Муниципальное бюджетное учреждение «Детско-юношеская спортивная школа «Выксунец».

График тестирования нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО муниципального центра тестирования ГТО г.о.г. Выкса на сентябрь-октябрь 2017г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Дата проведения испытания (теста)\* | Вид испытания (теста) | Место и время проведения\* | Ступени |
| 15.09.2017 | Легкая атлетика (Метание снаряда 500/700 гр.; бег 60, 100 м; бег 2, 3 км; прыжок в длину с места/с разбега в длину) | Стадион «Металлург»Начало в 14:00 | V – VI ступени |
| 17.09.2017 | Легкая атлетика (Метание снаряда 500/700 гр.; бег 100 м; бег 2, 3 км; смешанное передвижение; прыжок в длину с места/с разбега в длину) | Стадион «Металлург»Начало в 10:00 | VI – XI ступени |
| 29.09.2017 | Легкая атлетика (Метание снаряда 500/700 гр.; бег 60, 100 м; бег 2, 3 км; прыжок в длину с места/с разбега в длину) | Стадион «Металлург»Начало в 14:00 | V – VI ступени |
| 30.09.2017 | Легкая атлетика (Метание снаряда 150 гр.; бег 30,60; бег 1, 1,5, 2, 3 км; прыжок в длину с места/с разбега в длину) | Стадион «Металлург»Начало в 10:00 | I – IV ступени |
| 01.10.2017 | Туристский поход с проверкой туристских навыков | Место и время проведения будут указаны позже. | III – IX ступени |
| 06.10.2017 | Плавание | ФОК «Темп» г.о.г. Кулебаки (проезд до места тестирования самостоятельно) | I – IX ступени |
| 07.10.2017 | Легкая атлетика (Метание снаряда 500/700 гр.; бег 60, 100м; бег 2,3 км; смешанное передвижение; прыжок в длину с места/с разбега в длину) | Стадион «Металлург»Начало в 10:00 | Резервный день (перевыполнение нормативов). По погоде! |
| 07.10.2017 | Стрельба из пневматической винтовки | Спорткомплекс «Металлург» м-он ЖуковскогоВремя будет сообщено дополнительно | VI – XI ступени |
| 28.10.2017 | Зальные нормативы (подтягивание из виса на высокой/низкой перекладине; сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу/на скамье/о спинку стула; рывок гири 16 кг; наклоны вперед; поднимание туловища из положения лежа на спине) | МБУ ФОК «Олимп»Начало в 10:00 | VI – XI ступени |

\*- возможны изменения дат и времени проведения

Ученики общеобразовательных учреждений зальные нормативы выполняют в спортивных залах своих школ!

**Внимание!!!** Срок приема заявок заканчивается за 3 дня до начала тестирования.

Муниципальный центр тестирования ГТО г.о.г. Выкса: ул. Красные Зори, д. 30/1 (МБУ ДО «ДЮСШ «Выксунец»), тел.: 8 (83177) 6-08-77, 89601837377.