

СОГЛАСОВАНО

Руководитель Центра тестирования
«Мастер плюс» Железнодорожного
района г.о. Самара

Мусаева /Мусаева Н.А./
«26» октября 2018г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор Муниципального бюджетного учреждения

Дополнительного образования

«Центр детского творчества

«Мастер плюс» г.о. Самара

Сомова /Сомова Ю.А./

«26» октября 2018г.

ГРАФИК

приема нормативов комплекса ГТО в Центре тестирования «Мастер плюс» Железнодорожного района
г. о. Самара на ноябрь 2018 г.

Дата	Время	Вид испытания	Степень	Место тестирования	Учреждения
01.11.2018	13-15 15-00	Наклон; Поднимание туловища из положения лежа на спине; Подтягивание на высокой и низкой перекладинах; Сгибание рук в упоре лежа ;Рывок гири; Бег 30м; 60м; 100м; Бег 1км;1,5км;2км; 3км, Прыжок в длину с места; Метание мяча 150 гр Метание спортивного снаряда весом 700гр	I-II-III-IV-V-VI	МБОУ Школа № 64	МБОУ Школа № 64
02.11.2018	13-15 15-00	Наклон; Поднимание туловища из положения лежа на спине; Подтягивание на высокой и низкой перекладинах; Сгибание рук в упоре лежа; Рывок гири; Бег 30м; 60м; 100м; Бег 1км;1,5км;2км; 3км, Прыжок в длину с места; Метание мяча 150 гр Метание спортивного снаряда весом 700гр	I-II-III-IV-V-VI	МБОУ Школа № 64	МБОУ Школа № 64

06.11.2018	13-15 15-00	Наклон; Прыжок в длину с места; Бег 30м; 60м; 100м; Бег 1км;1,5км;2км; 3км	I-II-III-IV-V-VI- VII- VIII-IX	МБОУ Школа № 121	МБОУ Школа № 121
07.11.2018	13-15 15-00	Челночный бег 3x10м Метание мяча 150 гр Метание спортивного снаряда весом 500 гр;700гр;Прыжок в длину с места; Сгибание рук в упоре лежа ; Поднимание туловища из положения лежа на спине;	I-II-III-IV-V-VI- VII- VIII-IX	МБОУ Школа № 121	МБОУ Школа № 121
08.11.2018	13-15 15-00	Наклон; Поднимание туловища из положения лежа на спине; Подтягивание на высокой и низкой перекладинах; Сгибание рук в упоре лежа ;Рывок гири; Прыжок в длину с места; Челночный бег 3x10м Метание мяча 150 гр Метание спортивного снаряда весом 500 гр;700гр;	I-II-III-IV-V-VI	МБОУ Школа № 76	МБОУ Школа № 94
09.11.2018	13-15-15-00	Метание мяча 150 гр Метание спортивного снаряда весом 500 гр;700гр;Прыжок в длину с места; Наклон; Поднимание туловища из положения лежа на спине; Подтягивание на высокой и низкой перекладинах; Сгибание рук в упоре лежа ;Рывок гири; Челночный бег 3x10м	I-II-III-IV-V-VI	МБОУ Школа № 76	МБОУ Школа № 59
12.11.2018	13-15 15-00	Стрельба из электронного оружия	VI -VII- VIII-IX	Лицей классический	МБУ ДО «ЦДТ «Мастер плюс»
13.11.2018	13-15-15-00	Наклон; Поднимание туловища из положения лежа на спине; Подтягивание на высокой и низкой перекладинах; Сгибание рук в упоре лежа ;Рывок гири; Прыжок в длину с места;	I-II-III-IV-V-VI	МБОУ Школа № 18	МБОУ Школа № 18 МБОУ Школа № 59
14.11.2018	13-15-15-00	Метание спортивного снаряда весом 150 гр 500 гр;700гр; Челночный бег 3x10м; Бег 30м; 60м; 100м; Бег 1км;1,5км;2км; 3км,Кросс по пересеченной местности 3 км; 5 км	I-II-III-IV-V-VI	МБОУ Школа № 18	МБОУ Школа № 18 МБОУ Школа № 59

15.11.2018	13-15-15-00	Бег 30м; 60м; 100м; Бег 1км;1,5км;2км; 3км,Кросс по пересеченной местности 3 км; 5 км	I-II-III-IV-V-VI-VII-VIII-IX	МБОУ Школа № 18	МБОУ Школа № 18
16.11.2018	13-15-15-00	Бег 100м; Поднимание туловища из положения лежа на спине; Сгибание рук в упоре лежа ; Челночный бег 3x10м	I-II-III-IV-V-VI-VII- VIII-IX	МБОУ Школа № 132	МБУ ДО «ЦДТ «Мастер плюс»
19.11.2018	13-15-15-00	Наклон; Прыжок в длину с места; Метание спортивного снаряда весом 500 гр;700гр;	I-II-III-IV-V-VI-VII- VIII-IX	МБОУ Школа № 132	МБУ ДО «ЦДТ «Мастер плюс»
20.11.2018	13-15-15-00	Кросс по пересеченной местности 3 км; 5 км; Прыжок в длину с места; Наклон;	I-II-III-IV-V-VI-VII- VIII-IX	МБОУ Школа № 137	МБОУ Школа № 137
21.11.2018	13-15-15-00	Бег 100м; 3 км; 5 км; Поднимание туловища из положения лежа на спине; Сгибание рук в упоре лежа ;	I-II-III-IV-V-VI-VII- VIII-IX	МБОУ Школа № 18	МБУ ДО «ЦДТ «Мастер плюс»
22.11.2018	13-15-15-00	Кросс по пересеченной местности 3 км; 5 км;	I-II-III-IV-V-VI-VII- VIII-IX	МБОУ Школа № 137	МБОУ Школа № 137
23.11.2018	13-15-15-00	Бег 2км; 3км; Метание спортивного снаряда весом 500 гр;700гр; Поднимание туловища из положения лежа на спине; Сгибание рук в упоре лежа	I-II-III-IV-V-VI-VII- VIII-IX	МБОУ Школа № 132 МБУ ДО «ЦДТ «Мастер плюс»	МБУ ДО «ЦДТ «Мастер плюс»
26.11.2018	13-15-15-00	Кросс по пересеченной местности 3 км; 5 км;	I-II-III-IV-V-VI-VII- VIII-IX	МБОУ Школа № 132	МБУ ДО «ЦДТ «Мастер плюс»
27.11.2018	13-15-15-00	Бег 30м; 60м; 100м; Бег 1км;1,5км;2км; 3км, Сгибание рук в упоре лежа; Наклон;	I-II-III-IV-V-VI-VII- VIII-IX	МБОУ Школа № 121	МБОУ Школа № 121
28.11.2018	13-15-15-00	Прыжок в длину с места; Поднимание туловища из положения лежа на спине; Метание спортивного снаряда весом 500 гр;700гр;Стрельба из электронного оружия	I-II-III-IV-V-VI-VII- VIII-IX	МБОУ Школа № 121	МБОУ Школа № 121

29.11.2018	13-15-15-00	Кросс по пересеченной местности 3 км; 5 км;	I-II-III-IV-V-VI-VII- VIII-IX	МБОУ Школа № 121	МБОУ Школа № 121
30.11.2018	13-15-15-00	Бег 1км;1,5км;2км; 3км, Челночный бег 3x10м; Прыжок в длину с места; Метание спортивного снаряда весом 150 гр;	I-II-III-IV-V-VI-VII- VIII-IX	ГБОУ СККК	ГБОУ СККК