

ПЛАН
значимых мероприятий в рамках внедрения комплекса ГТО на территории Брянской области,
запланированные на февраль 2021 г.

(с 01.02.2021г. тестирование проводится при строгом соблюдении требований Роспотребнадзора и с возрастной категорией (I-IX ступень)

| Дата | Название мероприятия | Место проведения | Ответственные организации | Количество участников | Краткое описание |
|-------------|--|--|----------------------------------|------------------------------|-------------------------|
| 01.02 | Тестирование по: - подтягивание из виса на высокой перекладине; из виса лежа на низкой перекладине; - рывок гири 16 кг; - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (о гимнастическую скамью, о сиденье стула); - прыжок в длину с места | г. Сельцо, Дом спорта МБУ СШ | ЦТ г.Сельцо | Не более 50 чел. | I-IX ступень |
| 02.02 | Тестирование по плаванию | п. Путевка, ул. Центральная, д.14 ГАУ КСК «Путевка» | ЦТ МАУ БСК «Десна» | Не более 50 чел. | I-IX ступень |
| 03.02 | Тестирование по: - наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье; - подтягивания из виса на высокой/низкой перекладине; - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу; - прыжок в длину с места; - поднимание туловища из положения лежа на спине | г. Клинцы, ул. Ворошилова, д.39 | ЦТ г.Клинцы | Не более 50 чел. | I-IX ступень |
| 03.02 | Тестирование по: - наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье; - прыжок в длину с места; - челночный бег 3x10 | г.Сураж, ул.Садовая д.11 МБУ ДО ДЮСШ-ФОК «Триумф» | ЦТ Суражского района | Не более 50 чел. | I-IX ступень |
| 03.02 | Тестирование по бегу на лыжах | МАУДО «Трубчевская ДЮСШ» | ЦТ Трубчевского района | Не более 50 чел. | I-IX ступень |

| | | | | | |
|-------|--|---|-----------------------------------|-----------------------------|---------------------|
| 04.02 | <p>Тестирование по:</p> <ul style="list-style-type: none"> - наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье; - подтягивание из виса на высокой или низкой перекладине; - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу; - прыжок в длину с места; - поднятие туловища из положения лежа на спине; - стрельба из пневматической винтовки; - челночный бег 3x10; - рывок гири 16кг | <p>п. Комаричи, ул. Чкалова, 25 Б, МБУ ДО Комаричская ДЮСШ «Юность»</p> | <p>ЦТ Комаричского района</p> | <p>Не более 50 чел.</p> | <p>I-IX ступень</p> |
| 05.02 | <p>Тестирование по:</p> <ul style="list-style-type: none"> - стрельба из электронного оружия; - подтягивание из виса на высокой перекладине; - подтягивание из виса лежа на низкой перекладине; - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу; - рывок гири 16 кг; - прыжок в длину с места; - наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье; - поднятие туловища из положения лежа на спине; - челночный бег 3x10. | <p>с. Гордеевка, ул. Кирова, д.23</p> | <p>ЦТ Гордеевского района</p> | <p>Не более 50 чел.</p> | <p>I-IX ступень</p> |
| 06.02 | <p>Тестирование по:</p> <ul style="list-style-type: none"> - бег на лыжах или кросс по пересеченной местности 2, 3, 5 км | <p>п. Комаричи, Дендрарий им. И.Е. Васильева</p> | <p>ЦТ Комаричского района</p> | <p>Не более 50 чел.</p> | <p>I-IX ступень</p> |
| 06.02 | <p>Тестирование по:</p> <ul style="list-style-type: none"> - прыжок в длину с места; - наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье; - поднятие туловища из положения лежа на спине; | <p>г. Карачев, Стадион «Снежить»</p> | <p>ЦТ Карачевского района</p> | <p>Не более 50 чел.</p> | <p>I-IX ступень</p> |

