



АДМИНИСТРАЦИЯ
МУНИЦИПАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ
«ГОРОД САРАТОВ»
КОМИТЕТ ПО
ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ



Всероссийский
физкультурно-спортивный комплекс
«Готов к труду и обороне»

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс
«Готов к труду и обороне»

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «СПОРТИВНАЯ
ШКОЛА ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА №14»
(Муниципальный центр тестирования ВФСК «ГТО»)

Календарный план выполнения нормативов испытаний (тестов) ВФСК «ГТО» октябрь-ноябрь 2023 г

Понедельник 02 октября	Вторник 03 октября	Среда 04 октября	Четверг 05 октября	Пятница 06 октября
Бег 30 м. Шестиминутный бег, Челночный бег 3х10 м, ДООЦ «Мечта» г. Саратов, 2-й Тюльпановый проезд 10.00 – 12.00 I ступень 10.00 - МДОУ <i>Центр развития ребенка – детский сад №85»</i> Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин). Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Рывок гири 16 кг(количество	Бег 30 м. Челночный бег 3х10м. Метание спортивного снаряда: весом 500г, 700г. Смешанное передвижение 1000 м. Бег 1000 м, 1500 м, 2000 м, 3000м МАОУ «СОШ р.п. Соколовый» г. Саратов Гагаринский р-он, рп Соколовый, ул Танкистская, зд. 28В. 10.00 – 12.00 II, III, IV, V, VI ст. 10.00– МАОУ «СОШ р.п. Соколовый»	Бег 30 м. Шестиминутный бег, Челночный бег 3х10 м МАОУ «Лицей «Звезда» г. Саратов ул. Техническая 3/1 10.00 – 12.00 I ступень 10.00 - МДОУ « <i>Детский сад №7 «Звездочка»</i>	Бег 30 м. Шестиминутный бег, Челночный бег 3х10 м проспект 50 лет Октября г. Саратов проспект 50 лет Октября д.13 (угол ул. Рябиновская) 10.00 – 12.00 I ступень 10.00 - МДОУ <i>«Детский сад комбинированного вида №65»</i>	Бег 30 м. Шестиминутный бег, Челночный бег 3х10 м МАОУ «Лицей Солярис» г. Саратов, ул. Лисина, 7Б 10.00 – 12.00 I, ст. 10.00 – МАДОУ «ЦРР - детский сад № 215 «Капельки солнца» <i>МАДОУ «Детский сад №122»</i> <i>МАДОУ «Центр развития ребенка – детский сад № 123 «Планета детства»</i>

410052 Российская Федерация,
Саратовская область, г. Саратов,
ул. Чапаева д. 14/26

Тел.: +7 (8452) 65-95-06
e-mail: gto_saratov@mail.ru

раз). Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) МАОУ «СОШ р.п. Соколовый» г. Саратов Гагаринский р-он, рп Соколовый, ул Танкистская, зд. 28В. 10.00 – 12.00 II, III, IV, V, VI ст. 10.00– МАОУ «СОШ р.п. Соколовый»				
Понедельник 9 октября	Вторник 10 октября	Среда 11 октября	Четверг 12 октября	Пятница 13 октября
		Бег 10 м. Шестиминутный бег, Челночный бег 3х10 м, Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения. Детский парк г. Саратов, ул. им.Е.И. Пугачева, 98 10.00 – 12.00 I ступень 10.00 <i>МДОУ «Детский сад № 14 «Ёжик», МДОУ «Детский сад комбинированного вида № 8 «Ягодка», МАОУ «СОШ №18» с у.и.п. им. О.П. Табакова»</i>		
Понедельник 16 октября	Вторник 17 октября	Среда 18 октября	Четверг 19 октября	Пятница 20 октября

