

**План работы МБОУ «ООШ №5» по выполнению тестов Всероссийского физкультурно- спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)**  
(на основании городского графика выполнения тестов ГТО учащимися образовательных учреждений в 2021-2022 году)

1. Выполнение тестов ГТО учащимися 16-17 лет. **январь-март 2021 г.** по предварительной заявке.
2. Выполнение тестов ГТО учащимися 13-15 лет. **январь – июнь 2021 г.** по предварительной заявке.
3. Результаты городских соревнований по легкоатлетическому четырехборью и допризывной молодежи будут зачтены, как выполнение тестов ГТО. **май 2021 г.**
4. Выполнение тестов ГТО всех возрастных групп по кроссу (бег по пересеченной местности) **май, июнь, сентябрь 2021 г.**
5. Городской Фестиваль ГТО среди учащихся 13-15 и 16-17 лет. **сентябрь 2021 г.** Место проведения: стадион «Труд». Программа: Челночный бег, бег на 30 м., 60 м., 100 м., метание мяча/гранаты, бег на 2 км, 3 км. Зарегистрировать учащихся данной возрастной группы на сайте [www.gto.ru](http://www.gto.ru) и предоставить коллективные заявки по форме в Центр тестирования ГТО: до **10 сентября 2021г.**
6. Кросс «Золотая осень» среди учащихся ОУ. **сентябрь 2021 г.** Выполнение тестов ГТО по кроссу.
7. Выполнение тестов ГТО. **сентябрь – октябрь 2021 г.** Место: стадион «Труд». Бег на 30 м., 60 м., 100 м., метание мяча/гранаты, бег на 2 км и 3 км., кросс на 3, 5 км.
8. Городской Фестиваль ГТО среди учащихся 13-15, 16-17 лет. стрельба из электронного оружия. **октябрь 2021 г.** Места проведения: стадион «Труд», спортивные залы школ.
9. Городской Фестиваль ГТО среди учащихся 13-15 лет (юноши, девушки). **октябрь 2021г.** Место проведения: стадион «Труд». Программа: Подтягивание или сгибание рук, наклон вперед, прыжок в длину с места, поднимание туловища.
10. Городской Фестиваль ГТО. плавание. юноши, девушки 13-15, 16-17 лет. **ноябрь 2021г.** Место проведения: ФСЦ «Енисей».
11. Выполнение всех тестов ГТО. ноябрь – декабрь. По предварительной заявке.
12. Выполнение тестов ГТО по лыжным гонкам. Все возрастные группы. На городских соревнованиях. **ноябрь – декабрь 2021 г.** лыжная трасса СШ №1
13. Фестиваль ГТО 6-8 лет: **январь-март 2022г**

Городской Фестиваль «ГТО» состоится в два этапа:

1-й этап в январе 2022г - силовые тесты, поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту, прыжок в длину с места, метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 метров;

2-й этап в марте 2022г. - челночный бег 3x10 метров, бег на 30м., наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье, смешанное передвижение на 1000 метров.

К участию в Фестивале допускаются участники основной медицинской группы, прошедшие регистрацию на сайте [www.gto.ru](http://www.gto.ru) до **26 декабря 2021 г.**, и получившие УИН (уникальный идентификационный номер). При регистрации обязательно наличие фотографии участника в личном кабинете!