

**Программа выполнения нормативов ВФСК ГТО
9х и 11-х классов**

Дата, время	Места тестирования	Виды испытаний	Ответственный за проведение
01.03.2018 (четверг) 10.00	ДЮСШ №1, ул. Парковая, 19/4;	1. Бег на 30 м, 60 м., 100 м. 2. Прыжок в длину с места 3. Наклон вперед на гимнастической скамье 4. Силовая гимнастика (подтягивание, отжимание, рывок гири) 5. Поднимание туловища из положения лежа на спине 6. Челночный бег 3х10 м	Васильковская Ю.А. 8-918-300-29-98 Лукина С.А. 8-918-307-75-91
02.03.2018 (пятница) 9.00	СОШ №20, ул. Труда, 29	1. Метание спортивного снаряда 500 г., 700 г., мяча 150 г.	Денисенко С.Н. 8-918-907-03-70 Тюников В. П. 8-918-106-41-19
02.03.2018 (пятница) 12.00	Парковая 19/4	2. Бег на 2 км, 3 км.	Васильковская Ю.А. 8-918-300-29-98 Лукина С.А. 8-918-307-75-91
04.03.2018 (воскресение) 09.00	Тир СОШ № 24, Цветной бульвар, 40	Стрельба из пневматической винтовки	Денисенко С.Н. 8-918-907-03-70 Тюников В. П. 8-918-106-41-19
04.03.2018 (воскресение) 14.00	Юных Ленинцев 5/3	Плавание 50 м. ВНИМАНИЕ!!! На плавание, в бассейн, обязательно иметь при себе <u>плавки, плавательную шапочку, шлепанцы, мыло, мочалку и паспорт.</u>	Глазков Ю.О. 8-918-407-71-10
06.03.2018 (вторник) 10.00	Парковая 19/4	Кросс на 3км и 5км	Васильковская Ю.А. 8-918-300-29-98 Лукина С.А. 8-918-307-75-91