Бег 30 м. Шестиминутный бег, Челночный бег 3х10 м МАОУ "Лицей №24 имени М.М.Расковой" г. Саратов, ул. им. Жуковского Н. Е. д. 24 10.00 – 12.00 I ступень 10.00 - МДОУ «Детский сад №148», МДОУ «Детский сад комбинированного вида №131» МДОУ «Детский сад комбинированного вида №226», МОУ «СОШ №71» (дошкольный уровень)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. МАОУ «Лицей №24 имени М.М.Расковой» г. Саратов, ул. им. Жуковского Н. Е. д. 24 10.00 – 12.00 I ступень 10.00 - МДОУ «Детский сад №148», МДОУ «Детский сад комбинированного вида №131» МДОУ «Детский сад комбинированного вида №226», МДОУ «Детский сад №5», МОУ «СОШ №71» (дошкольный уровень)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения МАОУ «Лицей «Звезда» г. Саратов ул. Техническая 3/1 10.00 – 12.00 I ступень 10.00 - МДОУ «Детский сад №7 «Звездочка»	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения МДОУ Центр развития ребенка – детский сад №85» г. Саратов, 2-й Тюльпановый проезд 15 10.00 – 12.00 I ступень 10.00 - МДОУ Центр развития ребенка – детский сад №85»	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения. Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 30 сек). МДОУ «Детский сад комбинированного вида № 65» г. Саратов ул. Рябиновская д.21 10.00 – 12.00 I ступень 10.00 - МДОУ «Детский сад комбинированного вида №65»
Понедельник 23 октября	Вторник 24 октября	Среда 25 октября	Четверг 26 октября	Пятница 27 октября
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. МАОУ "Лицей №24 имени М.М.Расковой" г. Саратов, ул. им.Жуковского Н.Е.д.24	Стрельба из положения сидя или стоя, дистанция 10м : из «электронного оружия» Стадион «Спартак» г. Саратов, ул.Дегтярная 12А 12.00 – 13.00 VI, IX, X, XII ступень 12.00 - МАОУ «СОШ п Дубки»,	Бег 10 м. Шестиминутный бег, Челночный бег 3х10 м, Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Наклон вперед из положения	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 30 сек).	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения.

10.00 – 12.00 I ступень 10.00 - МДОУ <i>«Детский сад №148»,</i> <i>МДОУ «Детский сад</i> <i>комбинированного вида №131»</i> <i>МДОУ «Детский сад</i> <i>комбинированного вида №226»,</i> <i>МОУ «СОШ №71»</i> <i>(дошкольный уровень)</i>	<i>УФК по Саратовской области</i> Бег на 60м, бег на 30м, бег на 3000м, бег на 2000м, Челночный бег 3x10 м Манеж Дворца спорта «Кристалл» г. Саратов, ул. им. Н. Г Чернышевского 63 к2 13.00 – 15.00 V, VI, IX, X, XII ступень 13.00 - МАОУ «СОШ п Дубки», <i>УФК по Саратовской области</i>	стоя на гимнастической скамье. Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин). Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) МАОУ «СОШ п Дубки» П. Дубки, ул. Октябрьская д.1 стр.1 10.00 – 12.00 I, V, VI ступень 10.00 - <i>МАДОУ «Детский сад «Веснушки» комбинированного вида п.Дубки «МО «Город Саратов»,</i> <i>МАОУ «СОШ п Дубки»</i>	МАОУ «СОШ №18» с у.и.п. им. О.П. Табакова» г.Саратов, ул. Рахова д. 124 10.00 – 12.00 I ступень 10.00 <i>МДОУ«Детский сад № 14 «Ёжик», МДОУ «Детский сад комбинированного вида № 8 «Ягодка», МАОУ «СОШ №18» с у.и.п. им. О.П. Табакова»</i>	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 30 сек). МАОУ «Прогимназия Олимпиики» г. Саратов, ул. Лисина, 14 11.00 – 12.00 I ступень 11.00 –МАДОУ <i>«Детский сад №122»</i> <i>МАДОУ «Центр развития ребенка – детский сад № 123 «Планета детства»</i> <i>МДОУ «Детский сад №144»</i>
Понедельник 30 октября	Вторник 31 октября	Среда 1 ноября	Четверг 2 ноября	Пятница 3 ноября
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин). Прыжок в длину с места				

толчком двумя ногами. Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) Подтягивание из виса на низкой перекладине 90см (количество раз) Стадион «Сокол» Г. Саратов, площадь Ленина 13.00 – 15.00 IX, X, XII ступень 13.00 - <i>УФК по Саратовской</i> <i>области</i>				
Понедельник 6 ноября	Вторник 7 ноября	Среда 8 ноября	Четверг 9 ноября	Пятница 10 ноября
		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 30 сек). МДОУ «Детский сад №144» г. Саратов, ул. им.Ю.А. Мысникова 12А 10.00 – 12.00 I ступень 10.00 –МДОУ <i>«Детский сад №144»</i>		

