

Утверждаю
заместитель главы Поназыревского
муниципального района
Г.В. Разумова

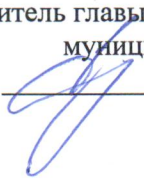
ПЛАН
сдачи нормативов ВФСК ГТО на январь, февраль, март 2022 года

Место проведения центра тестирования	Виды испытаний	Время проведения	Ответственный
МУ «СК-Поназырево», ул. Мира, д. 1а (центр тестирования)	Бег на лыжах на 1 км, 2 км, 3 км, 5 км, челночный бег 3х10, подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см, наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи), бег 30 м, подтягивание из виса стоя на высокой перекладине, прыжок в длину с места толчком двумя ногами, скандинавская ходьба, подтягивание из виса на высокой перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, бег, 1000 м, бег 1500 м, бег 2000 м, бег 3000 м, стрельба из положения сидя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 10 м (очки) из пневматической винтовки с открытым прицелом	8, 15, 22, 29 января 5, 12, 19, 26 февраля 5, 12, 19, 26 марта	Корнилова Е.М. Большакова Г.Н. Жиляева И.А.

Утверждаю
заместитель главы Поназыревского
муниципального района
Г.В. Разумова

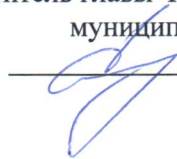
ПЛАН
сдачи нормативов ВФСК ГТО на апрель, май, июнь 2022 года

Место проведения центра тестирования	Виды испытаний	Время проведения	Ответственный
МУ «СК-Поназырево», ул. Мира, д. 1а (центр тестирования)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи), стрельба из положения сидя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 10 м (очки) из пневматической винтовки с открытым прицелом, бег 30 м, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, подтягивание из виса стоя на высокой перекладине, подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см, прыжок в длину с места толчком двумя ногами, бег, 1000 м, бег 2000 м, бег 3000 м, скандинавская ходьба, подтягивание из виса на высокой перекладине, челночный бег 3х10, метание спортивного снаряда.	2, 9, 16, 23, 30 апреля 7, 14, 21, 28 мая 4, 11, 18, 25 июня	Корнилова Е.М. Большакова Г.Н. Жиляева И.А.

Утверждаю
заместитель главы Поназыревского
муниципального района

Г.В. Разумова

ПЛАН
сдачи нормативов ВФСК ГТО на июль, август, сентябрь 2022 года

Место проведения центра тестирования	Виды испытаний	Время проведения	Ответственный
МУ «СК-Поназырево», ул. Мира, д. 1а (центр тестирования)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи), бег 30 м, подтягивание из виса стоя на высокой перекладине, подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см, прыжок в длину с места толчком двумя ногами, скандинавская ходьба, подтягивание из виса на высокой перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, челночный бег 3х10, метание спортивного снаряда, бег, 1000 м, бег 1500 м, бег 2000 м, бег 3000 м,	2, 9, 16, 23, 30 июля 6, 13, 20, 27 августа 3, 10, 17, 24 сентября	Корнилова Е.М. Большакова Г.Н. Жиляева И.А.

Утверждаю
заместитель главы Поназыревского
муниципального района
 Г.В. Разумова

ПЛАН
сдачи нормативов ВФСК ГТО на октябрь, ноябрь, декабрь 2022 года

Место проведения центра тестирования	Виды испытаний	Время проведения	Ответственный
МУ «СК-Поназырево», ул. Мира, д. 1а (центр тестирования)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи), бег 30 м, подтягивание из виса стоя на высокой перекладине, подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см, прыжок в длину с места толчком двумя ногами, скандинавская ходьба, подтягивание из виса на высокой перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, челночный бег 3х10, метание спортивного снаряда, бег, 1000 м, бег 1500 м, бег 2000 м, бег 3000 м, бег на лыжах на 1 км, 2 км, 3 км, 5 км,	1, 8, 15, 22, 29 октября 5, 12, 19, 26 ноября 3, 10, 17, 24 декабря	Корнилова Е.М. Большакова Г.Н. Жилева И.А.