

УТВЕРЖДАЮ

Начальник Управления
физической культуры, спорта и
спортивных сооружений
городского округа город Бор
Нижегородской области



УТВЕРЖДАЮ

Начальник Управления
образования и молодежной
политики администрации
городского округа город Бор



СОГЛАСОВАНО

Директор МАУ ДО «СШ
«Красная Горка»



СОГЛАСОВАНО

Директор МАУ ДО «СШ
«Кварц» им. В. С. Шуккина



СОГЛАСОВАНО

Директор МАУ ДО «СШ
«Стартак»



Р.Е. Домашин

Г.В. Дрежаловский

М.А. Горшков

А.А. Белов

План мероприятий на 2024 год по выполнению испытаний (тестов) нормативов ВФСК «ГТО»

**Среди образовательных учреждений
(Муниципальный центр тестирования МАУ ДО «СШ «Красная Горка»)**

ВАЖНО! Испытание «Бег на лыжах» будет проходить только по предварительной заявке. В случае отсутствия заявок, тестирование проводиться не будет.

ЯНВАРЬ

<p>1</p> <p>22 января понедельник</p>	<p>ОФП</p> <p>Подтягивание, отжимание, наклон вперед, поднимание туловища + <u>Стрельба из электронного оружия+плавание</u></p>	<p>МАУ ДО «СШ «Красная горка»</p>	<p>Начало испытаний: 14.00</p>	<p>5-6 ступень</p>
<p>2</p> <p>23 января вторник</p>	<p>ОФП</p> <p>Подтягивание, отжимание, наклон вперед, поднимание туловища + <u>Стрельба из электронного оружия+плавание</u></p>	<p>МАУ ДО «СШ «Красная горка»</p>	<p>Начало испытаний: 14.00</p>	<p>3-4 ступень</p>

3	24 января среда	Подтягивание, отжимание, наклон вперед, поднимание туловища Метание в цель	ОФП	МАУ ДО «СШ «Красная горка»	Начато испытаний: 14.00	1-2 ступень
---	--------------------	--	-----	-------------------------------	----------------------------	----------------

ФЕВРАЛЬ

1	6 февраля вторник	<u>Бег на лыжах 1,2 и 3 км. *</u>		МАУ ДО «СШ «Кварц» Лесной массив «Моховые горы»	Начало испытаний: 13.30	1-3 ступень
		Зимний фестиваль ВФСК ГТО 1 часть				1-5 ступень
2	13 февраля вторник	Зимний фестиваль ВФСК ГТО 2 часть		МАУ ДО «СШ «Красная горка»	Начато испытаний: 14.00	1-5 ступень

** Дата испытаний может меняться, в связи с погодными условиями.*

МАРТ

1	11 марта понедельник	Подтягивание, отжимание, наклон вперед, поднимание туловища +	ОФП	МАУ ДО «СШ «Красная горка»	14.00	5-6 ступень
2	12 марта вторник	Стрельба из электронного оружия+плавание Подтягивание, отжимание, наклон вперед, поднимание туловища +	ОФП	МАУ ДО «СШ «Красная горка»	14.00	3-4 ступень
3	13 марта среда	Стрельба из электронного оружия+плавание Подтягивание, отжимание, наклон вперед, поднимание туловища, метание в цель +	ОФП плавание	МАУ ДО «СШ «Красная горка»	14.00	1-2 ступень

4	14 марта четверг	Подтягивание, отжимание, наклон вперед, поднимание туловища, метание в цель	ОФП	МАУ ДО «СШ «Красная горка»	10.00	1 ступень Детские сады
5	Март (по согласованию)	Бег на лыжах 1,2 и 3 км		МАУ ДО «СШ «Кварц» Лесной массив «Моховые горы»	13.30	1-3 ступень

* Испытания будут проходить только для тех детей, которые первый раз выполнили норматив на результат «Без знака» не смогли присутствовать на испытании по уважительной причине и строго по предварительной заявке.

АПРЕЛЬ

1	8 апреля понедельник	Подтягивание, отжимание, наклон вперед, поднимание туловища +	ОФП	МАУ ДО «СШ «Красная горка»	14.00	БГК
2	9 апреля вторник	Стрельба из электронного оружия+плавание Подтягивание, отжимание, наклон вперед, поднимание туловища +	ОФП	МАУ ДО «СШ «Красная горка»	14.00	БГК
3	22 апреля понедельник	Стрельба из электронного оружия+плавание Подтягивание, отжимание, наклон вперед, поднимание туловища +	ОФП	МАУ ДО «СШ «Красная горка»	14.00	5-6 ступень
4	23 апреля вторник	Стрельба из электронного оружия+плавание Подтягивание, отжимание, наклон вперед, поднимание туловища +	ОФП	МАУ ДО «СШ «Красная горка»	14.00	3-4 ступень
5	24 апреля среда	Стрельба из электронного оружия+плавание Подтягивание, отжимание, наклон вперед, поднимание туловища, метание в цель + плавание	ОФП	МАУ ДО «СШ «Красная горка»	14.00	1-2 ступень

