

ГРАФИК

приема нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) у обучающихся образовательных организаций, муниципальных служащих, работников муниципальных организаций и учреждений МО МР «Сосногорск» на спортивных объектах муниципального района «Сосногорск»

№ п/п	Наименование спортивного объекта, адрес	День приема испытаний	Время приема испытаний	Виды испытаний	Ответственный по спортивному объекту
1	Универсальный спортивный комплекс «Метеор» г. Сосногорска г. Сосногорск, ул. Гоголя, д.10	Четверг	с 09.00 до 10.00 час	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, прыжок в длину с места, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, рывок гири 16 кг, поднятие туловища из положения лежа на спине.	Веселовская Валерия Александровна т. 6-73-31
2	Спортивный зал физкультурно-оздоровительный комплекс г. Сосногорск, 6 микрорайон, д.35	Четверг	с 10.00 до 11.00 час.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, прыжок в длину с места, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, рывок гири 16 кг, поднятие туловища из положения лежа на спине.	Маринина Татьяна Еокимовна, т. 5-13-21
3	Стадион «Химик» г. Сосногорск, ул. Спортивная, д. 6	Суббота	с 9.00 до 10.00 час	Бег 2 км, бег 3 км, бег 100 м, бег 30 м, наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, подтягивание из виса на высокой перекладине, подтягивание из виса лежа на низкой перекладине, прыжок в длину с места, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, рывок гири 16 кг, поднятие туловища из положения лежа на спине, метание мяча в цель, метание снаряда на дальность	Раджабова Любовь Александровна т. 5-46-78
4	Лыжный стадион «Черёмушки» г. Сосногорск,	Суббота	с 9.00 до 10.00 час	Бег на лыжах	Раджабова Любовь Александровна т. 5-46-78

	ул. Гоголя, д. 13				
5	Стадион «Нефтяник» пгт. Нижний Одес, ул.Нефтяников	Пятница	с 09.00 до 10.00 час	Бег 2 км, бег 3 км, бег 100 м, бег 30 м, бег на лыжах, наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, подтягивание из вися на высокой перекладине, подтягивание из вися лежа на низкой перекладине, прыжок в длину с места, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, рывок гири 16 кг, лыжные гонки, поднимание туловища из положения лежа на спине, метание мяча в цель, метание снаряда на дальность	Липина Елена Вадимовна т. 2-20-73
6	Спортивный комплекс «Олимп» пгт. Войвож ул. Советская, д. 24а	Среда	с 16.00 до 17.00 час	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, прыжок в длину с места, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, рывок гири 16 кг, поднимание туловища из положения лежа на спине	Корнева Ольга Александровна т. 7-06-05
7	Бассейн «Дельфин» пгт. Войвож ул. Советская, д. 18а	Среда	с 16.00 до 17.00 час	Плавание	Яцунец Жанна Валерьевна т.7-48-18
8	Физкультурно-оздоровительная площадка пгт. Войвож ул. Советская	Среда	с 16.00 до 17.00 час	подтягивание из вися на высокой перекладине, подтягивание из вися лежа на низкой перекладине, челночный бег, бег 30 м, метание мяча в цель, метание снаряда на дальность	Корнева Ольга Александровна т. 7-06-05
9	Лыжная база пгт. Войвож ул. Советская	Суббота	с 11.00 до 12.00 час	Бег на лыжах	Вагина Людмила Григорьевна т. 7-06-05

## ГРАФИК

приема нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) у обучающихся образовательных организаций, муниципального района «Сосногорск»

