

График выполнения видов испытаний ВФСК ГТО на 1 квартал Усманского муниципального района

| 1 квартал | | | | | | |
|-----------------|---------------|--|--|--|---------|--------------------------|
| Название района | Месяц, год | Место проведения видов испытаний ВФСК ГТО (адрес) | Дата и время проведения видов испытаний ВФСК ГТО | Виды испытаний | Степень | Общее количество человек |
| Усманский район | Февраль 2017г | МБУ ДО ООЦ (плавательный бассейн) Ленина 124 | 10-12.02.2017г. 9.00-15.00 час. | Плавание 50 м (мин, с) | IV-VI | 400 |
| | | | | Подтягивание из виса на высокой перекладине | | |
| | | МБУ ДО ДЮСШ г.Усмань ул.Новоселова 4 -а | 10-12.02.2017г. 9.00-15.00 час. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз)или сгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз) | IV-VI | 400 |
| | | | | Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами с тумбы | | |
| | | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами(см) | | | | |
| | | Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз) | | | | |
| | | Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье(ниже уровня скамьи-см) | | | | |
| | | | 10-12.02.2017г 9.00-15.00 час. | Бег на 30м (с) | IV-VI | 400 |

| | | | | | | |
|--|--|--|--|---|--|--|
| | | | | Бег на 60 м (с) | | |
| | | | | Бег на 2 км (мин, с) | | |
| | | | | Бег на 3 км (мин, с) | | |
| | | | | Бег на 100 м (с) | | |
| | | | | Метание спортивного снаряда весом 700г или 500г | | |

Директор центра тестирования



Бабылкин Ю.В

Испол.Назаров И.С.

8(47472)41653



График выполнения видов испытаний ВФСК ГТО на 2 квартал Усманского муниципального района

| 2 квартал | | | | | | |
|---|------------|--|--|--|---------|--------------------------|
| Название района | Месяц, год | Место проведения видов испытаний ВФСК ГТО (адрес) | Дата и время проведения видов испытаний ВФСК ГТО | Виды испытаний | Степень | Общее количество человек |
| Усманский район | Март 2017г | МБУ ДО ООЦ (плавательный бассейн) Ленина 124 | 13- 15.03.2017г. 9.00-15.00 час. | Плавание 50 м (мин, с) | IV-VI | 400 |
| | | | | Подтягивание из виса на высокой перекладине | | |
| | | МБУ ДО ДЮСШ г.Усмань ул.Новоселова 4 -а | 13-15.03.2017г. 9.00-15.00 час. | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз)или сгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз) | IV-VI | 400 |
| | | | | Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами с тумбы | | |
| Прыжок в длину с места толчком двумя ногами(см) | | | | | | |
| | | Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз) | IV-VI | 400 | | |
| | | Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье(ниже уровня скамьи-см) | | | | |
| | | | 13-15.03.2017г 9.00-15.00 час. | Бег на 30м (с) | IV-VI | 400 |

| | | | | | | |
|--|--|--|--|---|--|--|
| | | | | Бег на 60 м (с) | | |
| | | | | Бег на 2 км (мин, с) | | |
| | | | | Бег на 3 км (мин, с) | | |
| | | | | Бег на 100 м (с) | | |
| | | | | Метание спортивного снаряда весом 700г или 500г | | |

Директор центра тестирования

Бабылкин Ю.В

Испол. Назаров И.С.

8(47472)41653



График выполнения видов испытаний ВФСК ГТО на 3 квартал Усманского муниципального района

| 3 квартал | | | | | | |
|------------------|----------------|---|--|--|---------|--------------------------|
| Название района | Месяц, год | Место проведения видов испытаний ВФСК ГТО (адрес) | Дата и время проведения видов испытаний ВФСК ГТО | Виды испытаний | Степень | Общее количество человек |
| Усманский район | Сентябрь 2017г | МБУ ДО ООЦ (плавательный бассейн) Ленина 124 | 07-09.09.2017г. 9.00-15.00 час. | Плавание 50 м (мин, с) | IV-VI | 400 |
| | | | | Подтягивание из виса на высокой перекладине | | |
| | | | | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз)или сгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз) | | |
| | | | | Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами с тумбы | | |
| | | | | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами(см) | | |
| | | | | Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз) | | |
| | | | | Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье(ниже уровня скамьи-см) | | |
| | | | 07-09.2017г 9.00-15.00 час. | Бег на 30м (с) | IV-VI | 400 |

| | | | | | | |
|--|--|--|--|---|--|--|
| | | | | Бег на 60 м (с) | | |
| | | | | Бег на 2 км (мин, с) | | |
| | | | | Бег на 3 км (мин, с) | | |
| | | | | Бег на 100 м (с) | | |
| | | | | Метание спортивного снаряда весом 700г или 500г | | |

Директор центра тестирования

Испол. Назаров И.С.

8(47472)41653



Бабьлкин Ю.В