

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

**2021-2022 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	<b>Все ОУ</b>	<b>29.09.2021 в 18.00</b>	<b>Легкая атлетика</b>	футбольный стадион «Школьный»
2	<b>ВСЕ ОУ дополнительный день</b>	<b>06.10.2021 в 18.00</b>	– Бег на короткие дистанции: по выбору 30, 60, 100 м (обязательный вид) – Бег на длинные дистанции: 2 км (девушки), 3 км (юноши) (обязательный вид) – <b>Метание</b> спортивного снаряда: 500 гр. (девушки), 700 гр. (юноши) (вид по выбору)	
3	<b>Все ОУ</b>	<b>02.10.2021 18.00</b>	Гимнастика: – <b>Наклон</b> вперед из положения, стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (юноши, девушки — обязательный вид) – <b>Поднимание туловища</b> из положения лежа на спине (девушки, юноши — норматив по выбору)	Площадка ГТО стадион школьный
4	<b>ВСЕ ОУ дополнительный день</b>	<b>03.10.2021 18.00</b>	– <b>Прыжок в длину с места</b> (девушки, юноши — норматив по выбору) – <b>Подтягивание из виса</b> на высокой перекладине или <b>Рывок гири</b> 16 кг или <b>Сгибание и разгибание рук</b> в упоре лежа на полу (отжимание) - Юноши ( <b>обязательный норматив</b> ) – <b>Подтягивание из виса лежа</b> на низкой перекладине или <b>Сгибание и разгибание рук</b> в упоре лежа на полу (отжимание) Девушки ( <b>обязательный вид</b> )	
5	<b>ВСЕ Образовательные учреждения</b>	13.10.2021 18.00	– <b>Стрельба из пневматической винтовки</b> из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дист. 10 м. (вид по выбору)	Тир «Охотник»
6	<b>ВСЕ Образовательные учреждения</b>	<b>27.10.2021 18.00</b>	– <b>Плавание</b> на дистанции 50 м (тест по выбору)	МУП «Синиранта»

7	<b>ВСЕ</b> Образовательные учреждения	15.12.2021 в 16.00	– <b>Бег на лыжах</b> на 3 (девушки), 5 км (юноши) тест по выбору	Лыжная база
8	<b>ВСЕ</b> Образовательные учреждения	22.12.2021 в 14.00	– <b>Туристский поход</b> с проверкой туристских навыков (дистанции 10 и 15 км)	Лыжная база
			– <b>РЕЗЕРВНЫЕ ДНИ по согласованию с руководителем центра тестирования (индивидуальные или групповые)</b>	

Примечание:

- 1.) для получения **ЗОЛОТОГО ЗНАКА ОТЛИЧИЯ** необходимо сдать **9 видов только на золото** (4 обязательных, 5 дополнительных)  
для получения **СЕРЕБРЯНОГО ЗНАКА: 8 видов на серебро или золото** (4 обязательных, 4 дополнительных)  
для получения **БРОНЗОВОГО ЗНАКА 7 видов на бронзу, серебро или золото** (4 обязательных, 3 дополнительных)
- 2) **Резервные дни, будут согласованы дополнительно**
- 3.) **ПРИ ПЕРЕХОДЕ ИЗ СТУПЕНИ В СТУПЕНЬ**, все нормативы необходимо сдать до дня рождения!
- 4.) 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.
- 5.) Все участники тестирования в обязательном порядке должны быть зарегистрированы в системе АИС «ГТО» -сайт [www.gto.ru](http://www.gto.ru) (вкладка регистрация) на тестирование приходите с номером ID (УИН) и паспортом.
- 6.) Возможны изменения во времени и датах с учетом текущей ситуации и количеством участников
- 7.) **НЕ ЗАБЫВАЕМ О СРЕДСТВАХ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ ,О СОБЛЮДЕНИИ НОРМ БЕЗОПАСНОСТИ, КОЛИЧЕСТВО ЧЕЛОВЕК ДО 50.**

Руководитель «Центра тестирования ГТО»

Мартынов В.Г.

(+79535484622 Мартынов В.Г.), (+79116624039 администрация ДЮСШ 2 (Мурзина Наталья Андреевна), дополнительно +79116624047 — ДЮСШ №2, Центр тестирования) электронная почта центра тестирования [sportgto@yandex.ru](mailto:sportgto@yandex.ru)