

**План мероприятий центра тестирования Вурнарского района по сдаче
Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» (ГТО) за 2019 год**

Январь

№ п/ п	Наименование мероприятия	Дата и время проведения	Место проведения
1.	Сдача нормативов ВФСК ГТО для всех желающих Виды испытаний: <ul style="list-style-type: none"> • бег на лыжах; • наклон вперед; • скандинавская ходьба; • сгибание и разгибание рук; • поднимание туловища; • подтягивание/рывок гири; • челночный бег; • прыжки в длину с места. 	26 января 2019 г. Начало в 10.00 часов.	Лыжная трасса возле ФСК МАУ ДО ДЮСШ-ФСК «Рассвет»

Февраль

№ п/п	Наименование мероприятия	Дата и время проведения	Место проведения
1.	Всероссийская массовая лыжная гонка «Лыжня России - 2019»	9 февраля 2019 г. Начало в 11.00 часов.	Парк культуры и отдыха
2.	Сдача нормативов ВФСК ГТО по лыжным гонкам для всех желающих	16 февраля 2019 г. Начало в 10.00 часов.	Лыжная трасса возле ФСК МАУ ДО ДЮСШ-ФСК «Рассвет»

Март

№ п/п	Наименование мероприятия	Дата и время проведения	Место проведения
1.	<p>Сдача нормативов ВФСК ГТО среди учащихся общеобразовательных учреждений</p> <p>Вид испытания:</p> <ul style="list-style-type: none"> • плавание 	<p>20 марта 2019 г. 10.00 часов</p>	<p>Плавательный бассейн «Август»</p>
2.	<p>Сдача нормативов ВФСК ГТО среди учащихся 9, 11 классов (4-5 ступень)</p> <p>Вид испытания:</p> <ul style="list-style-type: none"> • бег на лыжах 	<p>21 марта 2019 г. Начало в 14.30 часов</p>	<p>Лыжная трасса возле ФСК МАУ ДО ДЮСШ-ФСК «Рассвет»</p>
3.	<p>Сдача нормативов ВФСК ГТО для всех желающих</p> <p>Виды испытаний:</p> <ul style="list-style-type: none"> • наклон вперед; • сгибание и разгибание рук; • поднимание туловища; • подтягивание/рывок гири; • челночный бег; • прыжки в длину с места; • бег на лыжах. 	<p>23 марта 2019 г. Начало в 10.00 часов.</p>	<p>ФСК МАУ ДО ДЮСШ-ФСК «Рассвет»</p>

Апрель

№ п/п	Наименование мероприятия	Дата и время проведения	Место проведения
1.	<p>Фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО» среди семейных команд</p> <p>Виды испытаний:</p> <ul style="list-style-type: none"> • наклон вперед; • сгибание и разгибание рук; • поднимание туловища; • подтягивание/рывок гири; • бег 2000/3000 м; • бег 60 м; • смешанное передвижение. 	<p>9 апреля 2019 г. Начало в 10.00 часов.</p>	<p>ФСК МАУ ДО ДЮСШ-ФСК «Рассвет» и стадион «Химик»</p>
2.	<p>Сдача нормативов ВФСК ГТО среди работников БУ «Вурнарская ЦРБ» и всех желающих</p> <p>Виды испытаний:</p> <ul style="list-style-type: none"> • наклон вперед; • сгибание и разгибание рук; • поднимание туловища; • подтягивание/рывок гири; • челночный бег; • прыжки в длину с места; • бег 2000/3000 м; • бег 30 м; • метание спортивного снаряда; • стрельба их пневматической винтовки 	<p>20 апреля 2019 г. Начало в 10.00 часов</p>	<p>ФСК МАУ ДО ДЮСШ-ФСК «Рассвет» и стадион «Химик»</p> <p style="text-align: center;">ВСХТ</p>
3.	<p>Сдача нормативов ВФСК ГТО среди работников МБОУ «Вурнарская СОШ №1 им. И.Н.Никифорова»</p>	<p>23 апреля 2019 г. Начало в 13.00 часов</p>	<p>МБОУ «Вурнарская СОШ №1 им. И.Н.Никифорова»</p>
4.	<p>Сдача нормативов ВФСК ГТО среди работников общеобразовательных</p>	<p>27 апреля 2019 г. Начало в 10.00 часов</p>	<p>стадион «Химик»</p>

Июнь

№ п/п	Наименование мероприятия	Дата и время проведения	Место проведения
1.	<p>Сдача нормативов ВФСК ГТО среди всех желающих</p> <p>Виды испытаний:</p> <ul style="list-style-type: none"> • наклон вперед; • сгибание и разгибание рук; • поднимание туловища; • подтягивание/рывок гири; • челночный бег; • прыжки в длину с места; • бег на длинную дистанцию; • бег на короткую дистанцию; • метание спортивного снаряда. 	29 июня 2019 г. 10.00 часов	ФСК МАУ ДО ДЮСШ-ФСК «Рассвет» и стадион

Июль

№ п/п	Наименование мероприятия	Дата и время проведения	Место проведения
1.	<p>Сдача нормативов ВФСК ГТО среди работников БУ «Вурнарская ЦРБ» и всех желающих</p> <p>Виды испытаний:</p> <ul style="list-style-type: none"> • наклон вперед; • сгибание и разгибание рук; • поднимание туловища; • подтягивание/рывок гири; • челночный бег; • прыжки в длину с места; • бег на длинную дистанцию; • бег на короткую дистанцию; • метание спортивного снаряда. 	5 июля 2019 г. 14.00 часов	ФСК МАУ ДО ДЮСШ-ФСК «Рассвет» и стадион