

**Расписание нормативов ВФСК ГТО
на АВГУСТ.**

№	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; - рывок гири 16 кг.	11.08 (ВТОРНИК) Начало – 12:00 Регистрация – 11:50 25.08 (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	Бег: - бег на короткие дистанции; - бег на длинные дистанции - челночный бег 3x10 м	17.08 (ПОНЕДЕЛЬНИК) Начало – 12:00 Регистрация – 11:50 31.08 (ПОНЕДЕЛЬНИК) Начало – 12:00 Регистрация – 11:50	Манеж «Прометей» Ул. Лепсе, 30 (СТАДИОН)	При себе иметь: - Документ удостоверяющий личность; - УИН; - Медицинский допуск; - Спортивную форму; - Сменную обувь.
3	Метание : - теннисного мяча в цель - мяча весом 150 гр. - спортивного снаряда : весом 500 г (м) весом 700 г (м)	06.08 (ЧЕТВЕРГ) Начало – 12:00 Регистрация – 11:50 14.08 (ПЯТНИЦА) Начало – 12:00 Регистрация – 11:50 27.08 (ЧЕТВЕРГ) Начало – 12:00 Регистрация – 11:50	Спорт площадка (стадион) МБОУ СОШ с УИОП «ВГГ» Ул. Свободы, 76	При себе иметь: - Документ удостоверяющий личность; - УИН; - Медицинский допуск; - Головной убор, вода;
4	Смешанное передвижение: - бег по пересеченной местности	28.08 (ПЯТНИЦА) Начало – 12:00 Регистрация – 11:50	База «Трамплин» Ул. Подгорная, 15	При себе иметь: - Документ удостоверяющий личность; - УИН; - Медицинский допуск; - Головной убор, вода ;

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