**График приёма нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО**

**у населения Заводоуковского городского округа**

**на февраль 2020 года**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата**  **приема** | **Место тестирования,**  **адрес** | **Время приема нормативов** | **Виды испытаний**  **(тестов)** | **Возрастные группы**  **населения** |
| 01 февраля | СК «Сосновый бор»,  г. Заводоуковск,  ул. Братская, 8а | с 12.00-14.00 | Бег на лыжах | VI, VII, VIII, IX, X, XI ступень  (18-70 лет и старше) |
| Передвижение на лыжах |
| 26 февраля | СК «Ритм»  г. Заводоуковск,  ул. Революционная,113 | С 15.00 | Стрельба из положения сидя с опорой локтей о стол из пневматической винтовки с открытым прицелом | IV, V ступень  (13-17 лет)  VI, VII, VIII, IX ступень  (18-59 лет) |
| 27 февраля | СК «Центральный»,  г. Заводоуковск,  ул. Первомайская,8 | С 15.00-17.30 | Подтягивание из виса на высокой перекладине  Сгибание разгибание рук в упоре лежа на полу  Прыжок в длину с места толчком двумя ногам  Поднимание туловища из положения лежа на спине  Поднимание туловища из положения лежа на спине  Метание теннисного мяча в цель, 6 м  Рывок гири 16 кг | I, II, III, IV, V,VI ступень  (6-24 года) |

**Для прохождения испытаний (тестов) по видам «Бег на лыжах» и «Передвижение на лыжах» необходимо иметь собственный спортивный инвентарь, либо воспользоваться услугой проката в СК «Сосновый бор».**