



УТВЕРЖДАЮ

Руководитель Центра

тестирования ГТО

_____ Я.Ю. Архипов

1 апреля 2024 г.

**График приема нормативов комплекса ГТО
среди населения Пучежского муниципального района
на II квартал 2024 года (апрель-май)**

Наименование центра тестирования	Дата проведения	Виды испытания	Степень	Места тестирования
Муниципальное учреждение дополнительного образования «Детско-юношеский центр г. Пучеж»	14.04.2024 28.04.2024	<ul style="list-style-type: none"> – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, в упоре о гимнастическую скамью или сиденье стула – Рывок гири 16 кг – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лежа на спине – Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье – Метание теннисного мяча в цель – Бег 10 м, бег 30 м, челночный бег 3x10 м 	1-18	<p align="center">Спортивный зал Муниципальное учреждение дополнительного образования «Детско-юношеский центр г. Пучеж» 155360 г. Пучеж, ул. Ленина, д.48</p>
	12.05.2024 26.05.2024	<ul style="list-style-type: none"> – Бег на 30 м, 60 м, 100 м, 2 км, 3 км – Бег по пересеченной местности на 2, 3, 5 км – Смешанное передвижение – Метание спортивного снаряда 700 г, 500 г 	1-18	<p align="center">Стадион Муниципальное учреждение дополнительного образования «Детско-юношеский центр г. Пучеж» 155360 г. Пучеж, ул. Ленина, д.48</p>

Информация для участников

Для участия в выполнении нормативов комплекса ГТО **необходимо:**

1. Зарегистрироваться в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» на Всероссийском портале комплекса по адресу www.gto.ru (на сайте участник принимает условия пользовательского соглашения и даёт согласие на обработку персональных данных в соответствии с требованиями законодательства РФ в области персональных данных).
2. Подать заявку на участие в Центр тестирования по адресу: г. Пучеж, ул. Ленина, д. 48.
3. Пройти медицинский осмотр (справка о допуске от участкового терапевта).
4. Прийти в выбранный день согласно графику в Центр тестирования для прохождения испытаний (тестов) комплекса ГТО.

Примечание: все требования для участия выполняются лично участником (в случае с несовершеннолетними – в присутствии их законных представителей).

Дополнительная информация

1. График, составленный выше, предусматривает приём только участников, подавших заявку в индивидуальном порядке. Тестирование проводит один судья. Для участия в тестировании больших коллективов их представителю необходимо направить запрос руководителю ЦТ, где дополнительно будут согласованы день и время приёма участников коллектива, а также будет сформирована судейская бригада.
2. Заявку (предварительную запись) на индивидуальное тестирование можно направить также по электронной почте olimp48@bk.ru, по телефону 2-13-52 или в социальной сети ВК по ссылке <https://vk.com/club30130035>.
3. В случае необходимости ЦТ может осуществить приём граждан вне графика, в будние дни, но только после согласования с руководством, где будут назначены день и время явки на тестирование. Для согласования обращаться лично в ЦТ (адрес указан выше) или по телефону 2-13-52.