

Прием нормативов комплекса ГТО по видам испытаний:

- челночный бег (1 ступень),
- бег 30 м. (1 ступень),
- бег 60 м. (2–4 ступень),
- бег 100 м. (5–6 ступень),
- смешенное передвижение 1000 м. (1 ступень),
- бег 1000 м. (2 ступень),
- бег 1500–2000 м. (3 ступень),
- бег 2000–3000 м. (4–6 ступень),
- метание теннисного мяча в цель (1 ступень),
- метание мяча 150 гр. (2–4 ступень),
- метание снаряда 500, 700 гр. (5–6 ступень),

Консультации руководителей, администраторов, главных судей центров тестирования.

Выездные комиссии по организации работы центров тестирований и проведение контрольных испытаний нормативов комплекса ГТО.

Прием нормативов комплекса ГТО в постоянном месте тестирования по видам испытаний:

- подтягивание из виса на высокой перекладине (1–6 ступень),
- подтягивание из виса на низкой перекладине (1–6 ступень),
- сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (1–6 ступень),
- прыжок в длину с места толчком двумя ногами (1–6 ступень),
- наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу (1–6 ступень),
- наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (5–6 ступень),
- рывок гири 16 кг. (5–6 ступень),
- поднимание туловища из положения лежа на спине (4–6 ступень),
- метание теннисного мяча в цель (1 ступень),

- стрельба из пневматической винтовки (3–6 степень).

Проведение тестирования по выполнению видов испытаний (тестов) комплекса ГТО среди государственных, муниципальных служащих, работников законодательной власти, а также среди сотрудников и государственных и муниципальных учреждений, предприятий и организаций (по заявкам).

ФЕВРАЛЬ(7;9;21;23)

Прием нормативов комплекса ГТО по видам испытаний:

- бег на лыжах (1–6 степень),
-

МАРТ(7;9;21;23)

Прием нормативов комплекса ГТО по видам испытаний:

- челночный бег (1 степень),
 - бег 30 м. (1 степень),
 - бег 60 м. (2–4 степень),
 - бег 100 м. (5–6 степень),
 - смешенное передвижение 1000 м. (1 степень),
 - бег 1000 м. (2 степень),
 - бег 1500–2000 м. (3 степень),
 - бег 2000–3000 м. (4–6 степень),
 - бег на лыжах (1–6 степень),
 - стрельба из пневматической винтовки (3–6 степень).
-

АПРЕЛЬ(4;6;18;20)

Прием нормативов комплекса ГТО по видам испытаний:

- стрельба из пневматической винтовки (3–6 степень),

- челночный бег (1 ступень),
- бег 30 м. (1 ступень),
- бег 60 м. (2–4 ступень),
- бег 100 м. (5–6 ступень),
- смешенное передвижение 1000 м. (1 ступень),
- бег 1000 м. (2 ступень),
- бег 1500–2000 м. (3 ступень),
- бег 2000–3000 м. (4–6 ступень),
- смешанное передвижение или скандинавская ходьба (10–11 ступень).

ИЮНЬ(6;8;13;15)

Прием нормативов комплекса ГТО по видам испытаний:

- челночный бег (1 ступень),
- бег 30 м. (1 ступень),
- бег 60 м. (2–4 ступень),
- бег 100 м. (5–6 ступень),
- смешенное передвижение 1000 м. (1 ступень),
- бег 1000 м. (2 ступень),
- бег 1500–2000 м. (3 ступень),
- бег 2000–3000 м. (4–6 ступень),
- метание теннисного мяча в цель (1 ступень),
- метание мяча 150 гр. (2–4 ступень),
- метание снаряда 500, 700 гр. (5–6 ступень).

АВГУСТ(1;3;15;17)

Прием нормативов комплекса ГТО в рамках Всероссийского Дня физкультурника по видам испытаний:

- подтягивание из виса на высокой перекладине (1–6 ступень),
 - подтягивание из виса на низкой перекладине (1–6 ступень),
 - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (1–6 ступень),
 - прыжок в длину с места толчком двумя ногами (1–6 ступень),
 - наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу (1–6 ступень),
 - наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (5–6 ступень),
 - рывок гири 16 кг. (5–6 ступень),
 - поднимание туловища из положения лежа на спине (4–6 ступень),
 - стрельба из пневматической винтовки (3–6 ступень),
 - метание теннисного мяча в цель (1 ступень),
 - метание мяча 150 гр. (2–4 ступень),
 - метание снаряда 500, 700 гр. (5–6 ступень).
-

СЕНТЯБРЬ(27;29)

Прием нормативов комплекса ГТО по видам испытаний:

- челночный бег (1 ступень),
- бег 30 м. (1 ступень),
- бег 60 м. (2–4 ступень),
- бег 100 м. (5–6 ступень),
- смешенное передвижение 1000 м. (1 ступень),
- бег 1000 м. (2 ступень),
- бег 1500–2000 м. (3 ступень),
- бег 2000–3000 м. (4–6 ступень),
- метание теннисного мяча в цель (1 ступень),
- метание мяча 150 гр. (2–4 ступень),
- метание снаряда 500, 700 гр. (5–6 ступень),

ОКТЯБРЬ(4;6;18;20)

Организация проведения спартакиад и фестивалей в рамках Всероссийского фестиваля ВФСК ГТО (Готов к труду и обороне) – Одна страна, одна команда!

НОЯБРЬ(1;3;15;17)

Организация проведения спартакиад и фестивалей в рамках Всероссийского фестиваля ВФСК ГТО (Готов к труду и обороне) – Одна страна, одна команда!

ДЕКАБРЬ(6;8;20;22)

Прием нормативов комплекса ГТО по видам испытаний:

- бег на лыжах (1–6 ступень),
-

Организация проведения спартакиад и фестивалей в рамках Всероссийского фестиваля ВФСК ГТО (Готов к труду и обороне) – Одна страна, одна команда!