

# Расписание нормативов ВФСК ГТО

на ИЮНЬ.

| № | Виды испытаний и тестов ГТО                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Дата и время проведения                                                       | Место проведения                                        | Место проведения                                                                                                                                                             |
|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | <b>Зальные нормативы:</b><br>- подтягивание из виса на высокой перекладине;<br>- подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см;<br>- сгибание и разгибание рук в упоре;<br>- наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье;<br>- прыжок в длину с места толчком двумя ногами;<br>- поднимание туловища из положения лежа на спине;<br>- челночный бег 3х10;<br>- рывок гири 16 кг. | <b>10.06</b><br><b>(ВТОРНИК)</b><br>Начало – 12:20<br>Регистрация – 12:10     | <b>МБУ СШ №1</b><br>Ул. Солнечная,<br>25В               | <b>При себе иметь:</b><br>- Документ, удостоверяющий личность;<br>- УИН;<br>- Медицинский допуск;<br>- Спортивную форму;<br>-Сменную обувь.                                  |
| 2 | <b>Стрельба:</b><br>- Электронное оружие                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>16.06</b><br><b>(ПОНЕДЕЛЬНИК)</b><br>Начало – 16:00<br>Регистрация – 15:55 | <b>МБОУ СОШ С УИОП №52</b><br>пр-кт Строителей, 44      | <b>При себе иметь:</b><br>- Документ, удостоверяющий личность;<br>- УИН;<br>- Медицинский допуск;<br>- Сменную обувь                                                         |
| 3 | <b>Плавание:</b><br>- плавание 25 метров;<br>- плавание 50 метров                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>17.06</b><br><b>(ВТОРНИК)</b><br>Начало – 12:00<br>Регистрация – 11:50     | <b>СК «Олимпийский»</b><br>Ул. Романа Ердякова, 23, к.1 | <b>При себе иметь:</b><br>- Документ, удостоверяющий личность;<br>- УИН;<br>- Медицинский допуск;<br>- <b>соскоб (для всех участников)</b><br>- принадлежности для плавания. |

|          |                                                                                                                                 |                                                                     |                                                |                                                                                                                                              |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>4</b> | <b>Бег:</b><br>- бег на короткие дистанции;<br>- бег на длинные дистанции<br>- челночный бег 3x10 м                             | <b>18.06<br/>(СРЕДА)</b><br>Начало – 12:20<br>Регистрация – 12:00   | <b>Манеж<br/>«Прометей»</b><br>Ул. Лепсе, 30   | <b>При себе иметь:</b><br>- Документ, удостоверяющий личность;<br>- УИН;<br>- Медицинский допуск;<br>- Спортивную форму;<br>- Сменную обувь. |
| <b>5</b> | <b>Метание:</b><br>-теннисного мяча в цель;<br>-мяча весом 150 г<br>-спортивного снаряда:<br>весом 500 г (м)<br>весом 700 г (м) | <b>19.06<br/>(ЧЕТВЕРГ)</b><br>Начало – 12:20<br>Регистрация – 12:00 | <b>Стадион «ВГГ»</b><br>Ул. Свободы,76         | <b>При себе иметь:</b><br>- Документ, удостоверяющий личность;<br>- УИН;<br>- Медицинский допуск;<br>- Спортивную форму;<br>- Сменную обувь. |
| <b>6</b> | <b>Смешанное передвижение:</b><br>- бег по пересеченной местности                                                               | <b>24.06<br/>(ЧЕТВЕРГ)</b><br>Начало – 11:30<br>Регистрация – 13:00 | База<br><b>«Трамплин»</b><br>Ул. Подгорная, 15 | <b>При себе иметь:</b><br>- Документ, удостоверяющий личность;<br>- УИН;<br>- Медицинский допуск;<br>- Спортивную форму;<br>- Сменную обувь. |

**НА КАЖДЫЙ НОРМАТИВ КОЛИЧЕСТВО УЧАСТНИКОВ ОГРАНИЧЕНО.**  
**ДОПУСК НА НОРМАТИВЫ ОСУЩЕСТВЛЯЕТСЯ ТОЛЬКО ПО**  
**ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЙ ЗАЯВКЕ.**  
**В ДЕНЬ ПРИЕМА НОРМАТИВОВ ЗАЯВКИ НЕ ПРИНИМАЮТСЯ.**

