

УТВЕРЖДЕНО

Директор муниципального бюджетного учреждения «Районное управление спортивных сооружений»



А.Ш. Шахшаев

2019 г.

График проведения тестирования населения по выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурного - спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) на базах МБУ «РУСС» ул. Спортивная стр. 1 с.п. Солнечный ЦСП «Атлант» и ОСП СК «Лидер» улица Центральная стр. 3 г.п. Барсово

№	Дата	Место тестирования	Вид тестирования	Время тестирования	Ответственный
1	12.11.19	МБУ «РУСС» ул. Спортивная стр. 1 с.п. Солнечный Сургутский район	Подтягивание из виса на высокой или низкой перекладине, разгибание рук в упоре лежа на полу, наклон из положения стоя на гимнастической скамье, поднятие туловища из положения лежа на спине, челночный бег, прыжок в длину с места, метание теннисного мяча.	14:00 - 15:30	А.В. Сафонов В.П. Проскурня
2	20.11.19	ОСП СК «Лидер» МБУ «РУСС» улица Центральная стр.	Подтягивание из виса на высокой или низкой	12:00 - 14:00	А.В. Сафонов В.П. Проскурня

		3 г.п. Барсово	перекладине, разгибание рук в упоре лежа на полу, наклон из положения стоя на гимнастической скамье, поднимание туловища из положения лежа на спине, челночный бег, прыжок в длину с места, метание теннисного меча.		
3	27.11.19	МБУ «РУСС» ул. Спортивная стр. 1 с.п. Солнечный Сургутский район	Подтягивание из виса на высокой или низкой перекладине, разгибание рук в упоре лежа на полу, наклон из положения стоя на гимнастической скамье, поднимание туловища из положения лежа на спине, челночный бег, прыжок в длину с места, метание теннисного меча.	14:00 - 15:30	А.В. Сафонов В.П. Проскурня
4	02.12.19	ОСП СК «Лидер» МБУ «РУСС» улица Центральная стр. 3 г.п. Барсово	Подтягивание из виса на высокой или низкой перекладине,	12:00 - 14:00	А.В. Сафонов В.П. Проскурня

			разгибание рук в упоре лежа на полу, наклон из положения стоя на гимнастической скамье, поднятие туловища из положения лежа на спине, челночный бег, прыжок в длину с места, метание теннисного мяча.		
5	03.12.19	МБУ «РУСС» ул. Спортивная стр. 1 с.п. Солнечный Сургутский район	Подтягивание из виса на высокой или низкой перекладине, разгибание рук в упоре лежа на полу, наклон из положения стоя на гимнастической скамье, поднятие туловища из положения лежа на спине, челночный бег, прыжок в длину с места, метание теннисного мяча.	14:00 - 15:30	А.В. Сафонов В.П. Проскурня
6	04.12.19	ОСП СК «Лидер» МБУ «РУСС» улица Центральная стр. 3 г.п. Барсово	Подтягивание из виса на высокой или низкой перекладине, разгибание рук	12:00 - 14:00	А.В. Сафонов В.П. Проскурня

			<p>в упоре лежа на полу, наклон из положения стоя на гимнастической скамье, поднимание туловища из положения лежа на спине, челночный бег, прыжок в длину с места, метание теннисного мяча.</p>		
7	11.12.19	<p>МБУ «РУСС» ул. Спортивная стр. 1 с.п. Солнечный Сургутский район</p>	<p>Подтягивание из виса на высокой или низкой перекладине, разгибание рук в упоре лежа на полу, наклон из положения стоя на гимнастической скамье, поднимание туловища из положения лежа на спине, челночный бег, прыжок в длину с места, метание теннисного мяча.</p>	14:00 - 15:30	<p>А.В. Сафонов В.П. Проскурня</p>
8	17.12.19	<p>ОСП СК «Лидер» МБУ «РУСС» улица Центральная стр. 3 г.п. Барсово</p>	<p>Подтягивание из виса на высокой или низкой перекладине, разгибание рук в упоре лежа на</p>	12:00 - 14:00	<p>А.В. Сафонов В.П. Проскурня</p>

			полу, наклон из положения стоя на гимнастической скамье, поднимание туловища из положения лежа на спине, челночный бег, прыжок в длину с места, метание теннисного мяча.		
9	18.12.19	МБУ «РУСС» ул. Спортивная стр. 1 с.п. Солнечный Сургутский район	Подтягивание из виса на высокой или низкой перекладине, разгибание рук в упоре лежа на полу, наклон из положения стоя на гимнастической скамье, поднимание туловища из положения лежа на спине, челночный бег, прыжок в длину с места, метание теннисного мяча.	14:00 - 15:30	А.В. Сафонов В.П. Проскурня
10	19.12.19	ОСП СК «Лидер» МБУ «РУСС» улица Центральная стр. 3 г.п. Барсово	Подтягивание из виса на высокой или низкой перекладине, разгибание рук в упоре лежа на полу, наклон из	12:00 - 14:00	А.В. Сафонов В.П. Проскурня

			положения стоя на гимнастической скамье, поднятие туловища из положения лежа на спине, челночный бег, прыжок в длину с места, метание теннисного мяча.		
11	20.12.19	МБУ «РУСС» ул. Спортивная стр. 1 с.п. Солнечный Сургутский район	Подтягивание из виса на высокой или низкой перекладине, разгибание рук в упоре лежа на полу, наклон из положения стоя на гимнастической скамье, поднятие туловища из положения лежа на спине, челночный бег, прыжок в длину с места, метание теннисного мяча.	14:00 - 15:30	А.В. Сафонов В.П. Проскурня