



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  
«ЦЕНТР ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»  
(Муниципальный центр тестирования ВФСК «ГТО»)

**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор МАУ ЦФКиС  
\_\_\_\_\_/О.В. Конкин/

**Календарный план выполнения нормативов испытаний (тестов) ВФСК «ГТО» июль - сентябрь 2025 г**

| <b>Понедельник</b> | <b>Вторник</b> | <b>Среда<br/>1 октября</b> | <b>Четверг<br/>2 октября</b> | <b>Пятница<br/>3 октября</b>  |
|--------------------|----------------|----------------------------|------------------------------|---|
|                    |                |                            |                              | Подтягивание из виса на высокой перекладине, на низкой перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре лежа, наклон, прыжок в длину, поднимание туловища из положения лежа.<br><b>ГАПОУ СО «Саратовский областной базовый медицинский колледж»</b><br>г. Саратов ул. Зелёная д. 28 |

410052 Российская Федерация,  
Саратовская область, г. Саратов,  
пл. Ленина, Стадион «Сокол», 2 этаж

Тел.: +7 (8452) 79-21-64  
e-mail: gto\_saratov@mail.ru

|  |  |  |                                     |   |
|--|--|--|-------------------------------------|---|
|  |  |  |                                     | <b>12:00-15:00</b><br><b>VI, VII- ступень</b>   |
| <b>Понедельник</b><br><b>6 октября</b>   | <b>Вторник</b><br><b>7 октября</b>   | <b>Среда</b><br><b>8 октября</b>   | <b>Четверг</b><br><b>9 октября</b>  | <b>Пятница</b><br><b>10 октября</b>   |
| Подтягивание из виса на низкой перекладине, наклон, прыжок в длину, поднимание туловища из положения лежа., метание спортивного снаряда весом 500 гр.<br>ДОУ педагоги Фрунзенского района<br>г. Саратов «Стадион Детский парк»<br><b>13:00-15:00</b><br><b>IX, X, XI, XII, XIII, XIV, XV- ступень.</b> | Бег на 60 м, 100 м, бег на 1000 м, скандинавская ходьба на 3 км<br>ДОУ педагоги Фрунзенского района<br>г. Саратов «Стадион Детский парк»<br><b>13:00-15:30</b><br><b>IX, X, XI, XII, XIII, XIV, XV- ступень.</b> | Наклон, бросок набивного мяча, прыжок в длину с места, поднимание туловища из положения лёжа на спине. Бег 10 метров, шестиминутный бег, метание теннисного мяча<br>МДОУ «ЦРР- детский сад № 13»<br>МДОУ «Детский сад № 43»<br>Стадион «Спартак»<br>г. Саратов ул. Дегтярная, 12<br><b>10:00-12:00</b><br><b>I ступень</b> |                                     | Бег 10 метров, шестиминутный бег, челночный бег.<br><br><b>МБДОУ "Детский сад № 226"</b><br><b>МДОУ «Детский сад № 148»</b><br><br><b>МБДОУ "Детский сад № 5"</b><br><br><b>МДОУ «Детский сад № 131»</b><br><br>г. Саратов, ул.им. Артеллирийская, д.25<br><b>10:00-12:00</b><br><b>I ступень</b> |
| <b>Понедельник</b><br><b>13 октября</b>  | <b>Вторник</b><br><b>14 октября</b>  | <b>Среда</b><br><b>15 октября</b>  | <b>Четверг</b><br><b>16 октября</b> | <b>Пятница</b><br><b>17 октября</b>   |
|  | Наклон, бросок набивного мяча, прыжок в длину с места, поднимание туловища из положения лёжа на спине, метание теннисного мяча<br><b>МБДОУ "Детский сад № 226"</b>   |  |                                     | Наклон, бросок набивного мяча, прыжок в длину с места, поднимание туловища из положения лёжа на спине Бег 10 метров, шестиминутный бег, метание теннисного мяча   |

