

Центр тестирования комплекса ГТО Великого Новгорода
Календарь на сентябрь 2017 г.

№	Дата проведения	Испытания ВФСК ГТО	Место проведения	Время проведения	Участники
1	19-20	Бег 1, 1,5, 2, 3 км	ст. Волна	14.00-17.00	4-6
2	14-15	Бег 30, 60, 100 м	ст. Волна	14.00-17.00	4-6
3	21-29	Подтягивание из виса на высокой перекладине или рывок гири 16 кг, подтягивание из виса лежа на низкой перекладине или сгибание - разгибание рук в упоре лежа на полу, о гимнастическую скамью, о сиденье стула	ОУ, Центр ГТО (СОШ 18)	14.00-17.00	4-6
4	21-29	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, на гимнастической скамье	ОУ, Центр ГТО (СОШ 18)	14.00-17.00	4-6
5	21-29	Прыжок в длину с разбега или прыжки в длину с места	ОУ, Центр ГТО (СОШ 18)	14.00-17.00	4-6
6	21-29	Поднимание туловища из положения лежа на спине	ОУ, Центр ГТО (СОШ 18)	14.00-17.00	4-6
7	14-15	Метание теннисного мяча, мяча 150 г, снаряда 500, 700 г.	ст. Волна	14.00-17.00	4-6
8	9	Приём нормативов комплекса ГТО в рамках областных соревнований Всемирного дня подтягивания	городской пляж Кремлёвского парка	с 14.00	3-9
9	15	Приём нормативов комплекса ГТО в рамках областных соревнований по л/а кроссу (Динамо)	Нов.район, д.Шолохово, лыжная трасса	11.00-13.00	6-10
10	22-23	Приём нормативов комплекса ГТО у сотрудников (Филиал АО "НПК "СПП" в Великом Новгороде)	Крестецкий район ДООЦ "Гверстянец"	с 10.00	6-11
11	27-29	Городская военно-спортивная игра "Зарница - 2017. Школа безопасности"	Крестецкий район ДООЦ "Гверстянец"		5-6

Начальник Центра



Н. Ф. Ефимов

График проведения тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО Центра тестирования комплекса ГТО Великого Новгорода в 2017 году

