый*;
* формат ячеек «Наклон вперед из положения сидя ноги врозь» – *текстовый*.

**ОБРАЗЕЦ ПРОТОКОЛА**

выполнения нормативов

Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса

Республики Беларусь «Готов к труду и обороне»

**ДЕВОЧКИ**

**6 лет**

I СТУПЕНЬ – ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 6 ДО 10 ЛЕТ

Наименование мероприятия \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(Наименование мероприятия)

Дата тестирования: 13.05.2025

Место проведения тестирования г. Борисов Область Минская область .

| №  п/п | Фамилия  Имя Отчество | Дата рождения (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Полных лет | Пол | Населенный пункт проживания | Учебное учреждение № | Класс | Бег 30 метров,  с | Балл | Бег 800 метров, мин,  с | Балл | Наклон вперед из положения сидя,  см | Балл | Поднимание туловища из положения лежа на спине за 30 секунд,  раз | Балл | Прыжок в длину с места,  см | Балл | Сгибание и разгибание рук  в упоре лежа,  раз | Балл | Челночный бег 4×9 метров,  с | Балл | Сумма баллов | Занятое место по сумме баллов |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *1.* | *Иванова*  *Оксана Ивановна* | *01.01.2018* | *6* | *ж* | *г. Борисов* | *СШ №1* | *1* | *6,3* | *10* | *4,7* | *9* | *14* | *10* | *20* | *9* | *130* | *10* | *8* | *9* | *12,2* | *10* | *67* | *2* |
| *2.* | *….* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Главный судья \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/ Главный секретарь \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/

**ОБРАЗЕЦ ПРОТОКОЛА**

выполнения нормативов

Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса

Республики Беларусь «Готов к труду и обороне»

**МУЖЧИНЫ**

**50–54 лет**

VI СТУПЕНЬ – ДЛЯ ГРАЖДАН 50–54 ЛЕТ, 55–59 ЛЕТ

(МУЖЧИНЫ 50–54 ЛЕТ)

Наименование мероприятия \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(Наименование мероприятия)

Дата тестирования: 13.05.2025

Место проведения тестирования г. Борисов Область Минская область .

| №  п/п | Фамилия  Имя Отчество | Дата рождения (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Полных лет | Пол | Населенный пункт проживания | Образование | Место работы | Бег 30 метров,  с | Балл | Наклон вперед из положения сидя,  см | Балл | Подтягивание из виса на  высокой перекладине, раз или  сгибание и разгибание рук в упоре лежа,  раз | Балл | Прыжок в длину с места,  см | Балл | Шестиминутный бег,  м | Балл | Сумма баллов | Занятое место по сумме баллов |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *1.* | *Иванов*  *Иван Иванович* | *24.04.1974* | *51* | *м* | *г. Борисов* | *Высшее* | *ОАО «БАТЭ»* | *5,0* | *10* | *12* | *9* | *27* | *9* | *210* | *9* | *1240* | *10* | *47* | *3* |
| *2.* | *…..* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Главный судья \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/ Главный секретарь \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/