|  |  |
| --- | --- |
| **C:\Users\user\Рабочий стол\GTOLOGO9.png** | **Муниципальный центр тестирования ВФСК ГТО городского округа город Шахунья Нижегородской области****МАУ «ФОК «Атлант» в г.Шахунья»****606910, Нижегородская область, г.Шахунья, ул.Чапаева, д.2А****тел. 8(83152)2-77-27,адрес эл.почты: mct-shah-gto@mail.ru** |

ГРАФИК

приема-сдачи нормативов ВФСК ГТО в городском округе город Шахунья на апрель2019 год

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **Время** | **Общеобразовательное учреждение** | **Видиспытаний** | **Место проведения** |
| **18.04.2019** | **10.00-12.00** | **МБДОУ д/с №41** | **1 СТУПЕНЬ**  | МБОУ д/с №41 |
| ***Девочки 6-8 лет*** | ***Мальчики 6-8) лет*** |
| **Обязательные испытания (тесты)** |
| 1.Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол.раз)2.Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (от уровня скамьи (см) |
|  |  |  | ***Испытания (тесты) по выбору*** |
| 3. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)4. Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м (кол-во попаданий)5. Поднимание туловища из положения лёжа на спине( кол-во раз за 1 мин.) |
| **26.04.2019** | **15.00-17.00** |  **Городская прокуратура г. Шахунья Нижегородской области** | **6-7 СТУПЕНЬ** | МАУ «ФОК «Атлант» в г.Шахунья» |
| ***Мужчины от 25-29лет; 35-39 лет*** |
| **Обязательные испытания (тесты)** |
| 1.Бег на 30 м (с)2.Бег на 3000 м (с)3. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол.раз)4.Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (от уровня скамьи (см)  |
| **Испытания (тесты) по выбору** |
| 5.Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)6.Метание спортивного снаряда весом 700г(м) 7.Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз за 1 мин)8. Стрельба из электронного оружия |
| **30.04.2019** | **16.00-19.00** | **ГТО среди детей занимающихся в секциях ФОКа «Атлант»****тренера преподаватели:****Курбанов М.Р.** | **1-4 СТУПЕНЬ**  | МАУ «ФОК «Атлант» в г.Шахунья» |
| **Обязательные испытания (тесты)** |
| ***Девочки- Мальчики 6-15 лет*** |
| 1.Бег на 30 м(с)2.Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол.раз)3.Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (от уровня скамьи (см) |
| **Испытания (тесты) по выбору** |
| 4.Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)5.Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту) |

**25апреля- пересдача испытаний(тестов)ВСЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ Г.О.Г.ШАХУНЬЯ**

Руководитель Муниципального центра тестирования ВФСК ГТО Клюжева Е.Е.

городского округа город Шахунья Нижегородской области