МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА «АРЕНА» ПРИВОЛЖСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА

155550, Ивановская область, Приволжский р-н, д. Ширяиха, 42

«СОГЛАСОВАНО» «УТВЕРЖДАЮ»

Начальник МКУ «ОКМСиТ» Директор МАУ ФКиС «Арена»

администрации Приволжского Приволжского муниципального района

муниципального района \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Р.Н. Бобылев

\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.Н.Кучина

**График приёма**

**видов испытаний (тестов) ВФСК ГТО на 2020 г.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ступень  ГТО | ЯНВАРЬ | | ФЕВРАЛЬ | | МАРТ | | АПРЕЛЬ | | МАЙ | | ИЮНЬ | |
| I-XI | 9 | 24 | 8 | 15 | 12 | 27 | 10 | 24 | 15 | 29 | 5 | 26 |
| Гимнастич еские виды | Лыжи | Гимнастич еские виды | Плавание | Гимнастич еские виды | Стрельба | Гимнастич еские виды | Легкоатле тические виды | Стрельба | Легкоатле тические виды | Стрельба | Легкоатле тические виды |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ступень ГТО | ИЮЛЬ | | АВГУСТ | | СЕНТЯБРЬ | | ОКТЯБРЬ | | НОЯБРЬ | | ДЕКАБРЬ | |
| I-XI | 3 | 24 | 7 | 21 | 11 | 25 | 9 | 23 | 6 | 20 | 4 | 25 |
| Гимнастич еские виды | Легкоатле тические виды | Стрельба | Гимнастич еские виды | Гимнастич еские виды | Легкоатле тические виды | Гимнастич еские виды | Стрельба | Гимнастич еские виды | Стрельба | Гимнастич еские виды | Лыжи |

**Пересдача нормативов осуществляется в день приёма аналогичного вида, но не ранее чем через 45 суток после сдачи, по предварительному согласованию с Центром тестирования**

**• Легкоатлетические виды** – бег на 30 м, 60 м,100 м, 1,5 км, 2 км, 3 км, челночный бег 3\*10 м, метание гранаты, метание мяча, прыжок в длину с разбега;

• **Гимнастические виды** – подтягивание на низкой и высокой перекладине, рывок гири 16 кг, сгибание рук в упоре лёжа на полу, наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамейке, прыжок в длину с места толчком двумя ногами, поднимание туловища из положения лёжа на спине;

• **Бег на лыжах** – 3 км, 5 км;

• **Стрельба** из электронного оружия из положения сидя с опорой локтей о стол, дистанция 10 м.

Центр тестирования ВФСК ГТО Приволжского муниципального района на базе МАУ ФКиС «Арена»

Адрес: Приволжский р-н, деревня Ширяиха, д.42. ( Спортивный комплекс «Арена»)