

УТВЕРЖДАЮ
Начальник отдела по делам
молодёжи и спорту администрации
Бикинского муниципального района

А.О. Богдашкина
2017 г.



График тестирования населения Бикинского муниципального района
по нормативам ВФСК ГТО 2016-2017 гг.

| № п/п | Место тестирования | Участники тестирования | Дата тестирования | Виды тестирования |
|-------|--|--|--|---|
| 1 | МКУ «Стадион «Локомотив» МБОУ СОШ с. Лермонтовка МБОУ СОШ с. Лончаково МБОУ ООШ с. Лесопильное МБОУ ООШ с. Оренбургское МБОУ НОШ с. Пушкино | Население Бикинского муниципального района Население Население Население Население | В течении года среда каждой недели с 15:00 до 18:00 | - Подтягивание из виса на высокой и низкой перекладине - Рывок гири - Сгибание и разгибание рук в упоре лежа - Наклон вперед из положения стоя - Поднимание туловища из положения лежа на спине - Стрельба из пневматической винтовки |
| 2 | п. Бархатный | Население Бикинского муниципального района | Декабрь – март 1-3 неделя по субботам с 12:00 до 15:00 | - Бег на лыжах 1 км - Бег на лыжах 2 км - Бег на лыжах 3 км - Бег на лыжах 5 км |
| 3 | МКУ «Стадион «Локомотив» МБОУ СОШ с. Лермонтовка МБОУ СОШ с. Лончаково МБОУ ООШ с. Лесопильное МБОУ ООШ с. Оренбургское МБОУ НОШ с. Пушкино | Население Бикинского муниципального района Население Население Население Население | Апрель- октябрь среда каждой недели с 15:00 до 18:00 | - Челночный бег 3 x 10 м - Бег на 30 м - Бег на 60 м - Бег на 100 м - Бег 1 км - Бег 1,5 км - Бег 2 км - Бег 3 км - Прыжок в длину с места толчком двумя ногами - Прыжок в длину с разбега - Метание мяча весом 150 г - Метание спортивного снаряда 500 г, 700 г. - Метание мяча в цель |

* Возможны изменения в месте и времени проведения тестирования

** Сельские поселения по согласованию