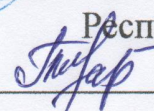




УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ «Спортивная
школа Нижнегорского района

Республики Крым»

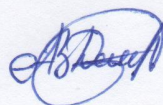
 Т.А. Гаркуша

График

приема нормативов ВФСК «ГТО» в Центре тестирования
Нижнегорского района на февраль-март 2018 г.

Дата проведения	Время	Виды испытания	Место проведения
02.03.2018 г. 16.03.2018 г. 29.03.2018 г.	15.00- 16.00 ч	-Бег (смешанное передвижение) 1км 1,5км, 2км, 3км; -Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	МКУ стадион «Мелиоратор»
26.02.2018 г. 05.03.2018 г. 12.03.2018 г.	15.00- 16.00 ч	-Бег 30м, 60м, 100м; - Сгибание и разгибание рук в упоре лежа; -Подтягивание из виса на высокой (низкой) перекладине	МКУ стадион «Мелиоратор»
28.02.2018 г. 14.03.2018 г. 21.03.2018 г.	15.00- 16.00 ч	-Рывок гири 16кг -Челночный бег 3х10м; -Метание спортивного снаряда 150г, 500г, 700г и в цель	МКУ стадион «Мелиоратор»
07.03.2018 г. 13.03.2018 г. 19.03.2018 г.	15.00- 16.00 ч	-Поднимание туловища из положения лежа на спине; -Наклон вперед из положения стоя на скамье	МКУ стадион «Мелиоратор»
01.03.2018 г. 15.03.2018 г. 23.03.2018 г.	15.00- 16.00 ч	-Кросс (бег по пересеченной местности) 1км, 2 км, 3км, 5км	Парк возле школы №2
10.02.2018 г. 27.02.2018 г. 27.03.2018 г.	15.00- 16.00 ч	-Стрельба из положения сидя с опорой локтей о стол из «электронного оружия»	МБОУ «Нижнегорская школа-лицей №1»

Руководитель Центра тестирования
ВФСК «ГТО» Нижнегорского района



А.В. Демиденко