**Расписание нормативов ВФСК ГТО**

**на АПРЕЛЬ.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Виды испытаний и тестов ГТО** | **Дата и время проведения** | **Место проведения** | **Место проведения** |
| **1** | **Бег:**  - бег на короткие дистанции; - бег на длинные дистанции; - челночный бег 3х10 м. | **10.04 (ЧЕТВЕРГ)**  Начало – 12:00  Регистрация – 11:50 | Манеж «Прометей»  Ул. Лепсе, 30 | **При себе иметь:**  - Документ, удостоверяющий личность; - УИН;  - Медицинский допуск; - Спортивную форму;  -Сменную обувь. |
| **2** | **Плавание:**  - плавание 25 метров;  - плавание 50 метров. | **26.04.**  **(СУББОТА)**  Начало – 12:00  Регистрация – 11:50 | СК «Олимпийский»  Ул. Романа Ердякова, 23, к.1 | **При себе иметь:**  - Документ, удостоверяющий личность;  - УИН; - Медицинский допуск;  **- соскоб (для всех участников)**  - принадлежнос- ти для плавания. |
| **3** | **Стрельба: -** Электронное оружие | **18.04**  **(ПЯТНИЦА)** Начало – 14:15 Регистрация – 14:00 | МБОУ СОШ С УИОП №52 пр-кт Строителей, 44. | **При себе иметь: -** Документ, удостоверяющий личность; -УИН; -Медицинский допуск; - Сменную обувь. |
| **4** | **Зальные нормативы:**  - подтягивание из виса на высокой перекладине; - подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см; - сгибание и разгибание рук в упоре; - наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье; - прыжок в длину с места толчком двумя ногами; - поднимание туловища из положения лежа на спине;  - челночный бег 3х10;  - рывок гири 16 кг. | **15.04**  **(ВТОРНИК)**  Начало – 12:20  Регистрация – 12:00 **22.04**  **(ВТОРНИК)**  Начало – 12:20  Регистрация – 12:00  **29.04**  **(ВТОРНИК)**  Начало – 12:20  Регистрация – 12:00 | МБУ СШ №1  Ул. Солнечная, 25В | **При себе иметь:**  - Документ, удостоверяющий личность; - УИН;  - Медицинский допуск; - Спортивную форму;  -Сменную обувь. |