|   |  |  |                                     |   |
|---|--|--|-------------------------------------|---|
|   | <p><b>МДОУ «Детский сад № 148»</b><br/> <b>МБДОУ "Детский сад № 5"</b><br/> <b>МДОУ «Детский сад № 131»</b></p> <p>г. Саратов, ул.им.<br/>         Артеллирийская, д.25<br/> <b>10:00-12:00</b><br/> <b>I ступень</b></p> <p>г. Саратов, ул. им.<br/>         Артеллирийская, д.25<br/> <b>10:00-12:00</b><br/> <b>I ступень</b></p> |  |                                     | <p><b>МДОУ «Центр развития ребенка- детский сад № 85»</b><br/>         г. Саратов 2-й Тюльпановый пр-зд, зд.15</p> <p><b>10:00-12:00</b><br/> <b>I ступень</b></p>  |
| <b>Понедельник</b><br><b>20 октября</b> | <b>Вторник</b><br><b>21 октября</b>  | <b>Среда</b><br><b>22 октября</b>  | <b>Четверг</b><br><b>23 октября</b> | <b>Пятница</b><br><b>24 октября</b>   |
|   |  | <p>Бег 10 метров, шестиминутный бег, челночный бег.</p> <p><b>МДОУ « Детский сад № 144»</b><br/> <b>МАДОУ «Детский сад 122»</b><br/>         г. Саратов ул. Ю.А.Мысникова, 12А<br/> <b>10:00-11:00</b><br/> <b>I ступень</b></p> |                                     | <p>Бег 10 метров, шестиминутный бег, челночный бег, наклон, бросок набивного мяча, прыжок в длину с места, поднятие туловища из положения лёжа на спине.</p> <p><b>МДОУ «Детский сад комбинированного вида № 199»</b></p> <p>МОУ «СОШ №76 им. М.Г.Галицкого»<br/>         г. Саратов ул. Вишневая, д.16<br/> <b>15:00-17:00</b><br/> <b>I ступень</b></p> |
| <b>Понедельник</b><br><b>27 октября</b> | <b>Вторник</b><br><b>28 октября</b>  | <b>Среда</b><br><b>29 октября</b>  | <b>Четверг</b><br><b>30 октября</b> | <b>Пятница</b><br><b>31 октября</b>   |
| Бег на 60 м, бег 100 м, бег 1000        |  | Бег 10 метров, шестиминутный   | Наклон, бросок набивного            | Наклон, бросок набивного  |

410052 Российская Федерация,  
 Саратовская область, г. Саратов,  
 пл. Ленина, Стадион «Сокол», 2 этаж

Тел.: +7 (8452) 79-21-64  
 e-mail: gto\_saratov@mail.ru

|   |                                    |   |  |  |
|---|------------------------------------|---|--|--|
| <p>м, бег 2000 м, бег 3000 м.<br/>Подтягивание из виса на высокой перекладине, подтягивание из виса на низкой перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, наклон, прыжок в длину, поднимание туловища, метание спортивного снаряда 500 гр и 700 гр.<br/><b>СОБМК</b></p> <p>Стадион «Спартак»<br/>г. Саратов ул. Дегтярная, 12<br/><b>11:00-13:00</b><br/><b>ХII, ХIII ступень</b></p> |                                    | <p>бег, челночный бег.<br/><b>МДОУ "Детский сад № 206"</b><br/><b>МДОУ «Детский сад № 216»</b><br/><b>МДОУ "Детский сад № 185"</b></p> <p>МОУ «СОШ 101»<br/>г. Саратов ул. им. В.И. Лебедева-Кумача, б/н</p> <p><b>10:00-11:00</b><br/><b>I ступень</b></p> | <p>мяча, прыжок в длину с места, поднимание туловища из положения лёжа на спине Бег 10 метров, шестиминутный бег, челночный бег<br/><b>МДОУ "Детский сад №30"</b></p> <p>МАОУ «СОШ №21 им. П.А. Столыпина»<br/>г. Саратов, ул.им. И.Н. Посадского, д.193<br/><b>10:00-12:00</b><br/><b>I ступень</b></p> | <p>мяча, прыжок в длину с места, поднимание туловища из положения лёжа на спине, метание теннисного мяча.<br/><b>МДОУ "Детский сад № 206"</b><br/><b>МДОУ «Детский сад № 216»</b><br/><b>МДОУ "Детский сад № 185"</b></p> <p>МОУ «СОШ 101»<br/>г. Саратов ул. им. В.И. Лебедева-Кумача, б/н</p> <p><b>10:00-11:00</b><br/><b>I ступень</b></p> |
| <b>Понедельник</b>  | <b>Вторник</b>                     | <b>Среда</b><br><b>5 ноября</b>   | <b>Четверг</b><br><b>6 ноября</b>  | <b>Пятница</b><br><b>7 ноября</b>  |
|   |                                    |   |  |  |
| <b>Понедельник</b><br><b>10 ноября</b>  | <b>Вторник</b><br><b>11 ноября</b> | <b>Среда</b><br><b>12 ноября</b>  | <b>Четверг</b><br><b>13 ноября</b>   | <b>Пятница</b><br><b>14 ноября</b>   |
| <p>Наклон, бросок набивного мяча, прыжок в длину с места, поднимание туловища из положения лёжа на спине. Бег 10 метров, шестиминутный бег, челночный бег.<br/><b>МДОУ «ЦРР- Детский сад № 20"</b></p>  |                                    | <p>Наклон, бросок набивного мяча, прыжок в длину с места, поднимание туловища из положения лёжа на спине. Бег 10 метров, шестиминутный бег, метание теннисного мяча<br/><b>МДОУ «Детский сад № 220"</b><br/><b>МБДОУ «Детский сад</b></p>                   |  |  |

