**ЦЕНТР ТЕСТИРОВАНИЯ ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ» (ГТО)
График организации и проведения тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО)**

**на II квартал 2022 г.**

**Муниципальное образование г. Муравленко**
 (наименование муниципального образования)

**Муниципальное бюджетное учреждение «Спортивная школа «Муравленко»**

**Центр тестирования ВФСК ГТО**

 (наименование центра тестирования)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Дата приема нормативов ВФСК ГТО** | **Время приема нормативов ВФСК ГТО** | **Адрес места приема нормативов ВФСК ГТО** | **Виды испытаний (тестов) ВФСК ГТО** | **Возрастная ступень** | **Ответственный за организацию испытаний (тестов)****ФИО, тел.** |
| **Апрель** |
| **1** | 03.04.2022 г. |  10:00-12:00 | МБУ «СШ «Муравленко», ул. Нефтяников 73 | - Бег на 30 м, 60 м, - Бег на 2000 м, 3000 м, - Смешанное передвижение на 2000 м  | IV-XI ступени | Мудрая Светлана Сергеевна8 (34938) 41-6-32 |
| **2** | 10.04.2022 г. | 10:00-12:00 | МБУ «СШ «Муравленко», ЦОПСМ «Ямал»,г. Муравленко, ул. Ленина 37 | Стрельба из электронного оружия | III-IX ступени | Мудрая Светлана Сергеевна8 (34938) 41-6-32 |
| **3** | 10.04.2022 г. | 10:00-12:00  | МБУ «СШ «Муравленко», ЦОПСМ «Ямал»,г. Муравленко, ул. Ленина 37 | Плавание 25 м, 50 м | I-XI ступени  | Мудрая Светлана Сергеевна8 (34938) 41-6-32 |
| **4** | 24.04.2022 г. | 10:00-12:00 | МБУ «СШ «Муравленко»,ЦОПСМ «Ямал»,г. Муравленко,ул. Ленина 37 | - Рывок гири 16 кг,- Прыжок в длину с места толчком двумя ногами, - Подтягивание из виса на высокой перекладине,- Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине, - Наклон вперед из положения стоя прямыми ногами, - Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, поднимание туловища из положения лежа на спине, - Челночный бег 3х10 м.  | IV-XI ступени | Мудрая Светлана Сергеевна8 (34938) 41-6-32 |
| **Май** |
| **5** | 15.05.2022 г. | 10:00-12:00 | МБУ «СШ «Муравленко»,ЦОПСМ «Ямал»,г. Муравленко,ул. Ленина 37 | - Прыжок в длину с места толчком двумя ногами, - Подтягивание из виса на высокой перекладине,- Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине, - Наклон вперед из положения стоя прямыми ногами, - Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, поднимание туловища из положения лежа на спине, - Метание теннисного мяча в цель,- Челночный бег 3х10 м. | I- III ступени | Мудрая Светлана Сергеевна8 (34938) 41-6-32 |
| **6** | 22.05.2022 г. | 10:00-12:00 | МБУ «СШ «Муравленко», ул. Нефтяников 73 | - Бег на 30 м, 60 м,- Бег на 1000 м, 1500 м, 2000 м.- Смешанное передвижение на 1000 м | I- III ступени | Мудрая Светлана Сергеевна8 (34938) 41-6-32 |
| **7** | 29.05.2022 г. | 10:00-11:00 | Центральный парк КиО | - Метание мяча весом 150 г, - Метание спортивного снаряда весом 500, 700 г. | II-VII ступени | Мудрая Светлана Сергеевна8 (34938) 41-6-32 |
| **Июнь** |
| **8** | 05.06.2022 г. | 10:00-12:00 | МБУ «СШ «Муравленко»,г. Муравленко,летний стадионул. Муравленко 20а | - Бег на 30 м, на 60 м, на 100 м. - Бег на 2000 м, 3000 м. - Смешанное передвижение на 2000 м.  | IV-XI ступени | Мудрая Светлана Сергеевна8 (34938) 41-6-32 |
| **9** | 19.06.2022 г. | 10:00-12:00 | МБУ «СШ» «Арктика»,Лыжная базаул. Пионерская 44а | - Кросс (бег по пересеченной местности) на 2 км, 3 км, 5 км, - Смешанное передвижение по пересеченной местности на 1 км, 2 км, 3 км | I-XIступени | Мудрая Светлана Сергеевна8 (34938) 41-6-32 |
| **10** | 26.06.2022 г. | 10:00-12:00 | МБУ «СШ «Муравленко»,ЦОПСМ «Ямал»,г. Муравленко,ул. Ленина 37 | - Рывок гири 16 кг,- Прыжок в длину с места толчком двумя ногами, - Подтягивание из виса на высокой перекладине,- Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине, - Наклон вперед из положения стоя прямыми ногами, - Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, поднимание туловища из положения лежа на спине, - Челночный бег 3х10 м.  | IV-XI ступени | Мудрая Светлана Сергеевна8 (34938) 41-6-32 |