

«УТВЕРЖДАЮ»

Руководителя Самарского управления
министерства образования и науки
Самарской области

В.И. Халаева

«___» _____ 2020 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Государственное бюджетное учреждение
дополнительного образования Самарской област
«Областной детско-юношеский центр развития
физической культуры и спорта»

Руководитель Центра тестирования
А.В. Полукаров

«17» января 2020 г.

ГРАФИК

приема норм и требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» в Центре тестирования
«Областной детско-юношеский центр развития физической культуры и спорта»
на I квартал 2020 г.

№	Дата	Время	Вид испытания	Степень	Место тестирования
1.	10 февраля 2020 г.	10:00-14:00	Метание теннисного мяча в цель, стрельба из положения сидя с опорой локтей о стол из пневматической винтовки с открытым прицелом дистанция 10 м.	I-XI	ГБУ ДО СО «Областной детско-юношеский центр развития физической культуры и спорта» пр. Масленникова 7
2.	19 февраля 2020 г.	10:00-14:00	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, подтягивание из виса на высокой перекладине, подтягивание из виса на низкой перекладине, поднимание туловища из положения лёжа на спине прыжок в длину с места, рывок гири 16 кг.	I-XI	ГБУ ДО СО «Областной детско-юношеский центр развития физической культуры и спорта» пр. Масленникова 7
3.	2 марта 2020 г.	10:00-14:00	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, подтягивание из виса на высокой перекладине, подтягивание из виса на низкой перекладине, поднимание туловища из положения лёжа на спине прыжок в длину с места, рывок гири 16 кг.	I-XI	ГБУ ДО СО «Областной детско-юношеский центр развития физической культуры и спорта» пр. Масленникова 7
4.	10 марта 2020 г.	10:00-14:00	Метание теннисного мяча в цель, стрельба из положения сидя с опорой локтей о стол из пневматической винтовки с открытым прицелом дистанция 10 м.	I-XI	ГБУ ДО СО «Областной детско-юношеский центр развития физической культуры и спорта» пр. Масленникова 7
5.	24 марта 2020 г.	12:00-15:00	Метание мяча весом 150 г., метание гранаты весом 500 г., 700 г.	I-XI	Ул. Санфирова 7

Обязательно присылать предварительные заявочные листы на электронный адрес: yulika_r@mail.ru с указанием УИН. Это необходимо для подтверждения участника испытаний на сайте WWW.GTO.RU, у не подтвержденных участников мы не имеем право оценивать виды испытаний (тестов) нормативов, требований к оценке уровня знаний и умений в области