



**График приема нормативов ВФСК ГТО  
учащимися образовательных учреждений  
Иловлинского муниципального района (учащиеся 11 классов).**

Место проведения тестирования:

Стадион МБУ «ММЦ «Ника» (р.п. Иловля, 2 мкр., 31).

Дата проведения тестирования: 17 – 18, 20 – 21.03.2019г.

Начало проведения тестирования 17 – 18, 20.03.2019г.: 15.00 час

Начало проведения тестирования 21.03.2019г.: 11.00 час

Участники:

1. МБОУ Авиловская СОШ
2. МБОУ Александровская СОШ
3. МБОУ Б-Ивановская СОШ
4. МБОУ Иловлинская СОШ № 1
5. МБОУ Иловлинская СОШ № 2
6. МБОУ Кондрашовская СОШ
7. МБОУ Качалинская СОШ № 1
8. МБОУ Качалинская СОШ № 2
9. МБОУ Краснодонская СОШ
10. МБОУ Логовская СОШ
11. МБОУ Медведевская СОШ
12. МБОУ Н-Григорьевская СОШ
13. МБОУ Озерская СОШ
14. МБОУ Сиротинская СОШ
15. МБОУ Ширяевская СОШ
16. МБОУ Трехостровская СОШ

Стадион МБУ «ММЦ «Ника» (р.п. Иловля, 2 мкр., 31):

<b>Виды тестирования, выполнения норм ВФСК ГТО</b>	<b>Выполняют</b>	<b>Дата</b>
Подтягивание из виса на высокой перекладине	юноши	17.03.20г.
Рывок гири 16 кг	юноши	17.03.20г.
Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине	девушки	17.03.20г.
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	юноши, девушки	17.03.20г.
Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу	юноши, девушки	17.03.20г.
Челночный бег 3 * 10 м	юноши, девушки	18.03.20г.
Поднимание туловища из положения лежа на спине	юноши, девушки	17.03.20г.
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	юноши, девушки	17.03.20г.

Стадион МБУ «ММЦ «Ника» (р.п. Иловля, 2 мкр., 31):

Виды тестирования, выполнения норм ВФСК ГТО	выполняют	Дата
Бег на 30 м	юноши, девушки	18.03.20г.
Бег на 60 м	юноши, девушки	20.01.20г.
Бег 100 м	юноши, девушки	20.01.20г.
Бег на 2000 м	девушки	18.03.20г.
Бег на 3000 м	юноши	18.03.20г.
Кросс на 3 и 5 км	юноши, девушки	21.03.20г.
Прыжок в длину с разбега	юноши, девушки	20.01.20г.
Метание спортивного снаряда 700 г	юноши	20.01.20г.
Метание спортивного снаряда 500 г	девушки	20.01.20г.
стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция - 10 м	юноши, девушки	21.03.20г.