Приложение № 2

**Адресный перечень мест тестирования с указанием видов испытаний (тестов) Комплекса ГТО соответствующих месту проведения тестирования**

|  |  |
| --- | --- |
| № п\п | Место тестирования норм ГТО |
| Наименование спортивного сооружения  | Ф.И.О. ответственного лица, должность, № тел.  | Адрес спортивного сооружения | Виды испытаний (тестов) Комплекса ГТО |
| 1. |  |  |  | Подтягивание Сгибание и разгибание рукНаклон вперед из положения стояПоднимание туловищаРывок гириМетание теннисного мячаЧелночный бегПрыжок в длину с разбегаПрыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)Метание мяча (150 г)Метание спортивного снаряда (500 г)Метание спортивного снаряда (700 г)Бег на 30 м,60м,100м.Бег на 1000 м,1500м,2000м,3000м.Скандинавская ходьба на 2 км,3км,4км.Бег на лыжах 1км,2 км,3км,5км.Передвижение на лыжах 2 км,3км,4км.Туристский поход с проверкой туристских навыков на 5 кмТуристский поход с проверкой туристских навыков на 10 кмТуристский поход с проверкой туристских навыков на 15 кмСмешанное передвижение на 1 км по пересеченной местности 1,5км,2км,3км. |
| 28. | СОШ № 48 (тир) |  |  | Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 5 м (мишень № 8, очки)Стрельба из электронного оружия из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 5 м (мишень № 8, очки)Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 10 м (мишень № 8, очки)Стрельба из электронного оружия из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 10 м (мишень № 8, очки) |
| 30. | Плавательный бассейн« »п. Медведево |  |  | Плавание без учета времени, 10 м,15м,25м,50м. |

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**Виды испытаний комплекса ГТО в зависимости от ступеней**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Вид испытания (тест)** | **Ступень** | **Места тестирования** |
| **I** | **II** | **III** | **IV** | **V** | **VI** | **VII** | **VIII** | **IX** | **X** | **XI** |
| м | д | м | д | м | д | ю | д | ю | д | м | ж | м | ж | м | ж | м | ж | м | ж | м | ж |
|  | Подтягивание из виса на высокой перекладине (раз) | **+** |  | **+** |  | **+** |  | **+** |  | **+** |  | **+** |  | **+** |  | **+** |  | **+** |  |  |  |  |  | Стадион «Кубань»СОШ № 48 |
|  | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (раз) |  | **+** |  | **+** |  | **+** |  | **+** |  | **+** |  | **+** |  | **+** |  | **+** |  | **+** |  |  |  |  |
|  | Сгибание - разгибание рук в упоре лежа на полу (раз) | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  | **+** |  | **+** |  | **+** |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |
|  | Сгибание - разгибание рук в упоре лежа о гимнастическую скамью (раз) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** |  |  |
|  | Сгибание - разгибание рук в упоре лежа о сиденье стула (раз) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** |
|  | Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу (раз) | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |
|  | Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (раз) |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Поднимание туловища из положения лежа на спине (раз за 1 мин) |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |  | **+** |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |
|  | Поднимание туловища из положения лежа на спине (раз, без времени) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |
|  | Рывок гири 16 кг (раз) |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** |  | **+** |  | **+** |  | **+** |  | **+** |  |  |  |  |  |
|  | Метание теннисного мяча в цель (дистанция 6 м, раз) | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Челночный бег 3х 10 м (с) | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Прыжок в длину с разбега (см) |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Метание мяча (150 г) |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Метание спортивного снаряда (500 г) |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** |  | **+** |  | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Метание спортивного снаряда (700 г) |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** |  | **+** |  | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Бег на 30 м (с) | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Бег на 60 м (с) |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Бег на 100 м (с) |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Бег на 1000 м (мин, с) |  |  | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Бег на 1500 м (мин, с) |  |  |  |  | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Бег на 2000 м (мин, с) |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  | **+** |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |
|  | Бег на 3000 м (мин, с) |  |  |  |  |  |  | **+** |  | **+** |  | **+** |  | **+** |  | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |
|  | Смешанное передвижение на 1 км | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Смешанное передвижение на 2 км |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** |
|  | Смешанное передвижение на 3 км |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** |  |
|  | Смешанное передвижение на 4 км |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** |  |  |  |
|  | Скандинавская ходьба на 2 км |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** |
|  | Скандинавская ходьба на 3 км |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** |  |
|  | Скандинавская ходьба на 4 км |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** |  |  |  |
|  | Передвижение на лыжах 2 км |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** |
|  | Передвижение на лыжах 3 км |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** |  |  |
|  | Передвижение на лыжах 4 км |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** |  |  |  |  |
|  | Смешанное передвижение на 1 кмпо пересеченной местности |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** |
|  | Смешанное передвижение на 1,5 км по пересеченной местности | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Смешанное передвижение на 2 км по пересеченной местности |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** |  |
|  | Смешанное передвижение на 3 км по пересеченной местности |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** |  |  |  | **+** |  |  |  |
|  | Кросс на 2 км по пересеченной местности |  |  | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** |  | **+** |  |  |  |  |
|  | Кросс на 3 км по пересеченной местности |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |  | **+** |  | **+** |  | **+** | **+** |  | **+** |  |  |  |  |  |
|  | Кросс на 5 км по пересеченной местности |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** |  | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Туристский поход с проверкой туристских навыков на 5 км |  |  |  |  | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |
|  | Туристский поход с проверкой туристских навыков на 10 км |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Туристский поход с проверкой туристских навыков на 15 км |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Требования к оценке уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Кросс на 5 км по пересеченной местности |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Плавание без учета времени, 10 м | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Плавательный бассейн« » |
|  | Плавание без учета времени, 15 м | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Плавание без учета времени, 25 м |  |  | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |
|  | Плавание на 50 м |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |
|  | Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 5 м (мишень № 8, очки) |  |  |  |  | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | СОШ № 48 (тир), |
|  | Стрельба из электронного оружия из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 5 м (мишень № 8, очки) |  |  |  |  | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 10 м (мишень № 8, очки) |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |
|  | Стрельба из электронного оружия из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 10 м (мишень № 8, очки) |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Приложение № 3

к постановлению

**Состав Главной муниципальной судейской коллегии Всероссийского физкультурно-спортивного**

**комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Ф.И.О. | Образование,(специальное, высшее или среднее) | Место работы, должность | Стаж работы в отрасли ФК и С | Судейская категория(если имеется) |
|  |  |  |  |  |  |

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_