|  |                                     |  |                                     |                                     |
|--|-------------------------------------|--|-------------------------------------|-------------------------------------|
| <p><b>МДОУ «Детский сад<br/>комбинированного типа №<br/>26»<br/>Стадион «Спартак»<br/>г. Саратов ул. Дегтярная, 12<br/>10:00-12:00<br/>I ступень</b></p> |                                     | <p><b>присмотра и оздоровления №<br/>108» г. Саратова<br/>Стадион «Волга»<br/>г. Саратов пр-кт Энтузиастов,<br/>5с<br/>10:00-12:00<br/>I ступень</b></p> <p>Наклон, бросок набивного мяча, прыжок в длину с места, поднимание туловища из положения лёжа на спине. Бег 10 метров, шестиминутный бег, метание теннисного мяча</p> <p><b>МДОУ «Детский сад<br/>комбинированного вида №<br/>158»</b></p> <p><b>МДОУ «Детский сад<br/>комбинированного вида №<br/>156»</b></p> <p><b>МДОУ «Детский сад<br/>комбинированного вида №<br/>167»</b></p> <p><b>МДОУ «Центр развития<br/>ребенка Детский сад № 211»</b></p> <p><b>МАОУ МБЛ<br/>г. Саратов ул. Блинова 27<br/>15:00-17:00<br/>I ступень</b></p> |                                     |                                     |
| <p><b>Понедельник<br/>17 ноября</b></p>  | <p><b>Вторник<br/>18 ноября</b></p> | <p><b>Среда<br/>19 ноября</b></p>  | <p><b>Четверг<br/>20 ноября</b></p> | <p><b>Пятница<br/>21 ноября</b></p> |