Понедельник 13 ноября	Вторник 14 ноября	Среда 15 ноября	Четверг 16 ноября	Пятница 17 ноября
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. МБДОУ «Центр развития ребенка - детский сад №44» г. Саратов, ул. Кавказская 2А 10.00 – 12.00 I ступень 10.00 – МБДОУ «Центр развития ребенка - детский сад №44»		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 30 сек). МДОУ «Центр развития ребенка - детский сад №20» г. Саратов, ул. Некрасова 28/32 10.00 – 12.00 I ступень 10.00 – МДОУ «Детский сад №33», МДОУ «Центр развития ребенка - детский сад №20», МДОУ «Детский сад комбинированного вида №26», МДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №19»		
Понедельник 27 ноября	Вторник 28 ноября	Среда 29 ноября	Четверг 30 ноября	Пятница 1 декабря
Бег на 30 м, бег на 60 м. Стадион «Сокол» Г. Саратов, площадь Ленина 11.00-12.00ч	Бег на 1500м, 2000м, 3000м Манеж Дворца спорта «Кристалл» г. Саратов, ул. им. Н. Г	Бег на 60 м, Челночный бег 3х10 м, Стрельба из положения сидя или стоя, дистанция 10м : из	Бег 10 м. Шестиминутный бег, Челночный бег 3х10 м Стадион «Спартак» г. Саратов, ул.Дегтярная 12А	

410052 Российская Федерация,
Саратовская область, г. Саратов,
ул. Чапаева д. 14/26

Тел.: +7 (8452) 65-95-06
e-mail: gto_saratov@mail.ru

VI ступень 11.00ч - ГАПОУ СКИПО «Для инвалидов и лиц с ОВЗ»	Чернышевского 63 к2 13.00 – 15.00 IV. V. VI.VII ступень 13.00 - МОУ «СОШ с Синенькие», МОУ «СОШ п. Дубки», ГАПОУ СО «СТОТ», ГАПОУ СО «СКПТиАС» УФК по Саратовской области	«электронного оружия» Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин). Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) Стадион «Сокол» Г. Саратов, площадь Ленина 12.30 – 16.00 I ступень 12.30 - МДОУ « Детский сад №7 «Звездочка», МДОУ «Детский сад комбинированного вида №131», МДОУ «Детский сад № 14 «Ёжик», МАОУ «СОШ №18» с у.и.п. им. О.П. Табакова», МАДОУ «ЦРР - детский сад № 215 «Капельки солнца» МДОУ «Детский сад №144» IV. V. VI.VII ступень 13.00 - МОУ «СОШ с Синенькие», МОУ «СОШ п. Дубки»,	9.00-11.00ч I ступень 09.00 - МДОУ «Детский сад №33», МДОУ «Центр развития ребенка - детский сад №20», МДОУ «Детский сад комбинированного вида №26», МДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №19» МБДОУ «Центр развития ребенка - детский сад №44» МДОУ «Детский сад №7 «Звездочка», МДОУ Центр развития ребенка – детский сад №85» МДОУ «Детский сад комбинированного вида №65» МДОУ «Детский сад № 14 «Ёжик» МАДОУ «ЦРР - детский сад № 215 «Капельки солнца», МАДОУ «Центр развития ребенка – детский сад № 123 «Планета детства», МДОУ «Центр развития ребёнка - детский сад № 1 «Солнечный зайчик», МДОУ «Детский сад комбинированного вида № 3», МДОУ «Детский сад комбинированного вида № 56»	
---	--	--	---	--

		ГАПОУ СО «СТОТ», ГАПОУ СО «СКПТиАС» УФК по Саратовской области, ГАПОУ СКИПО «Для инвалидов и лиц с ОВЗ»		
Понедельник 4 декабря	Вторник 5 декабря	Среда 6 декабря	Четверг 7 декабря	Пятница 8 декабря
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 30 сек). МБДОУ «Детский сад комбинированного вида № 3» г. Саратов, ул. Провиантская д.23 10.00 – 12.00 I ступень 10.00 – МДОУ <i>«Центр развития ребёнка -</i> <i>детский сад № 1 «Солнечный</i> <i>зайчик»,</i> <i>МДОУ «Детский сад</i> <i>комбинированного вида № 3»,</i> <i>МДОУ «Детский сад</i> <i>комбинированного вида № 56»</i>				