№ п/п	Наименование образовательной организации	Время приема нормативов	Наименование испытаний	судья
1	Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 1» г. Сосногорска	9,11 марта, 10, 15, 17, 19, 21, 22, 24, 29 апреля, 10,15,19,22 мая	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, прыжок в длину с места, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, рывок гири 16 кг, поднятие туловища из положения лежа на спине, челночный бег, подтягивание из виса на высокой перекладине, подтягивание из виса лежа на низкой перекладине, метание мяча в цель, метание снаряда на дальность, бег 2 км, бег 3 км, бег 100 м, бег 30 м, бег на лыжах 2, 3, 5 км.	Кузнецов В.Б.
2	Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 2» г. Сосногорска	каждый вторник с 15.00 до 16.30	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, прыжок в длину с места, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, рывок гири 16 кг, поднятие туловища из положения лежа на спине, челночный бег, подтягивание из виса на высокой перекладине, подтягивание из виса лежа на низкой перекладине, стрельба, бег 2 км, бег 3 км, бег 100 м, бег 30 м, метание мяча в цель, метание снаряда на дальность	Цветкова Е.Н.
3	Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 3 с углублённым изучением отдельных предметов» г. Сосногорска	пятница 2 и 4 неделя каждого месяца с 14.00 до 16.00	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, прыжок в длину с места, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, рывок гири 16 кг, поднятие туловища из положения лежа на спине, челночный бег, подтягивание из виса на высокой перекладине, подтягивание из виса лежа на низкой перекладине, метание мяча в цель, метание снаряда на дальность	Зорина Н. Гулейчук В.П.
4	Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 4» г. Сосногорска»	каждую субботу с 12.00 до 13.00	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, прыжок в длину с места, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, рывок гири 16 кг, поднятие туловища из положения лежа на спине, челночный бег, подтягивание из виса на высокой перекладине, подтягивание из виса лежа на низкой перекладине, пулевая стрельба, бег 2 км, бег 3 км, бег 100 м, бег 30 м, метание мяча в цель, метание снаряда на дальность.	Уласик Е.Д.
5	Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 5» г. Сосногорска	каждую субботу с 12.00 до 14.00	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, прыжок в длину с места, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, рывок гири 16 кг, поднятие туловища из положения лежа на спине, челночный бег, подтягивание из виса на высокой перекладине, подтягивание из виса лежа на низкой перекладине, бег 2 км, бег 3 км, бег 100 м, бег 30 м,	Русских В.Н., Чикенева Е.М.
6	Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Гимназия при Главе муниципального района «Сосногорск»	04,05,06 апреля 2017 г. с 14.30	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, прыжок в длину с места, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, рывок гири 16 кг, поднятие туловища из положения лежа на спине, челночный бег, подтягивание из виса на высокой перекладине, подтягивание из виса лежа на низкой перекладине пулевая стрельба, бег 2 км, бег 3 км, бег 100 м, бег 30 м,	Щеколдин В.А.

7	Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Кадетская школа» г. Сосногорска	13.30 -15.00 по числам: 11, 25 февраля 11, 25 марта 22 апреля 13, 27 мая 10 июня	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, прыжок в длину с места, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, рывок гири 16 кг, поднятие туловища из положения лежа на спине, челночный бег, подтягивание из виса на высокой перекладине, подтягивание из виса лежа на низкой перекладине, пулевая стрельба, бег 2 км, бег 3 км, бег 100 м, бег 30 м, метание мяча в цель, метание снаряда на дальность.	Красных А.И. Рубцова Т.И.
8	Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 1» пгт. Нижний Одес	понедельник с 14.00 среда с 14.00	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, прыжок в длину с места, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, рывок гири 16 кг, поднятие туловища из положения лежа на спине, челночный бег, подтягивание из виса на высокой перекладине, подтягивание из виса лежа на низкой перекладине, бег 2 км, бег 3 км, бег 100 м, бег 30 м, метание мяча в цель, метание снаряда на дальность.	Мелехова В.П. Рочев А.М. Абдуллаева С.А.
9	Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 2» пгт. Нижний Одес	04, 11, 18, 25 февраля 2017г. 04, 11,18,25 марта 2017 г. 01, 08, 15, 22, 29 апреля 2017 г. 06, 13, 20,27 мая 2017 г.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, прыжок в длину с места, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, рывок гири 16 кг, поднятие туловища из положения лежа на спине, челночный бег, подтягивание из виса на высокой перекладине, подтягивание из виса лежа на низкой перекладине, пулевая стрельба, бег 2 км, бег 3 км, бег 100 м, бег 30 м, метание цель, метание снаряда на дальность.	Абдуллаева С.А., Гончарова Н.В.
10	Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа» пгт. Войвож	Понедельник, среда, четверг каждого месяца с 14.00	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, прыжок в длину с места, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, рывок гири 16 кг, поднятие туловища из положения лежа на спине, подтягивание из виса на высокой перекладине, подтягивание из виса лежа на низкой перекладине, пулевая стрельба, челночный бег, бег 2 км, бег 3 км, бег 100 м, бег 30 м, метание мяча в цель, метание снаряда на дальность	Воробьева Е.В. Самодуров Ю.П.