| | | | | | |
|-------|---|---|---------------------------|---------------------|--------------|
| | <ul style="list-style-type: none"> - челночный бег 3x10; - подтягивание из виса на высокой (низкой) перекладине; - сгибание разгибание рук в упоре лежа на полу; - бег на лыжах 3км, 5 км | | | | |
| 06.02 | <p>Тестирование по:</p> <ul style="list-style-type: none"> - наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье; - поднимание туловища из положения лежа на спине; - подтягивания из виса на высокой/низкой перекладине; - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу; - прыжок в длину с места; - челночный бег 3x10 | г. Мглин ул. Будённого 11 МБУ «Мглинский ФОК «Мечта» | ЦТ Мглинского района | Не более 50 чел. | I-IX ступень |
| 08.02 | <p>Тестирование по:</p> <ul style="list-style-type: none"> - поднимание туловища из положения лежа на спине; - наклон вперед из положения, стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье; - плавание | г. Сельцо, Плавательный бассейн МБУ СШ | ЦТ г.Сельцо | Не более 50 чел. | I-IX ступень |
| 08.02 | <p>Тестирование по:</p> <ul style="list-style-type: none"> - бег на коротки дистанции; - бег на длинные дистанции; - метание мяча; - метание спортивного снаряда; - челночный бег 3x10 | МАУДО «Трубчевская ДЮСШ» | ЦТ Трубчевского района | Не более 50 чел. | I-IX ступень |
| 09.09 | Тестирование по гимнастике | г. Брянск, Ул.50-й Армии, д.8 Дом спорта | ЦТ МАУ БСК «Десна» | Не более 50 чел. | I-IX ступень |
| 10.02 | Тестирование по бегу на лыжах | Суражского района, пос. Лесное | ЦТ Суражского района | Не более 50 чел. | I-IX ступень |

| | | | | | |
|-------|--|---------------------------------|------------------------|------------------|--------------|
| 10.09 | <p>Тестирование по:</p> <ul style="list-style-type: none"> - наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье; - подтягивания из виса на высокой/низкой перекладине; - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу; - прыжок в длину с места; - поднимание туловища из положения лежа на спине | г. Клинцы, ул. Ворошилова, д.39 | ЦТ г.Клинцы | Не более 50 чел. | I-IX ступень |
| 10.02 | <p>Тестирование по:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подтягивание из виса на высокой/низкой перекладинах; - рывок гири 16кг; - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу; - наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье | МАУДО «Трубчевская ДЮСШ» | ЦТ Трубчевского района | Не более 50 чел. | I-IX ступень |
| 12.02 | <p>Тестирование по:</p> <ul style="list-style-type: none"> - стрельба из электронного оружия; - подтягивание из виса на высокой перекладине; - подтягивание из виса лежа на низкой перекладине; - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу; - рывок гири 16 кг; - прыжок в длину с места; - наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье; - поднимание туловища из положения лежа на спине; - челночный бег 3x10. | с. Гордеевка, ул. Кирова, д.23 | ЦТ Гордеевского района | Не более 50 чел. | I-IX ступень |
| 13.02 | <p>Тестирование по:</p> <ul style="list-style-type: none"> - бег 30м,60м; - челночный бег 3x10; - прыжок в длину с места; - подтягивание из виса на высокой (низкой) перекладине; | г. Карачев, Стадион «Снежить» | ЦТ Карачевского района | Не более 50 чел. | I-IX ступень |

| | | | | | |
|-------|---|--|---------------------------|---------------------|--------------|
| | <ul style="list-style-type: none"> - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу; - бег на лыжах 3км, 5 км | | | | |
| 13.02 | Тестирование по бегу на лыжах | г. Мглин ул. Будённого 11 городской парк | ЦТ Мглинского района | Не более 50 чел. | I-IX ступень |
| 15.02 | Тестирование по: <ul style="list-style-type: none"> - подтягивание из виса на высокой перекладине; из виса лежа на низкой перекладине; - рывок гири 16 кг; - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (о гимнастическую скамью, о сиденье стула); - прыжок в длину с места | г. Сельцо, Дом спорта МБУ СШ | ЦТ г.Сельцо | Не более 50 чел. | I-IX ступень |
| 15.02 | Тестирование по: <ul style="list-style-type: none"> - прыжок в длину с места; - поднимание туловища из положения лежа на спине; - стрельба из пневматической винтовки | МАУДО «Трубчевская ДЮСШ» | ЦТ Трубчевского района | Не более 50 чел. | I-IX ступень |
| 16.02 | Тестирование по стрельбе из электронного оружия | г. Брянск, Ул.50-й Армии, д.8 Дом спорта | ЦТ МАУ БСК «Десна» | Не более 50 чел. | I-IX ступень |
| 17.02 | Тестирование по: <ul style="list-style-type: none"> - наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье; - подтягивания из виса на высокой/низкой перекладине; - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу; - прыжок в длину с места; - поднимание туловища из положения лежа на спине | г. Клинцы, ул. Ворошилова, д.39 | ЦТ г.Клинцы | Не более 50 чел. | I-IX ступень |
| 17.02 | Тестирование по: <ul style="list-style-type: none"> - бег 30 м; - подтягивание из виса лежа на низкой перекладине; - подтягивание из виса на высокой перекладине; - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу; | г.Сураж, ул.Садовая д.11 МБУ ДО ДЮСШ-ФОК «Триумф» | ЦТ Суражского района | Не более 50 чел. | I-IX ступень |

