«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ГБПОУ «Колледж олимпийского резерва Пермского края»

_____ С. Ю. Гончарова

«03» _____ 2019 года

График
подготовки нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) на декабрь 2019 года

п/п	Виды испытаний (тестов) комплекса ГТО	Дни недели	Время приема нормативов	Название объекта и адрес
1.	**Приём нормативов для лиц с ОВЗ и инвалидностью (ОФП)**	Среда (04.12, 11.12, 18.12, 25.12)	17:00-19:00	ГБПОУ «Колледж олимпийского резерва Пермского края», ул. Сибирская, 55
2.	**Приём нормативов для лиц с ОВЗ и инвалидностью (Лёгкая атлетика)**	Суббота (07.12, 14.12, 21.12, 28.12.)	09.00-11:00	Спортивный комплекс Пермского государственного аграрно – технологического университета им. АК. Д.Н. Прянишникова ул. Героев Хасана, 111/2, Пермь
3.	**Приём нормативов для лиц с ОВЗ и инвалидностью (Бег на лыжах)**	Суббота (07.12, 14.12, 21.12, 28.12)	10:00-12:00	Лыжная база «Южная» Казахская 71а

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ГБПОУ «Колледж олимпийского резерва Пермского края»

_____ С. Ю. Гончарова

«___» _____ 2019 года

График для подготовки нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)
(Декабрь 2019 года)

п/п	Виды испытаний (тестов) комплекса ГТО	Дни недели	Время приема нормативов комплекса ГТО	Название объекта и адрес
1.	**Лёгкая атлетика** - Бег 30,60,100. - Бег 1000, 2000, 3000м. - Челночный бег 3х10 - Смешанные передвижения 1000м - Метание в цель **ОФП** - Подтягивание из виса на высокой перекладине - Рывок гири 16 кг - Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу - Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье - Поднимание туловища из положения лёжа на спине (количество раз за 1 мин) -Прыжок в длину с места толчком двумя ногами -Подтягивание из виса на низкой перекладине **Стрельба из электронного оружия**	Суббота (07.12, 14.12,21.12, 28.12)	09.00-11:00	Спортивный комплекс Пермской сельскохозяйственной академии (ПГСХА) ул. Героев Хасана, 111/2, Пермь
2.	**Плавание**	Среда (04.12, 11.12, 18.12, 25.12.)	19:00-20:30	Бассейн «Кама» Краснополянская ул., 17, Пермь
4.	**Бег на лыжах**	(07.12, 14.12, 21.12, 28.12)	10:00-12:00	Лыжная база «Южная) Казахская, 71а

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ГБПОУ «Колледж олимпийского резерва Пермского края»

_____ С. Ю. Гончарова

«02» 12 2019 года

График для выполнения нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)
(Декабрь 2019 года)

п/п	Виды испытаний (тестов) комплекса ГТО	Дни недели	Время приема нормативов комплекса ГТО	Название объекта и адрес
1.	**Лёгкая атлетика** - Бег 30,60,100. - Бег 1000, 2000, 3000м. - Челночный бег 3х10 - Смешанные передвижения 1000м - Метание в цель **ОФП** - Подтягивание из виса на высокой перекладине - Рывок гири 16 кг - Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу - Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье - Поднимание туловища из положения лёжа на спине (количество раз за 1 мин) -Прыжок в длину с места толчком двумя ногами -Подтягивание из виса на низкой перекладине **Стрельба из электронного оружия**	Суббота (07.12, 14.12,21.12, 28.12)	09.00-11:00	Спортивный комплекс Пермской сельскохозяйственной академии (ПГСХА) ул. Героев Хасана, 111/2, Пермь
2.	**Плавание**	Среда (04.12, 11.12, 18.12, 25.12.)	19:00-20:30	Бассейн «Кама» Краснополянская ул., 17, Пермь
4.	**Бег на лыжах**	(07.12, 14.12, 21.12, 28.12)	10:00-12:00	Лыжная база «Южная) Казахская, 71а

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ГБПОУ «Колледж олимпийского резерва Пермского края»

_____ С. Ю. Гончарова

«28» ноября 2019 года

График
Выполнения нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)
на декабрь 2019 года

п/п	Виды испытаний (тестов) комплекса ГТО	Дни недели	Время приема нормативов	Название объекта и адрес
1.	**Приём нормативов для лиц с ОВЗ и инвалидностью (ОФП)**	Среда (04.12, 11.12, 18.12, 25.12)	17:00-19:00	ГБПОУ «Колледж олимпийского резерва Пермского края», ул. Сибирская, 55
2.	**Приём нормативов для лиц с ОВЗ и инвалидностью (Лёгкая атлетика)**	Суббота (07.12, 14.12, 21.12, 28.12.)	09.00-11:00	Спортивный комплекс Пермского государственного аграрно – технологического университета им. АК. Д.Н. Прянишникова ул. Героев Хасана, 111/2, Пермь
3.	**Приём нормативов для лиц с ОВЗ и инвалидностью (Бег на лыжах)**	Суббота (07.12, 14.12, 21.12, 28.12)	10:00-12:00	Лыжная база «Южная» Казахская 71а