

**График проведения тестирования  
в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»  
на октябрь 2019 г.**

Дата приема нормативов	Время приема нормативов	Место тестирования	Вид тестирования
1.10.19. 3.10.19. 8.10.19. 10.10.19. 15.10.19. 17.10.19. 22.10.19. 24.10.19.	16.00-17.30	Спортивный зал учебного комплекса №1 ГПОУ «ППЭТ», г. Печора, Печорский пр-кт, 3.	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Подтягивание из виса на высокой перекладине (раз).</li> <li>✓ Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (раз).</li> <li>✓ Сгибание - разгибание рук в упоре лежа на полу (раз).</li> <li>✓ Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см).</li> <li>✓ Поднимание туловища из положения лежа на спине (раз за 1 мин).</li> <li>✓ Рывок гири 16 кг (раз).</li> <li>✓ Метание теннисного мяча в цель (дистанция 6 м, раз).</li> <li>✓ Челночный бег 3х 10 м (с).</li> <li>✓ Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см).</li> <li>✓ Стрельба из электронного оружия из положения сидя с опорой локтей о стол (мишень № 8, очки).</li> </ul>
По заявке при условии хорошей погоды		Спортивный зал учебного комплекса №1 ГПОУ «ППЭТ», г. Печора, Печорский пр-кт, 3.	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Уличные виды</li> </ul>

В тестировании принимают участие обучающиеся школ города и района, и студенты профессиональных образовательных организаций.

***Условиями допуска участника к прохождению тестирования являются:***

- регистрация на Всероссийском Интернет-портале комплекса ГТО по адресу в сети [www.gto.ru](http://www.gto.ru);
- наличие уникального идентификационного номера (УИН);
- правильность заполнения персональных данных участника и фотография, указанные при регистрации на Всероссийском Интернет-портале комплекса ГТО;
- документ, удостоверяющий личность (паспорт, свидетельство о рождении);
- заявка или коллективная заявка;
- ***медицинское заключение*** о допуске к занятиям физической культурой и спортом (в том числе и массовым спортом), спортивным соревнованиям, выданное по результатам медицинского осмотра (обследования), ***при оформлении коллективной заявки от образовательной организации с указанием информации об отнесении обучающегося к основной медицинской группе индивидуальные медицинские справки обучающихся предоставлять не нужно;***
- спортивная форма.

Испытания проводятся в соответствии с методическими рекомендациями по организации и выполнению испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

Для судейства приглашаются:

Михайлова Н.В    МОУ «СОШ № 10»  
Трибурт Е.К.     МОУ «СОШ № 10»

Пастухов А.В. МОУ «СОШ № 10»  
Реут Л.Н. МОУ «СОШ № 83»  
Реднина М.М. МОУ «Гимназия №1»

Сайт Центра тестирования по отрасли образования на базе ГПОУ «ППЭТ» (приказ Министерства образования РК от 20.11.2015 №252) <http://gto.pechora-pet.ru>, группа ВК <https://vk.com/club138432836>.

Руководитель Центра тестирования



Нагаев В.Н.