МАЙ

1	14 мая вторник	Легкая атлетика Бег 30м,60 м, 2 км, 3 км, челночный бег 3х10м прыжки в длину, метание	Стадион «Спартак»	14.00	1-3 ступень
2	15 Мая среда	Легкая атлетика Бег 30м,60 м, 2 км, 3 км, челночный бег 3х10м прыжки в длину, метание	Стадион «Спартак»	14.00	Спортсмены г.о.г. Бор
3	16 мая четверг	Легкая атлетика Бег 30 м, 1 км , челночный бег 3х10м прыжки в длину	Стадион «Спартак»	10.00	1 ступень Детские сады
4	17 мая пятница	Легкая атлетика Бег 30м,60 м, 2 км, 3 км, челночный бег 3х10м прыжки в длину, метание	Стадион «Спартак»	14.00	Спортсмены МАУ ДО «СП «Красная Горка»
5	20 мая понедельник	Летний фестиваль ВФСКТГО	Стадион «Спартак»	13.30	4-5 ступень
6	21 мая вторник	Легкая атлетика Бег 30м,60 м, 2 км, 3 км, челночный бег 3х10м прыжки в длину, метание	Стадион «Спартак»	14.00	ВЛК
7	22 мая среда	Легкая атлетика Бег 30м,60 м, 2 км, 3 км, челночный бег 3х10м прыжки в длину, метание	Стадион «Спартак»	14.00	ВЛК

СЕНТЯБРЬ

1	9 сентября понедельник	Легкая атлетика Бег 30м,60м,100 м; 2 км,3 км; челночный бег 3х10м; прыжки в длину; метание	Стадион «Спартак»	14.00	5-6 ступень
---	---------------------------	---	----------------------	-------	----------------

2	10 сентября вторник	Легкая атлетика Бег 30м,60 м, 2 км, 3 км, челночный бег 3х10м прыжки в длину, метание	Стадион «Спартак»	14.00	3-4 ступень
3	11 сентября среда	Легкая атлетика Бег 30 м,60м,1 км,1,5 км, челночный бег 3х10м прыжки в длину, метание	Стадион «Спартак»	14.00	1-2 ступень
4	12 сентября четверг	Легкая атлетика Бег 30 м,1 км , челночный бег 3х10м прыжки в длину	Стадион «Спартак»	10.00	1 ступень Детские сады
5	16 сентября Понедельник	Легкая атлетика Бег 30м,60 м, 2 км, 3 км, челночный бег 3х10м прыжки в длину, метание	Стадион «Спартак»	14.00	Спортсмены МАУ ДО «СШ «Красная Горка»
6	17 сентября вторник	Легкая атлетика Бег 30м,60 м, 2 км, 3 км, челночный бег 3х10м прыжки в длину, метание	Стадион «Спартак»	14.00	Спортсмены г.о.г. Бор

ОКТАБРЬ

1	7 октября понедельник	Легкая атлетика Бег 30м,60м, 100 м; 2 км;3 км; челночный бег 3х10м; прыжки в длину; метание	Стадион «Спартак»	14.00	5-6 ступень
2	8 октября вторник	Легкая атлетика Бег 30м,60 м, 2 км, 3 км, челночный бег 3х10м прыжки в длину, метание	Стадион «Спартак»	14.00	3-4 ступень
3	9 октября среда	Легкая атлетика Бег 30 м,60м,1 км,1,5 км, челночный бег 3х10м прыжки в длину, метание	Стадион «Спартак»	14.00	1-2 ступень
4	10 октября четверг	Легкая атлетика Бег 30м,60 м, 2 км, 3 км, челночный бег 3х10м прыжки в длину, метание	Стадион «Спартак»	14.00	Спортсмены МАУ ДО «СШ «Красная Горка»
5	11 октября пятница	Легкая атлетика Бег 30м,60 м, 2 км, 3 км, челночный бег 3х10м прыжки в длину, метание	Стадион «Спартак»	14.00	Спортсмены г.о.г. Бор

НОВАБРЬ

1	11 ноября понедельник	Подтягивание, отжимание, наклон вперед, поднимание туловища, рывок гири + Стрельба из электронного оружия+плавание	ОФП	МАУ ДО «СПШ «Красная горка»	14.00	5-6 ступень
2	12 ноября вторник	Подтягивание, отжимание, наклон вперед, поднимание туловища + Стрельба из электронного оружия+плавание	ОФП	МАУ ДО «СПШ «Красная горка»	14.00	3-4 ступень
3	13 ноября среда	Подтягивание, отжимание, наклон вперед, поднимание туловища, метание в цель + Стрельба из электронного оружия+плавание	ОФП	МАУ ДО «СПШ «Красная горка»	14.00	1-2 ступень
4	18 ноября понедельник	Бег 30 м, 1 км , челночный бег 3х10м прыжки в длину + Плавание	Легкая атлетика	МАУ ДО «СПШ «Красная горка»	10.00	1 ступень Детские сады
5	19 ноября вторник	Бег 30м,60 м, 2 км, 3 км, челночный бег 3х10м прыжки в длину, метание	Легкая атлетика	МАУ ДО «СПШ «Красная горка»	14.00	Спортсмены МАУ ДО «СПШ «Красная Горка»
6	20 ноября среда	Бег 30м,60 м, 2 км, 3 км, челночный бег 3х10м прыжки в длину, метание	Легкая атлетика	МАУ ДО «СПШ «Красная горка»	14.00	Спортсмены г.о.г. Бор

ДЕКАБРЬ

1	9 декабря понедельник	Подтягивание, отжимание, наклон вперед, поднимание туловища, рывок гири + Стрельба из электронного оружия+плавание	ОФП	МАУ ДО «СПШ «Красная горка»	14.00	5-6 ступень
2	10 декабря вторник	Бег на лыжах 2,3 и 5 км		МАУ ДО «СПШ «КВАРЦ»	13.30	4-5 ступень

3	1 декабря среда	ОФП Подтягивание, отжимание, наклон вперед, поднимание туловища, метание в цель + плавание	МАУ ДО «СПШ «Красная горка»	14.00	1-2 ступень
4	12 декабря Четверг	ОФП Подтягивание, отжимание, наклон вперед, поднимание туловища + Стрельба из электронного оружия+плавание	МАУ ДО «СПШ «Красная горка»	14.00	3-4 ступень