План мероприятий по выполнению нормативов ГТО в Притобольном районе на 2020 год

№	Наименование центра	Дата	Виды испытаний
1 1 1	тестирования	проведения	DIADI IOIDITAIIII
1	Муниципальный центр тестирования	Последняя	1—5 ступень:
	в Притобольном районе Глядянская	пятница	1. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на
	ДЮСШ,	январь	гимнастической скамье;
	МКОУ «Глядянская СОШ»	февраль	2. Подтягивание из виса на низкой и высокой перекладине;
	THE CONTROL OF THE	март	3. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу;
		апрель	4Рывок гири 16 кг;
		начало 15.00	5 Прыжок в длину с места толчком двумя ногами;
		Начало 17.00	6. Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1
		Последний	минуту;
		понедельник	7.Бег на лыжах.
		месяца	6-11 ступени
		начало 16-00	3-11 ступень:
			стрельба
2	МКОУ «Раскатихинская СОШ».	Последняя	1—5 ступень:
		среда месяца	1. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на
		январь	гимнастической скамье;
		февраль	2. Подтягивание из виса на низкой и высокой перекладине;
1		март	3. Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1
		апрель	минуту;
		начало15-00	4. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу;
1			5. Рывок гири 16 кг;
			6. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами;
			7. Бег на лыжах.
3	МКОУ «Притобольная СОШ»;	Последний	1—5 ступень:
		четверг	1. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на
		месяца	гимнастической скамье;
		январь	2. Подтягивание из виса на низкой и высокой перекладине;
		февраль	3. Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1
		март	минуту;
		апрель	4. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу;
		начало 14-00	5. Рывок гири 16 кг;
			6. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами; 7.Бег на лыжах
4	MCOV	Последний	
4	МКОУ «Плотниковская ООШ»;		1—5 ступень:
		вторник	1. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;
		месяца	
		январь	2. Подтягивание из виса на низкой и высокой перекладине;
		февраль	3. Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1
1		март	минуту; 4. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу;
		апрель	5. Рывок гири 16 кг;
1		начало14-00	Б. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами;
		110 10111-00	7. Бег на лыжах.
5	МКОУ «Плотниковская ООШ»;	Последний	1—5 ступень:
	"",	вторник	1. Челночный бег
		месяца	2. Смешанное передвижение
		Май июнь	3. Бег на короткие дистанции
		Июль август	4. Бег на длинные дистанции
		сентябрь	5. Метание теннисного мяча в цель
		октябрь	6. Метание меча, спортивного снаряда
		ноябрь	7. Прыжок в длину с разбега
		начало14-00	
6	Муниципальный центр тестирования	Последняя	1—5 ступень:
	в Притобольном районе Глядянская	пятница	1. Челночный бег
	ДЮСШ,	май июнь	2. Смешанное передвижение
1	МКОУ «Глядянская СОШ»	июль август	3. Бег на короткие дистанции
		сентябрь	4. Бег на длинные дистанции
		октябрь	5. Метание теннисного мяча в цель
		ноябрь	6.Метание меча, спортивного снаряда
L		начало 15-00	7. Прыжок в длину с разбега

		T	I
		Начало 17-00	6-11ступени
		Последний понедельник	3-6 ступень:
		месяца	стрельба
		начало 16-00	
7	МКОУ «Раскатихинская СОШ».	Последняя	1—5 ступень:
		среда месяца	1. Челночный бег
		Май июнь	2. Смешанное передвижение
		Июль август сентябрь	3. Бег на короткие дистанции и длинные дистанции 4. Метание теннисного мяча в цель
		октябрь	5. Метание меча, спортивного снаряда
		ноябрь	6. Прыжок в длину с разбега
		начало15-00	
8	МКОУ «Притобольная СОШ»;	Последний	1—5 ступень:
		четверг	1. Челночный бег
		месяца	2. Смешанное передвижение
		Май июнь Июль август	 Бег на короткие дистанции Бег на длинные дистанции
		сентябрь	5. Метание теннисного мяча в цель
		октябрь	6. Метание меча, спортивного снаряда
		ноябрь	7. Прыжок в длину с разбега
		начало 14-00	
9	Зимний районный фестиваль среди	Январь-	
	обучающихся школ района II-VI ст.	февраль по	
10	Районные спортивные мероприятия	согласованию Июнь,	
10	с подростками, состоящими на	октябрь по	
	разных видах учёта с включением	согласованию	
	выполнения нормативов комплекса		
	ГТО		
11	Районные соревнования по	Февраль,	выполнение нормативов «Бег на лыжах» 1-5 ступени
	лыжным гонкам на Призы памяти С. Беспалова, Г.Н. Шарахиной,	март	
12	Зимний районный Фестиваль среди	по согласован	1 ступень:
12	воспитанников детских садов	согласованию	1. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на
	района «Вперёд! На встречу с ГТО »		гимнастической скамье;
			2. Подтягивание из виса на низкой и высокой перекладине;
			3. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу;
			4. Метание теннисного мяча в цель; 5. Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1
			5. Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту;
			6. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами
13	Районный фестиваль среди	Март	6-11 ступени
	работников муниципальных служб	по	1. Наклон вперед;
	и взрослого населения	согласованию	2. Подтягивание из виса на низкой и высокой перекладине;
	Притобольного района «ГТО в моей		3. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа;
	жизни», первый этап		4. Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту 5. Рывок гири 16 кг;
			 гывоктири то кг, Прыжок в длину с места толчком двумя ногами;
			7. Бег на лыжах
14	Единый день ГТО: проведение	Март, ноябрь	1-11 ступени
	акции, флеш-моба в школах и		
	организациях района, пробное		
15	тестирование. Весенний, осенний районный	Апреш	Кросс на длинные дистанции по пересечённой местности
13	легкоатлетический кросс среди	Апрель сентябрь	кросс на длинные дистанции по пересеченнои местности 1—5 ступень
	школьников.	СПТЛОРВ	1 5 Crynolib
16	«Двери ГТО для всей семьи» -	Апрель по	
	весёлые старты с включением	согласованию	
1-	нормативов ГТО	3.5.0	
17	Проведение спортивного праздника,	Май	
	посвящённого Дню Победы.	ПО	
		согласованию	

	мероприятий и тестирования при работе летней оздоровительной площадки	по согласованию	
19	Второй этап проведения районного фестиваля среди работников муниципальных служб и взрослого населения Притобольного района «ГТО в моей жизни»	Июль, по согласованию	6-11 ступени
20	День физкультурника.	Август по согласованию	6-11 ступени:
21	Районный конкурс рисунков «ГТО шагает по стране»	Сентябрь, октябрь	
22	Проведение физкультурного мероприятия «Золотая осень» для старшего поколения с пробным тестированием выполнения нормативов комплекса ГТО		
23	«Дни здоровья с ГТО» в школах района	постоянно	
24	Торжественное вручение знаков отличия ВФСК «ГТО»	По мере поступления	

Первый заместитель Главы Притобольного района

С.А. Комогоров