

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МКУ «СШ «СПОРТ»

И. Н. Сеницын



ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ
по выполнению испытаний (тестов) и нормативов всероссийского
физкультурно – спортивного комплекса ГТО
на октябрь 2022 года

ЦТ «Город Людиново и Людиновский район»

№ п/п	Вид испытания (теста)	Место тестирования	Дата тестирования	Время начала приема тестов	Степень тестируемых (возрастная группа)	Примечание
1	Подтягивание из виса на высокой перекладине	Дом спорта пл. Победы, д. 2	18.10.2022 г.	10.00 14.00	I – X	
2	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	Дом спорта пл. Победы, д. 2	18.10.2022 г.	10.00 14.00	I – X	
3	Челночный бег 3x10 м (с)	Дом спорта пл. Победы, д. 2	18.10.2022 г.	10.00 14.00	I – X	
4	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Дом спорта пл. Победы, д. 2	19.10.2022 г.	10.00 14.00	I – X	
5	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	Дом спорта пл. Победы, д. 2	19.10.2022 г.	10.00 14.00	I – X	
6	Поднимание туловища из положения лежа на спине	Дом спорта пл. Победы, д. 2	19.10.2022 г.	10.00 14.00	I – X	

Инструктор – методист

Е. А. Егорова