|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **УТВЕРЖДАЮ:**  Начальник управления физической культуры и спорта  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  С.В. Киричев | **УТВЕРЖДАЮ:**  Начальник управления  образования и мол. политики  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Л.А. Алексеева | **СОГЛАСОВАНО:**  Директор  МАУ «ФОК «Кварц» им. В.С. Щукина  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  М.А. Горшков | **СОГЛАСОВАНО:**  Директор  МАУ «ФОК «Красная горка»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Г.В. Пржевальский |

***План мероприятий на 2021 год по выполнению испытаний (тестов) нормативов ВФСК «ГТО»***

***среди образовательных учреждений***

***(Муниципальный центр тестирования МАУ ФОК «Кварц»)***

***ЯНВАРЬ 2021***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 19 января  вторник | ОФП  Челночный бег 3\*10 м.,  Подтягивание/отжимание;  Наклон вперед на гимнастической скамье;  Поднимание туловища;  Прыжок в длину с места | МАУ ФОК  « Кварц» | Начало испытаний:  13.30 | 1  ступень |
| 2 | **20 января**  **среда** | **ОФП**  Челночный бег 3\*10 м.,  Подтягивание/отжимание;  Наклон вперед на гимнастической скамье;  Поднимание туловища;  Прыжок в длину с места | МАУ ФОК  « Кварц» | Начало испытаний:  13.30 | **2-3**  **ступень** |

***ФЕВРАЛЬ 2021***

***ВАЖНО! Испытание «Бег на лыжах» будет проходить только по предварительной заявке. В случае отсутствия заявок, тестирование проводиться не будет.***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 9 февраля\* вторник | Бег на лыжах 1,2 и 3 км. | МАУ ФОК  «Кварц»  Лесной массив  «Моховые горы» | Начало испытаний:  13.30 | 1-3  ступень |
| **Зимний фестиваль**  **ВФСК ГТО 1 часть** | **1-5**  **ступень** |
| 2 | **24 февраля среда** | **Зимний фестиваль**  **ВФСК ГТО 2 часть** | МАУ ФОК  «Красная горка» | Начато испытаний:  14.00 | **1-5**  **ступень** |

*\* Дата испытания может изменяться, в связи с погодными условиями.*

***МАРТ 2021***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 12 марта\*\*  пятница | ОФП  Челночный бег 3\*10 м.,  Подтягивание/отжимание;  Наклон вперед на гимнастической скамье;  Поднимание туловища;  Прыжок с места | МАУ ФОК  «Кварц» | Начало испытаний:  13.30 | 1-3  ступень |
| 2 | **17 марта**  **среда** | **Плавание 25 и 50 м.** | МАУ ФОК  «Кварц» | Начало испытаний:  14.00 (малый бассейн) | **1-2**  **ступень** |
| Начало испытаний:  14.00 (большой бассейн) | **3**  **ступень** |
| 3 | **18 марта**  **четверг** | **Стрельба из электронного оружия** | МАУ ФОК  «Красная горка» | Начало испытаний:  14.00 | **3**  **ступень** |
| 4 | **30 марта\*\***  **вторник** | **Бег на лыжах 1,2 и 3 км.** | МАУ ФОК  «Кварц»  Лесной массив  «Моховые горы» | Начало испытаний:  13.30 | **1-3**  **ступень** |

*\*\* Испытание будет проходить только для тех детей, которые первый раз выполнили норматив на результат «без знака»/ не смогли присутствовать на испытании по уважительной причине и строго по предварительной заявке.*

***МАЙ 2021***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 4 мая\*\*  вторник | Плавание 25 и 50 м. | МАУ ФОК  «Кварц» | Начало испытаний:  14.00 (малый бассейн) | 1-2  ступень |
| Начало испытаний:  14.00 (большой бассейн) | **3**  **ступень** |
| 2 | **11 мая**  **вторник** | **Легкая атлетика**  Бег 30/60 м.  Бег 1/1.5/2 км.  Метание мяча | Стадион  МАУ ФОК «Кварц» | Начало испытаний:  13.30 | **1-3**  **ступень** |
| 3 | **18 мая**  **вторник** | **Летний фестиваль**  **ВФСК ГТО** | Стадион  «Спартак» | Начало испытаний:  13.30 | **1-5**  **ступень** |

## *\*\* Испытание будет проходить только для тех детей, которые первый раз выполнили норматив на результат «без знака»/ не смогли присутствовать на испытании по уважительной причине и строго по предварительной заявке.*

## ***ИЮНЬ 2021***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 25 июня\*\*  пятница | Легкая атлетика  Бег 30/60 м.  Бег 1/1.5/2 км.  Метание мяча | Стадион  МАУ ФОК «Кварц» | Начало испытаний:  10.00 | 1-3  ступень |
| 2 | **29 июня\*\***  **вторник** | **Стрельба из электронного оружия** | МАУ ФОК  «Красная горка» | Начало испытаний:  14.00 | **3**  **ступень** |

