**Приложение №1**

**к Положению о проведении**

**Месячника ГТО – зима 2018**

**Программа Месячника ГТО – зима 2018г.**

**февраль**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Место проведения тестирования (населенный пункт, учреждения, спортсооружения)** | **Дата организации тестирования** | **Ступени** | **Виды тестирования** |
|  | **ул.Подбельского, д 57****Ст. «Волна»****Тел. 4-00-46*****Ответственный:*** **Самыгина Елена** **Геннадьевна** |  **Вторник, среда, четверг**  **пятница** **9.30-11.30****Вторник, четверг****14.30-16.30****Воскресенье****15.00-17.00** | **I – XI****(6лет – 70 и старше)** | **1.Челночный бег 3 х10 ( 1 ступень)** **2. Наклон туловища.****3. Подтягивание на высокой перекладине****4.Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.****5.Поднимание туловища из положения лежа на спине.****6.Прыжки в длину с места.****7.Стрельба.****8. Рывок гири.** |
| **2.** | **Ул . Пушкинская, д 14****ОАО УСПО «Боровичский педагогический колледж»** **Тел. 5-05-54*****Ответственный:***  **Антонова** **Татьяна Борисовна** |  **Каждый****Вторник и четверг 15:00 до 17.00** | **V(16-17 лет)****VI(18-24 лет)****Учащиеся СПОУ и 11, 10 кл. СОШ** | **1.Подтягивание на высокой перекладине****2.Подтягивание на низкой перекладине****3.Рывок гири****4.Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.****5.Наклон туловища из положения стоя на гимнастической скамье.** **6.Прыжки в длину с места.****7.Поднимание туловища.****8. Челночный бег 3 х10.** |
| **3.** |  **ул. Советская , д. 30****МАОУ ДОД ДЮСШ****Тел. 4-00-02*****Ответственный:*** **Васильева** **Лидия Евгеньевна.** | **Февраль****06, 13, 20, 21****09-00 до 13-00** | **I, II, III, IV,** **(6-15 лет)** | **1.Челночный бег 3 х10.****2.Подтягивание на высокой перекладине****3.Подтягивание на низкой перекладине****4. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.****5.Наклон туловища из положения стоя 6..Прыжки в длину с места.****7.Поднимание туловища****8. Метание мяча в цель.** |
| **4.** |  **ул. Советская , д. 30****МАОУ ДОД ДЮСШ****Тел. 4-00-02*****Ответственный:*** **Васильева** **Лидия Евгеньевна.** | **«Первый шаг к знаку отличия ГТО»****27 февраля****С 10-00** | **По отдельному положению****Начальные классы****СОШ****Комнды 5 + 5** | **1.Подтягивание на высокой перекладине****2. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.****3. Наклон вперед** **6. Прыжки в длину с места.****7. Поднимание туловища** |
| **5.** | **«Центр гражданско-патриотического воспитания и допризывной подготовки молодежи»****Ул. Декабристов, д.55****(бывший клуб «Артерия»)****Тел. 4-23-62*****Ответственный:*** **Никандров Дмитрий Леонидович.** | **20 февраля****10.00 – 13.00****14.00 – 16.00** | **III – XI****(11-70 и старше лет)** | **Стрельба из пневматической винтовки** |
| **6.** | **Лыжная база ЖБИ****Тел. 4-00-02*****Ответственный:*** **Васильева** **Лидия Евгеньевна.** | **08 февраля** | **По положению спартакиады школьников****2000-2002г.р****IV –VI****(13-18 лет)** | **Бег на лыжах****девушки 3 км;****Юноши 5 км**  |
| **7.** | **Лыжная трасса****ДОЛ «Дуденево»*****Ответственный*** | **24 февраля** | **I – XI****«День Здоровья»****(6лет – 70 и старше)** | **Бег на лыжах в соответствии с нормативами комплекса ГТО****I –II ст(6-10 лет). – д., м. – 1 км****III ст.(11-12 лет) – д., м., - 2 км****IV – IX (13-59) – юноши, мужчины – 5** **IV – VII (13-39) – дев., жен. – 3 км****VIII – IX (40-59) – женщины - 2 км****Передвижение на лыжах****X-XI (60 и старше) – мужчины - 3 км****X-XI (60 и старше) – женщины 2 км** |
| **8.** | **Лыжная трасса****Парк 30-летия Октября*****Ответственный*****Антонова****Татьяна Борисовна****Тел. 5-05-64** | **20 февраля****14-00****21 февраля****14-00** | **V(16-17 лет)****IV(13-15 лет)****Учащиеся СПОУ и СОШ****VI(18-24 лет)****Учащиеся СПОУ и СОШ** | **Бег на лыжах 3 км (девушки),** **5 км (юноши).** |
| **9.** |  **Спасская пл. д.4** **ФОК «Олимп»** ***Ответственный:*** **Михайлов** **Александр Геннадьевич.** | **По договоренности или** **во время посещения бассейна** |  **I – XI****(6лет – 70 и старше)** | **Плавание** |
| **10.** | **Образовательные учреждения Боровичского муниципального района****с участием судейской бригады Центра тестирования** | **По положениям мероприятий****ОУ**  | **I - IX****(6лет – 59 лет)** | **Спортивные мероприятия, в которые входят составляющие испытаниям (тестам) комплекса ГТО** **По отдельным положениям** |

* **Для прохождения тестирования следует зарегистрироваться на официальном сайте ГТО и получить УИН участника; подать предварительную (личную, коллективную) заявку в Центр тестирования Боровичского муниципального района по адресу: ул. Подбельского, д. 5**

**(ст. «Волна», административное здание 1 этаж).**

* **К выполнению норм ГТО допускаются все желающие, систематически занимающиеся физической культурой и спортом (в том числе самостоятельно) и имеющие медицинский допуск Необходимо предоставить документ с фотографией, удостоверяющий личность.**
* **При неблагоприятных погодных условиях тестирование на открытых площадках не проводится.**
* **Заявки на участие выездной бригады Центра тестирования в проведении спортивных мероприятий на базе образовательных учреждений подаются не менее чем за 3 дня до проведения мероприятия.**
* **По вопросам организации выполнения нормативов комплекса ГТО обращаться в «Центр физической культуры и спорта – «Боровичи» ( Центр тестирования ГТО) по адресу:**

 **ул. Подбельского, д. 57, тел. 8(81664) 4-00-46, тел./факс: 8(81664) 2-10-48 эл.адрес: sportcentre\_gto@inbox.ru**

 Исп. Самыгина Елена Геннадьевна – методист Центра тестирования

 Контактный тел. для справок: 8(81664) 4-00-46, 2-10-48