| | | | | | |
|-------|--|---|---------------------------|---------------------|--------------|
| | - рывок гири 16 кг | | | | |
| 19.02 | Тестирование по: - стрельба из электронного оружия; - подтягивание из виса на высокой перекладине; - подтягивание из виса лежа на низкой перекладине; - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу; - рывок гири 16 кг; - прыжок в длину с места; - наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье; - поднимание туловища из положения лежа на спине; - челночный бег 3х10. | с. Гордеевка, ул. Кирова, д.23 | ЦТ Гордеевского района | Не более 50 чел. | I-IX ступень |
| 20.02 | Тестирование по : - стрельба из пневматической винтовки; - стрельба из электронного оружия; - бег на лыжах 3км, 5 км | г. Карачев, СОШ им. С.М. Кирова Стадион «Снежить» | ЦТ Карачевского района | Не более 50 чел. | I-IX ступень |
| 20.02 | Тестирование по стрельбе из пневматической винтовки | г. Мглин пл. Советская 3 МБУ «Мглинская СОШ №1» | ЦТ Мглинского района | Не более 50 чел. | I-IX ступень |
| 24.02 | Тестирование по: - наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье; - подтягивания из виса на высокой/низкой перекладине; - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу; - прыжок в длину с места; - поднимание туловища из положения лежа на спине | г. Клинцы, ул. Ворошилова, д.39 | ЦТ г.Клинцы | Не более 50 чел. | I-IX ступень |
| 24.06 | Тестирование по стрельбе из пневматической винтовки | г.Сураж, ул. Садовая д.11 МБУ ДО ДЮСШ-ФОК «Триумф» | ЦТ Суражского района | Не более 50 чел. | I-IX ступень |

| | | | | | |
|-------|--|---|---------------------------|---------------------|--------------|
| 25.02 | <p>Тестирование по:</p> <ul style="list-style-type: none"> - стрельба из электронного оружия; - подтягивание из виса на высокой перекладине; - подтягивание из виса лежа на низкой перекладине; - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу; - рывок гири 16 кг; - прыжок в длину с места; - наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье; - поднимание туловища из положения лежа на спине; - челночный бег 3x10. | П. Глинищево, МАУ ФОК «Глинищево» | ЦТ Брянского района | Не более 50 чел. | I-V ступень |
| 26.02 | <p>Тестирование по:</p> <ul style="list-style-type: none"> - стрельба из электронного оружия; - подтягивание из виса на высокой перекладине; - подтягивание из виса лежа на низкой перекладине; - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу; - рывок гири 16 кг; - прыжок в длину с места; - наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье; - поднимание туловища из положения лежа на спине; - челночный бег 3x10. | П. Глинищево, МАУ ФОК «Глинищево» | ЦТ Брянского района | Не более 50 чел. | I-IX ступень |
| 26.02 | <p>Тестирование по:</p> <ul style="list-style-type: none"> - стрельба из электронного оружия; - подтягивание из виса на высокой перекладине; - подтягивание из виса лежа на низкой перекладине; - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу; - рывок гири 16 кг; - прыжок в длину с места; - наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье; | С. Гордеевка, ул. Кирова, д.23 | ЦТ Гордеевского района | Не более 50 чел. | I-IX ступень |

| | | | | | |
|-------|---|---|---------------------------|---------------------|--------------|
| | <ul style="list-style-type: none"> - поднимание туловища из положения лежа на спине; - челночный бег 3x10. | | | | |
| 26.02 | Тестирование по бегу на лыжах | Суражского района, пос. Лесное | ЦТ Суражского района | Не более 50 чел. | I-IX ступень |
| 27.02 | Тестирование по: <ul style="list-style-type: none"> - наклон из положения стоя на гимнастической скамье; - поднимание туловища из положения лежа на спине; - челночный бег 3x10; - подтягивание из виса на высокой (низкой) перекладине; - сгибание разгибание рук в упоре лежа на полу; - бег на лыжах 3км, 5 км | г. Карачев, Стадион «Снежить» | ЦТ Карачевского района | Не более 50 чел. | I-IX ступень |
| 27.02 | Тестирование по плаванию | г. Мглин ул. Будённого 11 МБУ «Мглинский ФОК «Мечта» | ЦТ Мглинского района | Не более 50 чел. | I-IX ступень |