

Согласовано
Начальник ООиП администрации
Иловлинского муниципального района
Е.В. Вязова
29 сентября 2017г.

Согласовано
Директор
МБОУ ДО ДЮСШ
А.С. Никулов
29 сентября 2017г.

Утверждаю
Директор МБУ «ММЦ «Ника»,
руководитель МЦТ
В.Н. Семенов
29 сентября 2017г.

График проведения тестирования ВФСК ГТО
учащихся образовательных учреждений
Иловлинского муниципального района (9,11 классы).

Место проведения:

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

Участники:

- | | |
|-----------------------------|--|
| 1. МБОУ Авилонская СОШ. | Дата проведения тестирования: 05.10.2017г. 14.00 ч |
| 2. МБОУ Б-Ивановская СОШ | Дата проведения тестирования: 05.10.2017г 15.00 ч |
| 3. МБОУ Иловлинская СОШ № 1 | Дата проведения тестирования: 04.10.2017г. 15.00 ч |
| 4 МБОУ Иловлинская СОШ № 2 | Дата проведения тестирования: 04.10.2017г. 15.00 ч |
| 5. МБОУ Кондрашовская СОШ | Дата проведения тестирования: 05.10.2017г 15.00 ч |
| 6. МБОУ Александровская СОШ | Дата проведения тестирования: 05.10.2017г 15.00 ч |

2. МБОУ Качалинская СОШ № 1 (станция Качалино, пер. Школьный, 12).

Участники:

- | | |
|-----------------------------|--|
| 1. МБОУ Качалинская СОШ № 1 | Дата проведения тестирования: 06.10.2017г 14.00 ч |
| 2. МБОУ Качалинская СОШ № 2 | Дата проведения тестирования: 06.10.2017г 14.00 ч. |
| 3. МБОУ Краснодонская СОШ | Дата проведения тестирования: 06.10.2017г 14.00 ч |
| 4. МБОУ Трехостровская СОШ | Дата проведения тестирования: 06.10.2017г 14.00 ч |
| 5. МБОУ Медведевская СОШ | Дата проведения тестирования: 06.10.2017г 14.00 ч |

3. МБОУ Логовская СОШ (с. Лог, у. Красная площадь, 26).

Участники:

- | | |
|-----------------------------|--|
| 1. МБОУ Логовская СОШ | Дата проведения тестирования: 10.10.2017г 14.00 ч |
| 2. МБОУ Н-Григорьевская СОШ | Дата проведения тестирования: 12.10.2017г 14.30 ч. |
| 3. МБОУ Ширяевская СОШ | Дата проведения тестирования: 12.10.2017г 14.30 ч |
| 4. МБОУ Озерская СОШ | Дата проведения тестирования: 12.10.2017г 14.30 ч |
| 5. МБОУ Сиротинская СОШ | Дата проведения тестирования: 10.10.2017г 15.00 ч |

Виды тестирования, выполнения норм ВФСК ГТО:

Бег на 60 м

Бег 100 м

Бег на 2 км

Бег на 3 км

Подтягивание из виса на высокой перекладине

Рывок гири 16 кг

Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу
Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу
Поднимание туловища из положения лежа на спине
Прыжок в длину с разбега
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами
Кросс на 3 км по пересеченной местности
Кросс на 5 км по пересеченной местности
Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция - 10 м
Метание спортивного снаряда 700 г.
Метание спортивного снаряда 500 г.
Метание мяча весом 150 г