График
проведения тестирования ВФСК ГТО Центром тестирования ВФСК ГТО Багратионовского городского округа
на базе МАУ ДО «ДЮСШ г.Багратионовска» на 2023-2024 учебный год

№ п/п	Виды испытаний	Место приема норматива	Дни и время приема норматива
1.	Бег 10 м, челночный бег 3х10 м	Спортивный зал МАУ ДО ДЮСШ г.Багратионовска	03.10; 17.10; 31.10; 07.11; 21.11; 05.12;19.12.2023 г. 23.01; 27.02; 05.03; 19.03; 09.04; 23.04; 07.05; 21.05; 14.06; 12.07.2024 г. с 10.00 – до 13.00
2.	Бег на 30 м, 60 м, 100 м (с)	Территория ФОК г. Багратионовска	03.10; 17.10; 31.10; 07.11; 21.11; 05.12;19.12.2023 г. 23.01; 27.02; 05.03; 19.03; 09.04; 23.04; 07.05; 21.05; 14.06; 12.07.2024 г. с 10.00 – до 13.00
3.	Шестиминутный бег, смешанное передвижение, бег на 1 км, 1.5 км, 2 км, 3 км	Территория ФОК г. Багратионовска	03.10; 17.10; 31.10; 07.11; 21.11; 05.12;19.12.2023 г. 23.01; 27.02; 05.03; 19.03; 09.04; 23.04; 07.05; 21.05; 14.06; 12.07.2024 г. с 10.00 – до 13.00
4.	Подтягивание из виса на низкой (высокой перекладине), сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Спортивный зал МАУ ДО ДЮСШ г.Багратионовска	03.10; 17.10; 31.10; 07.11; 21.11; 05.12;19.12.2023 г. 23.01; 27.02; 05.03; 19.03; 09.04; 23.04; 07.05; 21.05; 14.06; 12.07.2024 г. с 10.00 – до 13.00
5.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье.	Спортивный зал МАУ ДО ДЮСШ г.Багратионовска	03.10; 17.10; 31.10; 07.11; 21.11; 05.12;19.12.2023 г. 23.01; 27.02; 05.03; 19.03; 09.04; 23.04; 07.05; 21.05; 14.06; 12.07.2024 г. с 10.00 – до 13.00
6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	Спортивный зал МАУ ДО ДЮСШ г.Багратионовска	03.10; 17.10; 31.10; 07.11; 21.11; 05.12;19.12.2023 г. 23.01; 27.02; 05.03; 19.03; 09.04; 23.04; 07.05; 21.05; 14.06; 12.07.2024 г. с 10.00 – до 13.00
7.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 30 с.; 1 минуту)	Спортивный зал МАУ ДО ДЮСШ г.Багратионовска	03.10; 17.10; 31.10; 07.11; 21.11; 05.12;19.12.2023 г. 23.01; 27.02; 05.03; 19.03; 09.04; 23.04; 07.05; 21.05; 14.06; 12.07.2024 г. с 10.00 – до 13.00
8	Стрельба из электронного оружия	Спортивный зал МАУ ДО ДЮСШ г.Багратионовска	03.10; 17.10; 31.10; 07.11; 21.11; 05.12;19.12.2023 г. 23.01; 27.02; 05.03; 19.03; 09.04; 23.04; 07.05; 21.05; 14.06; 12.07.2024 г.

			с 10.00 – до 13.00
9	Метание теннисного мяча в цель	Спортивный зал МАУ ДО ДЮСШ г.Багратионовска	03.10; 17.10; 31.10; 07.11; 21.11; 05.12;19.12.2023 г. 23.01; 27.02; 05.03; 19.03; 09.04; 23.04; 07.05; 21.05; 14.06; 12.07.2024 г. с 10.00 – до 13.00
10.	Метание мяча весом 150 г., метание спортивного снаряда весом 500 г.,700 г.	Территория ФОК г. Багратионовска	03.10; 17.10; 31.10; 07.11; 21.11; 05.12;19.12.2023 г. 23.01; 27.02; 05.03; 19.03; 09.04; 23.04; 07.05; 21.05; 14.06; 12.07.2024 г. с 10.00 – до 13.00
11.	Кросс на 2 км, 3 км, 5 км по пересеченной местности	Городской парк	03.10; 17.10; 31.10; 07.11; 21.11; 05.12;19.12.2023 г. 23.01; 27.02; 05.03; 19.03; 09.04; 23.04; 07.05; 21.05; 14.06; 12.07.2024 г. с 10.00 – до 13.00