*\*\* Испытание будет проходить только для тех детей, которые первый раз выполнили норматив на результат «без знака»/ не смогли присутствовать на испытании по уважительной причине и строго по предварительной заявке.*

## ***СЕНТЯБРЬ 2021***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 14 сентября  вторник | Легкая атлетика  Бег 30/60/ 100 м;  Бег 2/3 км;  Метание мяча/ гранаты. | Стадион  МАУ ФОК «Кварц» | Начало испытаний:  13.30 | 4-5  ступень |
| 2 | **21 сентября\***  **вторник** | **Легкая атлетика**  Бег 30/60/ 100 м;  Бег 2/3 км;  Метание мяча/ гранаты**.** | Стадион  МАУ ФОК «Кварц» | Начало испытаний:  13.30 | **4-5**  **ступень** |

## ***\**** *Испытание будет проходить только для тех детей, которые не смогли присутствовать 14 сентября по уважительной причине и строго по предварительной заявке.*

## *В случае отсутствия заявок, тестирование проводиться не будет.*

## ***ОКТЯБРЬ 2021***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 6 октября  среда | ОФП  Челночный бег 3\*10 м.,  Подтягивание/отжимание;  Наклон вперед на гимнастической скамье;  Поднимание туловища;  Прыжок с места | МАУ ФОК  «Кварц» | Начало испытаний:  13.30 | 4-5  ступень |
| 2 | **19 октября**  **вторник** | **Стрельба из электронного оружия** | МАУ ФОК  «Красная горка» | Начало испытаний:  13.30 | **4-5**  **ступень** |
| 3 | **20 октября\***  **среда** | **ОФП**  Челночный бег 3\*10 м.,  Подтягивание/отжимание;  Наклон вперед на гимнастической скамье;  Поднимание туловища;  Прыжок с места | МАУ ФОК  «Кварц» | Начало испытаний:  13.30 | **4-5**  **ступень** |
| 4 | **29 октября\*\***  **пятница** | **Легкая атлетика**  Бег 30/60/ 100 м;  Бег 2/3 км;  Метание мяча/ гранаты. | Стадион  МАУ ФОК «Кварц» | Начало испытаний:  13.30 | **4-5**  **ступень** |

*\* Испытание будет проходить только для тех детей, которые не смогли присутствовать 6 октября по уважительной причине и строго по предварительной заявке.*

*\*\* Испытание будет проходить только для тех детей, которые первый раз выполнили норматив на результат «без знака»/ не смогли присутствовать на испытании по уважительной причине и строго по предварительной заявке.*

## ***НОЯБРЬ 2021***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 9 ноября\*  вторник | Стрельба из электронного оружия | МАУ ФОК  «Красная горка» | Начало испытаний:  13.30 | 4-5  ступень |
| 2 | **10 ноября**  **среда** | **Плавание 50 м.** | МАУ ФОК  «Кварц» | Начало испытаний:  14.00 | **4-5**  **ступень** |
| 3 | **23 ноября\*\***  **вторник** | **ОФП**  Челночный бег 3\*10 м.,  Подтягивание/отжимание;  Наклон вперед на гимнастической скамье;  Поднимание туловища;  Прыжок с места | МАУ ФОК  «Кварц» | Начало испытаний:  13.30 | **4-5**  **ступень** |

*\* Испытание будет проходить только для тех детей, которые не смогли присутствовать 6 октября по уважительной причине и строго по предварительной заявке.*

*\*\* Испытание будет проходить только для тех детей, которые первый раз выполнили норматив на результат «без знака»/ не смогли присутствовать на испытании по уважительной причине и строго по предварительной заявке.*

***ДЕКАБРЬ 2021***

***ВАЖНО! Испытание «Бег на лыжах» будет проходить только по предварительной заявке. В случае отсутствия заявок, тестирование проводиться не будет.***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 14 декабря вторник | Бег на лыжах 2,3 и 5 км. | МАУ ФОК  «Кварц»  Лесной массив  «Моховые горы» | Начало испытаний: 13.30 | 4-5 ступень |
| 2 | **24 декабря\*\* пятница** | **Стрельба из электронного оружия** | МАУ ФОК «Красная горка» | Начало испытаний: 13.30 | **4-5 ступень** |
| 3 | **27 декабря\*\* понедельник** | **Плавание 50 м.** | МАУ ФОК «Кварц» | Начало испытаний: 14.00 | **4-5 ступень** |

*\*\* Испытание будет проходить только для тех детей, которые первый раз выполнили норматив на результат «без знака»/ не смогли присутствовать на испытании по уважительной причине и строго по предварительной заявке.*