**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