|  |  |
| --- | --- |
| **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 лет2. Бег на 1000м (мин,с) 9-10 лет3. 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 за1 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 лет3 Бег на 1500 м (с) 9-104.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 лет3 Бег на 1500 м (с) 9-104.Бег на 2000 м (с)13-151.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 за1 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