

СОГЛАСОВАНО  
 Председатель КМС и СП  
 Администрации НГО  
 \_\_\_\_\_  
 Е. В. Гаранина



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МБУ «СК «Кедр» НГО

\_\_\_\_\_ Ю. В. Топчиев

ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ  
 по приёму нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО  
 на территории Новоуральского городского округа в 2018 году

№ п/п	Наименование мероприятия	Сроки и место проведения приема нормативов испытаний (тестов)	Виды испытаний
1	Единый день ГТО прием зальных видов у населения  <b>ВНИМАНИЕ!</b> Сдача нормативов коллективом учреждений и организаций осуществляется <b>только по предварительным заявкам</b> (6-07-42 – Евгения Анатольевна)	январь – май, сентябрь - ноябрь ежемесячно, каждый последний четверг 14.00 – 20.30  ежемесячно, каждая последняя суббота 11.00 – 18.00  Физкультурно-спортивный клуб по месту жительства «Сатори», ул. Фрунзе, 7 (спортивный зал)	- поднимание туловища из положения лежа на спине - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу - подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине - подтягивание из виса на высокой перекладине - прыжок в длину с места - наклон вперед из положения стоя - рывок гири - метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м - челночный бег 3x10м
2	Массовый поход	январь г. Караульная	- туристский поход с проверкой туристских навыков (5 км)
3	Прием нормативов у населения по бегу на лыжах	февраль, ноябрь Стрелковый тир	- бег на лыжах
4	Массовый поход в рамках Всероссийских стартов «Лыжня России»	февраль ск. Семь братьев	- туристский поход с проверкой туристских навыков (15 км)
5	Прием нормативов у населения по стрельбе ко Дню защитника отечества	февраль, май, октябрь Стрелковый тир	- стрельба из пневматической винтовки
6	Чемпионат и кубок города по гиревому спорту	февраль, июль по назначению	- рывок гири
7	Прием нормативов у населения по плаванию	март, май, ноябрь Дворец спорта «Дельфин»	- плавание Обязательно наличие справки на энтеробиоз!
8	Прием нормативов у населения по бегу, метанию, смешенному передвижению и скандинавской ходьбе	май, сентябрь Центральный стадион	- бег на 30 м, 60 м, 100 м, 1 км, 2 км, 3 км, - смешанное передвижение - скандинавская ходьба - метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м - метание мяча весом 150 г - метание спортивного снаряда весом 500 г, 700 г

9	Прием нормативов по кроссу по пересеченной местности	май, сентябрь ул. Первомайская - Победы	- кросс по пересеченной местности
10	Поход выходного дня	сентябрь г. Три сестры – Семь братьев	- туристский поход с проверкой туристских навыков (10 км)
11	Массовый поход	сентябрь г. Бунар	- туристский поход с проверкой туристских навыков (15 км)
12	Массовый поход	октябрь г. Черепаха-ск. Петра Гронского (г. Медвежатка)	- туристский поход с проверкой туристских навыков (5 км)
13	Массовый поход	декабрь г. Висячий камень	- туристский поход с проверкой туристских навыков (10 км)

ВНИМАНИЕ! Прием нормативов испытаний комплекса ГТО у населения осуществляется только при наличии медицинской справки, УИН-номера и документа, удостоверяющего личность.