**ПЛАН**

**значимых мероприятий в рамках внедрения комплекса ГТО на территории Брянской области,**

**запланированные на сентябрь 2023 г.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **Название мероприятия** | **Место проведения** | **Ответственные организации** | **Количество участников** | **Краткое описание** |
| 15.09 | Тестирование по:- подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см;- подтягивание из виса на высокой перекладине;- сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу;- поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин);- прыжок в длину с места;- наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье;- стрельба из пневматической винтовки;- метание спорт. снаряда. | п. Рогнедино, ул. Ленина, д.40, МБУДО Рогнединская СШ | ЦТ Рогнединского района | Тестирование проводится в соответствии с требованиями Роспотребнадзора | первая-восемнадцатая ступень |
| 23.09 | Тестирование по:- челночный бег 3х10 м- смешанное передвижение на1000 м;- бег 30м, 60м, 100м, 1000м, 1500м, 2000м, 3000м.;- кросс по пересеченной местности 3км, 5 км- смешанное передвижение 1000м. | п. Рогнедино, ул. Ленина, д.40, МБУДО Рогнединская СШ | ЦТ Рогнединского района | Тестирование проводится в соответствии с требованиями Роспотребнадзора | первая –восемнадцатая ступень |
| 30.09 | Тестирование по:- подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см;- подтягивание из виса на высокой перекладине;- сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу;- поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин);- прыжок в длину с места;- наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье;- стрельба из пневматической винтовки;- метание спорт. снаряда.- челночный бег 3х10 м- смешанное передвижение на1000 м;- бег 30м, 60м, 100м, 1000м, 1500м, 2000м, 3000м.;- кросс по пересеченной местности 3км, 5 км- смешанное передвижение 1000м. | п. Рогнедино, ул. Ленина, д.40, МБУДО Рогнединская СШ | ЦТ Рогнединского района | Тестирование проводится в соответствии с требованиями Роспотребнадзора | первая –восемнадцатая ступень |