**Расписание нормативов ВФСК ГТО**

**на ИЮЛЬ.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Виды испытаний и тестов ГТО** | **Дата и время проведения** | **Место проведения** | **Место проведения** |
| **1** | **Зальные нормативы:**  - подтягивание из виса на высокой перекладине; - подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см; - сгибание и разгибание рук в упоре; - наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье; - прыжок в длину с места толчком двумя ногами; - поднимание туловища из положения лежа на спине;  - челночный бег 3х10;  - рывок гири 16 кг. | **08.07 (ВТОРНИК)**  Начало – 12:00  Регистрация – 11:50  **15.07 (ВТОРНИК)**  Начало – 12:00  Регистрация – 11:50 | **МБУ СШ №1**  Ул. Солнечная, 25В | **При себе иметь:**  - Документ, удостоверяющий личность; - УИН;  - Медицинский допуск; - Спортивную форму;  -Сменную обувь. |
| **2** | **Смешанное передвижение: -** бег по пересеченной местности | **09.07**  **(СРЕДА)**  Начало – 12:00  Регистрация – 11:50  **29.07**  **(ВТОРНИК)**  Начало – 12:00  Регистрация – 11:50 | База   «Трамплин» Ул. Подгорная, 15 | **При себе иметь:**  - Документ, удостоверяющий личность; - УИН;  - Медицинский допуск; - Спортивную форму;  - Сменную обувь. |
| **3** | **Метание:  -**теннисного мяча в цель; -мяча весом 150 г **-**спортивного снаряда:  весом 500 г (м)  весом 700 г (м) | **10.07**  **(ЧЕТВЕРГ)**  Начало – 15:00  Регистрация – 14:50  **31.07**  **(ЧЕТВЕРГ)**  Начало – 15:00  Регистрация – 14:50 | **Стадион «Прометей»**  Ул. Лепсе, 30 | **При себе иметь:**  - Документ, удостоверяющий личность; - УИН;  - Медицинский допуск; - Спортивную форму;  - Сменную обувь. |
| **4** | **Бег:**  - бег на короткие дистанции; - бег на длинные дистанции - челночный бег 3х10 м | **16.07**  **(СРЕДА)**  Начало – 15:00  Регистрация – 14:50 **30.07**  **(СРЕДА)**  Начало – 15:00  Регистрация – 14:50 | **Манеж «Прометей»**  Ул. Лепсе, 30 | **При себе иметь:**  - Документ, удостоверяющий личность; - УИН;  - Медицинский допуск; - Спортивную форму;  - Сменную обувь. |

**НА КАЖДЫЙ НОРМАТИВ КОЛИЧЕСТВО УЧАСТНИКОВ ОГРАНИЧЕНО.**

**ДОПУСК НА НОРМАТИВЫ ОСУЩЕСТВЛЯЕТСЯ ТОЛЬКО ПО ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЙ ЗАЯВКЕ.**

**В ДЕНЬ ПРИЕМА НОРМАТИВОВ ЗАЯВКИ НЕ ПРИНИМАЮТСЯ.**

**НА КАЖДЫЙ НОРМАТИВ КОЛИЧЕСТВО УЧАСТНИКОВ ОГРАНИЧЕНО.**

**ДОПУСК НА НОРМАТИВЫ ОСУЩЕСТВЛЯЕТСЯ ТОЛЬКО ПО ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЙ ЗАЯВКЕ.**

**В ДЕНЬ ПРИЕМА НОРМАТИВОВ ЗАЯВКИ НЕ ПРИНИМАЮТСЯ.**

**ФЕСТИВАЛИ ВФСК ГТО**

**на МАЙ.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Виды испытаний и тестов ГТО** | **Дата и время проведения** | **Место проведения** | **Место проведения** |
| **1**  **2** | **Зальные нормативы:**  - подтягивание из виса на высокой перекладине; - подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см; - сгибание и разгибание рук в упоре; - наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье; - прыжок в длину с места толчком двумя ногами; - поднимание туловища из положения лежа на спине;  - челночный бег 3х10;  - рывок гири 16 кг. | **12.06**  **(ЧЕТВЕРГ)**  Начало – 10:00  Завершение– 14:00    **28.06**  **(СУББОТА)**  Начало – 10:00  Завершение – 14:00 | **ПАРК имени Кирова**  г.Киров    **Александровский сад** г.Киров | **При себе иметь:**  - Документ, удостоверяющий личность; - УИН;  - Медицинский допуск; - Спортивную форму;  - Сменную обувь. |

**НА КАЖДЫЙ НОРМАТИВ КОЛИЧЕСТВО УЧАСТНИКОВ ОГРАНИЧЕНО.**

**ДОПУСК НА НОРМАТИВЫ ОСУЩЕСТВЛЯЕТСЯ ТОЛЬКО ПО ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЙ ЗАЯВКЕ.**

**В ДЕНЬ ПРИЕМА НОРМАТИВОВ ЗАЯВКИ НЕ ПРИНИМАЮТСЯ.**

**НА КАЖДЫЙ НОРМАТИВ КОЛИЧЕСТВО УЧАСТНИКОВ ОГРАНИЧЕНО.**

**ДОПУСК НА НОРМАТИВЫ ОСУЩЕСТВЛЯЕТСЯ ТОЛЬКО ПО ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЙ ЗАЯВКЕ.**

**В ДЕНЬ ПРИЕМА НОРМАТИВОВ ЗАЯВКИ НЕ ПРИНИМАЮТСЯ.**