

«СОГЛАСОВАНО»

Начальник управления образования
администрации МО г. Алексин
С.В. Скобцов



«УТВЕРЖДЕНО»

Приказом от 01.09.2016 г. №_180-д.
Директор МБУ ДО «ДЮСШ №1»
Н.Г. Арсеньева



_____ 2016 г.

**Календарный план спортивно-массовых мероприятий
структурного подразделения МБУ ДО «ДЮСШ №1» центр тестирования ГТО
на 2016-2017 учебный год**

№ п/п	Наименование мероприятия	Место проведения	Сроки проведения	Ответственные
1.	Тестирование ГТО V ступень (возрастная группа 16-17 лет)-VI ступень (возрастная группа 18-29 лет): - бег на 100 м; - бег на 2 км, 3 км.	ФКП «Алексинский химкобинат»	сентябрь-октябрь 2016 г.	МБУ ДО «ДЮСШ №1»
2.	Тестирование ГТО V ступень (возрастная группа 16-17 лет)-VI ступень(возрастная группа 18-29 лет): - метание спортивного снаряда.	МБОУ «Гимназия №13»	октябрь 2016 г.	МБУ ДО «ДЮСШ №1»
3.	Тестирование ГТО V ступень(возрастная группа 16-17 лет) - подтягивание из виса на высокой перекладине (юноши) или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (девушки) или рывок гири 16 кг, или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (девушки); - наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье; - прыжок в длину с места толчком двумя ногами; - поднимание туловища из положения лежа на спине.	МБУ ДО «ДЮСШ №1» МБУ ДО ДЮСШ №3 «Атлет»	октябрь-ноябрь 2016 г.	МБУ ДО «ДЮСШ №1»
4.	Тестирование ГТО IV ступень (возрастная группа 13-15 лет) 6-8 класс: - подтягивание из виса на высокой перекладине (юноши) или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (девушки); - наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу; - прыжок в длину с места толчком двумя ногами; - поднимание туловища из положения лежа на спине.	МБУ ДО «ДЮСШ №1» МБУ ДО ДЮСШ №3 «Атлет»	ноябрь 2016 г.	МБУ ДО «ДЮСШ №1»
5.	Тестирование ГТО VI ступень (возрастная группа 18-29 лет): - подтягивание из виса на высокой перекладине (мужчины) или рывок гири 16 кг, подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (девушки) или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (девушки); - наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье; - прыжок в длину с места толчком двумя ногами;	МБУ ДО «ДЮСШ №1» МБУ ДО ДЮСШ №3 «Атлет»	ноябрь-декабрь 2017 г.	МБУ ДО «ДЮСШ №1»

	- поднимание туловища из положения лежа на спине (женщины).			
6.	Тестирование ГТО II ступень (возрастная группа 9-10 лет) 2-3 класс и III ступень (возрастная группа 11-12 лет) 4-5 класс: - подтягивание из виса на высокой перекладине (мальчики) или подтягивание из виса на низкой перекладине (девочки), или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу; - наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу; - прыжок в длину с места толчком двумя ногами.	МБУ ДО «ДЮСШ №1» МБУ ДО ДЮСШ №3 «Атлет»	декабрь-январь 2017 г.	МБУ ДО «ДЮСШ №1»
7.	Тестирование ГТО II- VI ступеней: - бег на лыжах на 1 км (мин, с) или на 2 км (без учета времени) II ступень; - бег на лыжах на 2 км (мин, с) или на 3 км (без учета времени) III ступень; - бег на лыжах на 3 км (мин, с) или на 5 км (мин, с юноши) IV ступень; - бег на лыжах на 3 км (мин, с) девушки, на 5 км (мин, с) юноши V ступень; - бег на лыжах на 5 км (мин, с) мужчины, на 3 км (мин, с) или на 5 км (мин, с) женщины.	МБУ ДО ДЮСШ «Горизонт»	январь-февраль 2017 г.	МБУ ДО «ДЮСШ №1»
8.	Проведение тестирования по выполнению видов испытаний (тестов), нормативов, требований к оценке уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта ВФСК ГТО среди муниципальных служащих, а также сотрудников муниципальных учреждений и предприятий.	МБУ ДО «ДЮСШ №1» МБУ ДО ДЮСШ №3 «Атлет», МБУ ДО ДЮСШ «Горизонт»	начиная с 2017 года	МБУ ДО «ДЮСШ №1», ККМПиС
9.	Зимний фестиваль ГТО	МБУ ДО «ДЮСШ №1» МБУ ДО ДЮСШ №3 «Атлет», МБУ ДО ДЮСШ «Горизонт»	февраль 2017 г.	МБУ ДО «ДЮСШ №1», ККМПиС
10.	Тестирование ГТО IV – V ступеней: - стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя.	Стрелковый тир отдела военного комиссариата г. Алексин, ГПОУ ТО «Алексинский химико- технологический техникум»	март 2017 г.	МБУ ДО «ДЮСШ №1»
11.	Тестирование ГТО V ступень (возрастная группа 16-17 лет) - подтягивание из виса на высокой перекладине			

	(юноши) или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (девушки) или рывок гири 16 кг, или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (девушки); - наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье; - прыжок в длину с места толчком двумя ногами; - поднятие туловища из положения лежа на спине.	МБУ ДО «ДЮСШ №1» МБУ ДО ДЮСШ №3 «Атлет»,	март 2017 г.	МБУ ДО «ДЮСШ №1»
12.	Тестирование ГТО VI ступень (возрастная группа 18-29 лет): - подтягивание из виса на высокой перекладине (мужчины) или рывок гири 16 кг, подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (девушки) или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (девушки); - наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье; - прыжок в длину с места толчком двумя ногами; - поднятие туловища из положения лежа на спине (женщины).	МБУ ДО «ДЮСШ №1» МБУ ДО ДЮСШ №3 «Атлет»	март 2017 г.	МБУ ДО «ДЮСШ №1»
13.	Тестирование ГТО II-VI ступеней: - плавание 25 м или 50 м	Плавательный бассейн АО «Тяжпромарматура»	апрель 2017 г.	МБУ ДО «ДЮСШ №1»
14.	Летний фестиваль ГТО	МБУ ДО «ДЮСШ №1» МБУ ДО ДЮСШ №3 «Атлет»	апрель 2017 г.	МБУ ДО «ДЮСШ №1», ККМПиС
15.	Тестирование ГТО II ступень (возрастная группа 9-10 лет) 2-3 класс и III ступень (возрастная группа 11-12 лет) 4-5 класс: - подтягивание из виса на высокой перекладине (мальчики) или подтягивание из виса на низкой перекладине (девочки), или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу; - наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу; - прыжок в длину с места толчком двумя ногами.	МБУ ДО «ДЮСШ №1» МБУ ДО ДЮСШ №3 «Атлет»	май 2017 г.	МБУ ДО «ДЮСШ №1»
16.	Проведение зимних и летних фестивалей ВФСК ГТО среди всех категорий населения.	МБУ ДО «ДЮСШ №1» МБУ ДО ДЮСШ №3 «Атлет», МБУ ДО ДЮСШ «Горизонт»	начиная с 2017 года	МБУ ДО «ДЮСШ №1», ККМПиС

Заместитель директора по УВР:



Ж.С.Прилипухова.