**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)**

**II квартал 2022 год.**

**Городской округ г. Губкинский** (наименование муниципального образования) **МБУ Спортивная школа «Арктика»**

(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 | 02.04.2022 г. | 11:00 | | Лыжная база «Снежинка» | Бег (передвижение) на лыжах | I-XI  ступени | Катаргина Татьяна Васильевна  5-21-01 |
| 2 | 10.04.2022 г. | 10:00 | | МБУ Спортивная школа «Арктика», 9 мкр-он, д. 55 | - Подтягивание из виса на высокой перекладине,  - Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине,  - Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу,  - Рывок гири 16 кг,  - Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье,  - Прыжок в длину с места толчком двумя ногами,  - Поднимание туловища из положения лежа на спине | VI–XI  ступени | Угренинова Ангелина Андреевна  2-86-46 (105) |
| 3 | 17.04.2022 г. | 10:00 | | Спортивный зал МБУ Спортивная школа «Арктика», 9 мкр-он, д. 55 | - Челночный бег 3х10 м,  - Бег на 30 м, 60 м, 100 м.  - Бег на 2 км, 3 км.  - Смешанное передвижение на 2 км.  - Скандинавская ходьба на 3 км | VI–XI  ступени | Угренинова Ангелина Андреевна  2-85-96 (доб. 105) |
| 4 | 27.04.2022 г. | 15:00 | | Пневматический тир МБУ СШ «Фортуна»  (здание МАОУ «СОШ №4») | Стрельба из пневматической винтовки | VII-IX  ступени | Шевцова Ирина Ивановна  5-28-92 |
| 5 | 29.04.2022 г. | 12:00 | | МБУ Спортивная школа «Арктика», 9 мкр-он, д. 55  Спортивный бассейн | Плавание на 25, 50 м. | I–XI  **В том числе для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья** | Вавилов Андрей Юрьевич  2-86-46 (113)  Угренинова Ангелина Андреевна  2-86-46 (105) |
| **Май** | | | | | | | |
| 6 | 11.05.2022 г. | 10:00 | | МБУ Спортивная школа «Арктика», 9 мкр-он, д. 55 | - Подтягивание из виса на высокой перекладине,  - Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине,  - Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу,  - Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье,  - Прыжок в длину с места толчком двумя ногами,  - Поднимание туловища из положения лежа на спине | I–XI  ступени  **В том числе для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья** | Угренинова Ангелина Андреевна  2-85-96 (доб. 105 |
| 7 | 15.05.2022 г. | 12:00 | | МБУ Спортивная школа «Арктика», 9 мкр-он, д. 55  Спортивный зал | - Бег на 30 м, 60 м,  -Челночный бег 3х10 м.  - Метание мяча весом 150 г,  - Смешанное передвижение на 1 км.  - Бег на 1,5 км, 2 км, 3 км. | I–XI  ступени  **В том числе для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья** | Угренинова Ангелина Андреевна  2-85-96 (доб. 105) |
| 8 | 21.05.2022 г. | 12:00 | | МБУ Спортивная школа «Арктика», 9 мкр-он, д. 55  Спортивный бассейн | Плавание на 25, 50 м. | I–XI  ступени  **В том числе для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья** | Вавилов Андрей Юрьевич  2-86-46 (113)  Угренинова Ангелина Андреевна  2-86-46 (105) |
| 9 | 22.05.2022 г. | 15:00 | | Пневматический тир МБУ СШОР «Фортуна»  (здание МАОУ «СОШ № 4») | Стрельба из пневматической винтовки либо электронного оружия | III–IX  ступени | Шевцова Ирина Ивановна  5-28-92 |
| 10 | 28.05.2022 г. | 10:00 | | МБУ Спортивная школа «Арктика», 9 мкр-он, д. 55 | - Подтягивание из виса на высокой перекладине,  - Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине,  - Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу,  - Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье,  - Прыжок в длину с места толчком двумя ногами,  - Поднимание туловища из положения лежа на спине | I–XI  ступени  **В том числе для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья** | Угренинова Ангелина Андреевна  2-85-96 (доб. 105 |
| 11 | 29.05.2022 г. | 12:00 | | МБУ Спортивная школа «Арктика», 9 мкр-он, д. 55  Спортивный зал | - Бег на 30 м, 60 м,  -Челночный бег 3х10 м.  - Метание мяча весом 150 г,  - Бег на 1,5 км, 2 км, 3 км. | I–XI  ступени  **В том числе для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья** | Угренинова Ангелина Андреевна  2-85-96 (доб. 105) |
| **Июнь** | | | | | | | |
| 12 | 04.06.2022 г. | 10:30 | | МБУ Спортивная школа «Арктика», 9мкр-он, д. 55 | - Подтягивание из виса на высокой перекладине,  - подтягивание из виса лежа на низкой перекладине,  - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу,  - рывок гири,  - наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье,  - прыжок в длину с места,  - поднимание туловища из положения лежа на спине | V-VI  ступени | Угренинова Ангелина Андреевна  2-85-96 (доб. 105) |
| 13 | 11.06.2022 г. | 12:00 | | Корт МБОУ СОШ № 7, | - Бег на 30 м, 60 м, 100 м.  -Челночный бег 3х10 м.  - Бег на 2 км, 3 км. | V-VI  ступени | Угренинова Ангелина Андреевна  2-85-96 (доб. 105) |
| 14 | 12.06.2022 г. | 12:00 | | МБУ Спортивная школа «Арктика», 9мкр-он, д. 55 | Плавание 25, 50 м. | V-VI  ступени | Вавилов Андрей Юрьевич  2-86-46 (113)  Угренинова Ангелина Андреевна  2-86-46 (105) |
| 15 | 18.06.2022 г. | 15:00 | | Пневматический тир МБУ СШ «Фортуна»  (здание МАОУ «СОШ №4») | Стрельба из пневматической винтовки | V-IX  ступени | Шевцова Ирина Ивановна  5-28-92 |
| 16 | 18.06.2022 г. | 10:00 | | Корт МБОУ СОШ № 7, | - Челночный бег 3х10 м,  -Бег на 30 м, 60 м, 100 м,  - Метание мяча весом 150 г,  -Смешанное передвижение | I-XI  ступени  **В том числе для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья** | Угренинова Ангелина Андреевна  2-85-96 (доб. 105) |
| 17 | 25.06.2022 г. | 10:00 | | МБУ Спортивная школа «Арктика», 9мкр-он, д. 55 | - Подтягивание из виса на высокой перекладине,  - подтягивание из виса лежа на низкой перекладине,  - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу,  - наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье,  - прыжок в длину с места,  - поднимание туловища из положения лежа на спине | I-XI  ступени  **В том числе для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья** | Угренинова Ангелина Андреевна  2-85-96 (доб. 105) |
| 18 | 26.06.2022 г. | 12:00 | | МБУ Спортивная школа «Арктика», 9мкр-он, д. 55 | Плавание 25, 50 м. | I-XI  ступени  **В том числе для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья** | Вавилов Андрей Юрьевич  2-86-46 (113)  Угренинова Ангелина Андреевна  2-86-46 (105) |
| 19 | 26.06.2022 г. | 15:00 | | Пневматический тир МБУ СШ «Фортуна»  (здание МАОУ «СОШ №4») | Стрельба из пневматической винтовки | V-IX  ступени | Шевцова Ирина Ивановна  5-28-92 |