

**КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ЦЕНТРА ТЕСТИРОВАНИЯ КОМПЛЕКСА «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ» (ГТО)
КОСТОМУКШСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА РЕСПУБЛИКА КАРЕЛИЯ**

2022-2023 учебный год (период сентябрь – декабрь)

V-VI ступень учащиеся образовательных учреждений от 16 -17 лет, 18 лет

№ п.п.	Образовательные учреждения	дата проведения	Наименование принимаемого норматива	Место принятия
1	Все ОУ	21.09.2022 в 18.00	Легкая атлетика – Бег на короткие дистанции: по выбору 30, 60, 100 м (обязательный вид) – Бег на длинные дистанции: 2 км (девушки), 3 км (юноши) (обязательный вид) – Метание спортивного снаряда: 500 гр. (девушки), 700 гр. (юноши) (вид по выбору)	футбольный стадион «Школьный»
2	Все ОУ	28.09.2022 18.00	Гимнастика: – Наклон вперед из положения, стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (юноши, девушки — обязательный вид) – Поднимание туловища из положения лежа на спине (девушки, юноши — норматив по выбору) – Прыжок в длину с места (девушки, юноши — норматив по выбору) – Подтягивание из виса на высокой перекладине или Рывок гири 16 кг или Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (отжимание) - Юноши (обязательный норматив) – Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине или Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (отжимание) Девушки (обязательный вид)	Площадка ГТО стадион школьный
3	ВСЕ Образовательные учреждения	14.10.2022 в 18.00	– Плавание на дистанции 50 м (тест по выбору)	МУП «Синиранта»
4	ВСЕ Образовательные учреждения	26.11.2022 11.00	– Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дист. 10 м. (вид по выбору)	Стрельбище – ФОК-Лыжная база

7	ВСЕ Образовательные учреждения	16.12.2022 в 16.00	– Бег на лыжах на 3 (девушки), 5 км (юноши) тест по выбору	Лыжная база
8	ВСЕ Образовательные учреждения	28.12.2022 в 16.00	– Туристский поход с проверкой туристских навыков (дистанции 10 и 15 км)	Лыжная база
			– РЕЗЕРВНЫЕ ДНИ по согласованию с руководителем центра тестирования (индивидуальные или групповые)	

Примечание:

- 1.) **Резервные дни, будут согласованы дополнительно**
- 2.) **ПРИ ПЕРЕХОДЕ ИЗ СТУПЕНИ В СТУПЕНЬ**, все нормативы необходимо сдать до дня рождения!
- 3.) От школы необходимо заполнить коллективную заявку по установленной форме (**за 3 дня до тестирования**) + согласие родителей с сайта ГТО+ медицинская заявка. **ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ НА ПРАВИЛЬНОСТЬ ЗАПОЛНЕНИЯ ДАННЫХ В ЛИЧНЫХ КАБИНЕТАХ:** ФИО (согласно паспорту!), дата рождения, проживание.

В ЗАЯВКЕ: ФИО (полностью, по паспорту), дата рождения, образовательное учреждение, класс (с буквой) спортивный разряд (при наличии) ФИО ответственного, номер телефона, электронная почта.
- 4.) Все участники тестирования в обязательном порядке должны быть зарегистрированы в системе АИС «ГТО» -сайт www.gto.ru (вкладка регистрация) на тестирование приходите с номером ID (УИН) и паспортом.
- 5.) Возможны изменения во времени и датах с учетом текущей ситуации и количеством участников

Руководитель «Центра тестирования ГТО»

Мартынов В.Г.

(+79535484622 Мартынов В.Г.),

+79116624039 администрация ДЮСШ 2 (Мурзина Наталья Андреевна), электронная почта центра тестирования sportgto@yandex.ru