|  |  |
| --- | --- |
| **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 май 2019 год

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **Время** | | | **Общеобразовательное учреждение** | **Видиспытаний** | | | **Место проведения** |
| **13.05.2019** | **16.00-18.00** | | | **ГТО среди детей занимающихся в секциях ФОКа «Атлант»**  **тренера преподаватели:**  **Курбанов М.Р.** | **1 -4 СТУПЕНЬ** | | | МАУ «ФОК «Атлант» в г.Шахунья»  (стадион) |
| ***Девочки, Девушки*** | | ***Мальчики, Юноши*** |
| **Обязательные испытания (тесты)** | | |
| 1.Смешанное передвижение на 1000м (мин,с) 6-8 лет  2. Бег на 1000м (мин,с) 9-10 лет  3. Бег на 2000м ( мин,с) 11-15 лет | | |
| **16.05.2019** | **18.00-19.00** | | | **ГТО среди детей занимающихся в секциях ФОКа «Атлант»**  **тренера преподаватели:**  **Курбанов М.Р.** | ***Испытания (тесты) по выбору*** | | |
| 4. Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м (кол-во попаданий)  5. Метание мяча 150 г (м) | | |
| **17.05.2019** | | **14.00-17.00** | **МБОУ СОШ №2** | | **3-4 СТУПЕНЬ** | | | **МАУ «ФОК «Атлант» в г.Шахунья»** |
| ***Девочки*** | ***Мальчики, Юноши*** | |
| **Обязательные испытания (тесты)** | | |
| 1.Бег на 30 м (с)  2.Бег на 1500 м (с) ; Бег на 2000 м (с)  3. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол.раз)  4. Поднимание из виса на низкой перекладине 90 см (кол-во раз)  5.Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (от уровня скамьи (см) | | |
| **Испытания (тесты) по выбору** | | |
| 6. Челночный бег 3\*10 м (с)  7.Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)  8.Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз за 1 мин) | | |
| **20.05.2019** | | **11.30-13.00** | **МБДОУ д/с №41** | | **1-СТУПЕНЬ** | | | **МАУ «ФОК «Атлант» в г.Шахунья»** |
| **Обязательные испытания (тесты)** | | |
| ***Девочки- Мальчики 6-8 лет*** | | |
| 1.Бег на 30 м(с)  2.Смешанное передвижение на 1000м (мин,с) | | |
| **23.05.2019** | | **10.00** | **МАДОУ д/с «Звёздочка»** | | **1-СТУПЕНЬ** | | | **МАДОУ д/с «Звёздочка»** |
| ***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.) | | |
| **23.05.2019** | | **15.00** | **МБОУ СОШ №2** | | **3-СТУПЕНЬ** | | | **МАУ «ФОК «Атлант» в г.Шахунья»** |
|  | |  |  | | ***Девочки 11-12 лет*** | ***Мальчики 11-12) лет*** | |
|  | |  |  | | 1. Метание мяча 150 г (м) | | |
| **24.05.2019** | |  | **МБОУ Сявская СОШ** | | **1-4СТУПЕНЬ** | | | **МБОУ Сявская СОШ** |
| **Обязательные испытания (тесты)** | | |
| 1.Бег на 30 м(с)  2.Смешанное передвижение на 1000м (мин,с) 6-8 лет  3 Бег на 1500 м (с) 9-10  4.Бег на 2000 м (с)13-15 | | |
| **Испытания (тесты) по выбору** | | |
| 5. Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м (кол-во попаданий)  6. Метание мяча 150 г (м) | | |
|  | |  |  | | **1-6СТУПЕНЬ** | | |  |
| **31.05.2019** | | **16.00** | **ГТО среди детей занимающихся в секциях ФОКа «Атлант»**  **тренера преподаватели:**  **Баринник А.С.** | | **Обязательные испытания (тесты)**  1.Бег на 30 м(с)  2. Смешанное передвижение на 1000м (мин,с) 6-8 лет  3 Бег на 1500 м (с) 9-10  4.Бег на 2000 м (с)13-15  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.) | | | **МАУ «ФОК «Атлант» в г.Шахунья»** |

**17,24,31 мая- 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