Виды испытаний		Сентябрь				Октябрь				Ноябрь				Декабрь			
		дата проведения	ступень	время проведения	место проведения	дата проведения	ступень	время проведения	место проведения	дата проведения	ступень	время проведения	место проведения	дата проведения	ступень	время проведения	место проведения
Обязательные испытания (тесты)																	
1	Бег 1, 1,5, 2, 3 км	19-20	4-6	14.00-17.00	ст. Волна	10	4-6	14.00-17.00	ст. Волна								
2	Бег 30, 60, 100 м	14-15	4-6	14.00-17.00	ст. Волна	3	4-6	14.00-17.00	ст. Волна								
3	Челночный бег 3x10 м																
4	Подтягивание из виса на высокой перекладине или рывок гири 16 кг, подтягивание из виса лежа на низкой перекладине или сгибание - разгибание рук в упоре лежа на полу, о гимнастическую скамью, о сиденье стула	21-29	4-6	14.00-17.00	ОУ, Центр ГТО (СОШ 18)	17, 24,31	4-6	14.00-17.00	ОУ, Центр ГТО (СОШ 18)	14,21,28	4-6	14.00-17.00	ОУ, Центр ГТО (СОШ 18)	5,19	4-6	14.00-17.00	ОУ, Центр ГТО (СОШ 18)
5	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, на гимнастической скамье	21-29	4-6	14.00-17.00	ОУ, Центр ГТО (СОШ 18)	17, 24,31	4-6	14.00-17.00	ОУ, Центр ГТО (СОШ 18)	14,21,28	4-6	14.00-17.00	ОУ, Центр ГТО (СОШ 18)	5,19	4-6	14.00-17.00	ОУ, Центр ГТО (СОШ 18)
6	Смешанное передвижение на 1, 2, 3, 4 км или Скандинавская ходьба на 2, 3, 4 км					5, 23	4-11	14.00-18.00	Кремлёвский парк								
Испытания (тесты) по выбору																	
7	Прыжок в длину с разбега или прыжки в длину с места	21-29	4-6	14.00-17.00	ОУ, Центр ГТО (СОШ 18)	17, 24,31	4-6	14.00-17.00	ОУ, Центр ГТО (СОШ 18)	14,21,28	4-6	14.00-17.00	ОУ, Центр ГТО (СОШ 18)	5,19	4-6	14.00-17.00	ОУ, Центр ГТО (СОШ 18)
8	Поднимание туловища из положения лежа на спине	21-29	4-6	14.00-17.00	ОУ, Центр ГТО (СОШ 18)	17, 24,31	4-6	14.00-17.00	ОУ, Центр ГТО (СОШ 18)	14,21,28	4-6	14.00-17.00	ОУ, Центр ГТО (СОШ 18)	5,19	4-6	14.00-17.00	ОУ, Центр ГТО (СОШ 18)
9	Метание теннисного мяча, мяча 150 г, снаряда 500, 700 г.	14-15	4-6	14.00-17.00	ст. Волна	3	4-6	14.00-17.00	ст. Волна								
10	Бег на лыжах 1, 2, 3, 5 км или кросс по пересеченной местности 2, 3, 5 км					5, 23	4-11	14.00-18.00	Кремлёвский парк								
11	Стрельба из пневматической винтовки или электронного оружия									23-24	4-6	14.00-15.00	ОУ, Гимназия 2	6-7	4-6	14.00-15.00	ОУ, Гимназия 2
12	Плавание на 25, 50 м																
13	Туристический поход с проверкой туристических навыков					14 19	4-6	10.00-17.00 13.00-17.00	Кремлёвский парк								
14	Приём нормативов комплекса ГТО в рамках областных соревнований Всемирного дня подтягивания	9	3-9	с 14.00	городской пляж Кремлёвского парка												
15	Приём нормативов комплекса ГТО в рамках областных соревнований по л/а кроссу (Динамо)	15	6-10	11.00-13.00	Нов.район, д.Шолохово, лыжная трасса												
16	Приём нормативов комплекса ГТО у сотрудников (Филиал АО "НПК "СПП" в Великом Новгороде)	22-23	6-11	с 10.00	Крестецкий район ДООЦ "Гверстянец"												
17	Городская военно-спортивная игра "Зарница -2017. Школа безопасности"	27-29	5-6		Крестецкий район ДООЦ "Гверстянец"												
18	Городской зимний фестиваль ВФСК ГТО (команды ОУ)																
19	Городской летний фестиваль ВФСК ГТО (команды ОУ)																
20	Приём нормативов комплекса ГТО у детей городских оздоровительных лагерей																
21	Приём нормативов комплекса ГТО у детей загородных оздоровительных лагерей КО																
22	Приём нормативов комплекса ГТО в рамках спартакиады КФК, НовГУ, городских соревнований по видам спорта - по л/а кроссу, гиревому спорту, плаванию, л/атлетике	по календарному плану Управления по ФК и С Великого Новгорода															
22	Прием нормативов ВФСК ГТО по индивидуальным заявкам и коллективным заявкам от организаций:	по согласованию с Центром тестирования и спортивными сооружениями															

Для выполнения испытаний нормативов ВФСК ГТО необходимо за 10 дней до даты выполнения первого испытания подать коллективную или индивидуальную **заявку**, предоставить **копию страницы** из личного кабинета с фотографией (скриншот), **медицинский допуск** к выполнению нормативов комплекса ГТО. При отсутствии одного из документов участник не допускается к выполнению нормативов.

Контакты: Центр тестирования комплекса ГТО, СОШ №18, ул. Ломоносова, д. 7а, 3 этаж, тел.: 8-953-900-88-19, e-mail: vnovgto@mail.ru