


«Утверждаю»

Директор МАУ «СШ» МО Братский район

 Д.О. Радченко

«09» 09 2023г.

*Приказ № 5097 от 09.09.2023*

**График выполнения нормативов Всероссийского физкультурно - спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО) для населения Братского района на 2023 г.**

№ п/п	Дата проведения	Возрастная ступень	Вид испытания (мероприятие)	Место проведения
1.	04 февраля, 18 февраля 2023г.	II-VI (от 9 до 70 лет и старше)	Бег на лыжах (по выбору, по предварительной записи)	Лыжная база «Старт»
2.	18 марта 2023г.	II-XI (от 9 до 18 лет и старше)	Зимний фестиваль Всероссийского физкультурно - спортивного комплекса "Готов к труду и обороне " (ГТО) среди обучающихся среднеобразовательных школ	Спортивный зал МКОУ «Калтукская СОШ»
3.	25 марта 2023г.	I от 6 до 8 лет	1.Подтягивание из виса на высокой перекладине (или низкой перекладине), сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, 2.наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье, 3.прыжок в длину с места толчком двумя ногами, 4.метание теннисного мяча в цель, дистанция 6м. 5. поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин.).	Спортивный зал МАУ «СШ» МО Братский район», плавательный бассейн МАУ «СШ» МО Братский район»
4.	08 апреля 2023 г.	II-VI (от 9 до 18 лет)	подтягивание из виса на высокой перекладине, подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (д.) ,сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу; наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье, прыжок в длину с места толчком двумя ногами, плавание на 50м., поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин., челночный бег 3*10м.	Спортивный зал МАУ «СШ» МО «Братский район», плавательный бассейн МАУ «СШ» МО «Братский район»

5.	<b>13 мая 2023г.</b>	II-VI (от 9 до 18 лет)	бег на 60м.,30м.,100м.; бег на 1 км.( 9-10 лет); бег на 1,5 км.(11-12 лет), бег на 2 км. (от 13 лет), метание мяча весом 150 г., метание спортивного снаряда весом 700г.(ю.) и 500 г.(д.)	Стадион МАУ «СШ» МО Братский район»
6.	<b>20 мая 2023г.</b>	I (от 6 до 8 лет)	Челночный бег 3*10м. или бег на 30 м.), плавание на 25м., передача	Стадион МАУ «СШ» МО «Братский район», плавательный бассейн МАУ «СШ» МО «Братский район»
7.	<b>19 июня 2023 г.</b>	II-XI (от 18 до 70 и старше)	Летний фестиваль Всероссийского физкультурно - спортивного комплекса "Готов к труду и обороне " (ГТО)	Территория МАУ «СШ» МО «Братский район»
8.	<b>Июнь 2023г.</b>	II-XI (от 9 до 70 и старше) среди граждан, получающих социальные услуги в учреждении социального обслуживания Братского района, в том числе инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья	По нозологическим формам заболеваний (индивидуально)	Территория МАУ «СШ» МО «Братский район»
9.	<b>Июнь 2023г. (по предварительной записи)</b>	II-VI (от 9 до 18 лет)	Повторная передача тестирования ВФСК «ГТО»	Территория МАУ «СШ» МО «Братский район»
10.	<b>12 августа 2023г.</b>	II-X ( от 9 до 69 лет)	Мероприятие, посвященное Дню физкультурника	Территория Братского района
11.	<b>07 октября 2023г.</b>	II-VI (от 9 до 18 лет)	бег на 60м., бег на 30м.; бег на 1 км.(9-10 лет), бег на 1,5 км.(11-12 лет), бег на 100м., бег на 2 км., (от 13 лет); бег на 3 км.( юноши 16-18 лет); метание мяча весом 150 г. (от 9 до 13 лет); метание спортивного снаряда весом 700г.(ю.) и 500 г.(д.)	Стадион МАУ «СШ» МО Братский район
12.	<b>09 декабря 2023г.</b>	II-VI (от 9 до 18 лет)	подтягивание из виса на высокой перекладине, подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (д.)	Спортивный зал МАУ «СШ» МО Братский район,

			,сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу; наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье; прыжок в длину с места толчком двумя ногами; плавание на 50 м.; поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин., челночный бег 3*10м.	плавательный бассейн МАУ «СШ» МО Братский район
--	--	--	--	---

Ответственный сотрудник Центра тестирования ГТО



О.В. Лучшева