| <b>Понедельник<br/>24 ноября</b>  | <b>Вторник<br/>25 ноября</b>  | <b>Среда<br/>26 ноября</b> | <b>Четверг<br/>27 ноября</b>   | <b>Пятница<br/>28 ноября</b> |
|---|---|----------------------------|--|------------------------------|
| <p>Наклон, бросок набивного мяча, прыжок в длину с места, поднимание туловища из положения лёжа на спине. Бег 10 метров, шестиминутный бег, челночный бег.</p> <p><b>МАДОУ «Детский сад «Веснушки» п. Дубки»</b></p> <p><b>МАОУ «СОШ п. Дубки» п. Дубки ул. Октябрьская , 1 А 10:00-12:00 I ступень</b></p> | <p>Наклон, бросок набивного мяча, прыжок в длину с места, поднимание туловища из положения лёжа на спине. Бег 10 метров, шестиминутный бег, челночный бег.</p> <p><b>МДОУ «Детский сад № 7 «Звездочка»</b></p> <p><b>МАОУ «Лицей «Звезда» г. Саратов ул. Техническая зд.3/1 11:00-13:00 I ступень</b></p> |                            | <p>Наклон, бросок набивного мяча, прыжок в длину с места, поднимание туловища из положения лёжа на спине. Бег 10 метров, шестиминутный бег, челночный бег.</p> <p><b>МДОУ «Детский сад № 155» МДОУ «Детский сад № 194»</b></p> <p><b>МОУ «СОШ № 57» г. Саратов ул. Перспективная, д.29 15:00-17:00 I ступень</b></p> |                              |
| <b>Понедельник<br/>1 декабря</b>  | <b>Вторник<br/>2 декабря</b>  | <b>Среда<br/>3 декабря</b> | <b>Четверг<br/>4 декабря</b>   | <b>Пятница<br/>5 декабря</b> |
|   |   |                            | <p>Бег 10 м, бег 30 м, бег 1000 м, бег 1500 м, бег 2000 м, смешанное передвижение на 1000 м, 6 минутный бег, челночный бег.</p> <p>Подтягивание из виса на высокой перекладине, подтягивание из виса на</p>  |                              |

|                                  |  |                             |  |                               |
|----------------------------------|--|-----------------------------|--|-------------------------------|
|                                  |  |                             | <p>низкой перекладине, сгибание и разгибание рук, прыжок в длину, поднимание туловища, бросок набивного мяча, наклон.</p> <p><b>МАО «СОШ р.п. Красный Октябрь»</b><br/> <b>МАО «СОШ с. Синенькие»</b><br/> <b>МДОУ «Детский сад № 94»</b><br/> <b>МДОУ «Детский сад № 33»</b></p> <p>Стадион «Спартак»<br/> г. Саратов ул. Дегтярная, 12</p> <p><b>10:00-12:00</b><br/> <b>I, II, III, IV, V ступень</b></p> |                               |
| <b>Понедельник<br/>8 декабря</b> | <b>Вторник<br/>9 декабря</b>   | <b>Среда<br/>10 декабря</b> | <b>Четверг<br/>11 декабря</b>  | <b>Пятница<br/>12 декабря</b> |
|                                  | <p>Бег 10 метров, шестиминутный бег, челночный бег.<br/> Наклон, бросок набивного мяча, прыжок в длину с места, поднимание туловища из положения лёжа на спине.<br/> <b>МДОУ «Детский сад № 136»</b><br/> <b>МДОУ «Детский сад № 65»</b><br/> <b>МДОУ «Детский сад № 18»</b></p> |                             |  |                               |

|  |   |  |  |  |
|--|---|--|--|--|
|  | <p><b>МАОУ «Гимназия № 31»</b><br/> г. Саратов<br/> ул. Лесная, д.1/9<br/> <b>15:00-17:00</b><br/> <b>I ступень</b></p>   |  |  |  |
| <p><b>Понедельник</b><br/> <b>15 декабря</b></p> | <p><b>Вторник</b><br/> <b>16 декабря</b></p>  | <p><b>Среда</b><br/> <b>17 декабря</b></p> | <p><b>Четверг</b><br/> <b>18 декабря</b></p> | <p><b>Пятница</b><br/> <b>19 декабря</b></p> |
|  | <p>Бег 10 м, бег 30 м, бег 1000 м, бег 1500 м, бег 2000 м, смешанное передвижение на 1000 м, 6 минутный бег, челночный бег.<br/> Подтягивание из вися на высокой перекладине, подтягивание из вися на низкой перекладине, сгибание и разгибание рук, прыжок в длину, поднимание туловища, бросок набивного мяча, наклон.</p> <p><b>МАОУ «СОШ с. Багаевка»</b></p> <p><b>Стадион «Спартак»</b><br/> г. Саратов ул. Дегтярная, 12</p> <p><b>12:00-14:00</b><br/> <b>I, II, III, IV, V ступень</b></p> |  |  |  |