**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 Сергеевна  8 (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 Сергеевна  8 (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 Сергеевна  8 (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 Сергеевна  8 (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 Сергеевна  8 (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 Сергеевна  8 (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 Сергеевна  8 (34938) 41-6-32 |
| **Июнь** | | | | | | |
| **8** | 05.06.2022 г. | 10:00-12:00 | МБУ «СШ «Муравленко»,  г. Муравленко,  летний стадион  ул. 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 Сергеевна  8 (34938) 41-6-32 |
| **9** | 19.06.2022 г. | 10:00-12:00 | МБУ «СШ» «Арктика»,  Лыжная база  ул. 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-XI  ступени | Мудрая Светлана Сергеевна  8 (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 Сергеевна  8 (34938) 41-6-32 |