

Календарь выполнения испытаний, тестов ГТО

Стадион МБОУ «ЕСШ №7» им.О.Н.Мамченкова

Дата и время выполнения	Возрастная ступень	Испытания, тесты
18 сентября 15.00-17.00	I-III ступени	Бег на 30м., бег на 60м., смешанное передвижение на 1 км., бег на 1 км., бег на 1,5 км.
19 сентября 15.00-17.00	IV-V ступени	Бег на 60 м., бег на 100 м., бег на 2 км., бег на 3 км.
21 сентября 15.00-17.00	I-III ступени	Метание мяча весом 150 г., прыжок в длину с разбега
22 сентября 15.00-17.00	IV-V ступени	Метание мяча весом 150 г., метание спортивного снаряда (500 г., 700г.), прыжок в длину с разбега
25 сентября 15.00-17.00	I-III ступени	Бег на 30м., бег на 60м., смешанное передвижение на 1 км., бег на 1 км., бег на 1,5 км.
26 сентября 15.00-17.00	IV-V ступени	Бег на 60 м., бег на 100 м., бег на 2 км., бег на 3 км.
28 сентября 15.00-17.00	II-III ступени	Метание мяча весом 150 г., прыжок в длину с разбега
29 сентября 15.00-17.00	IV-V ступени	Метание мяча весом 150 г., метание спортивного снаряда (500 г., 700г.), прыжок в длину с разбега
02 октября 15.00-17.00	I-III ступени	Бег на 30м., бег на 60м., смешанное передвижение на 1 км., бег на 1 км., бег на 1,5 км.
03 октября 15.00-17.00	IV-V ступени	Бег на 60 м., бег на 100 м., бег на 2 км., бег на 3 км.
05 октября	II-III ступени	Метание мяча весом 150 г., прыжок в длину с разбега

15.00-17.00		
06 октября 15.00-17.00	IV-V ступени	Метание мяча весом 150 г., метание спортивного снаряда (500 г., 700г.), прыжок в длину с разбега
09 октября 15.00-17.00	I-III ступени	Бег на 30м., бег на 60м., смешанное передвижение на 1 км., бег на 1 км., бег на 1,5 км.
10 октября 15.00-17.00	IV-V ступени	Бег на 60 м., бег на 100 м., бег на 2 км., бег на 3 км.
12 октября 15.00-17.00	II-III ступени	Метание мяча весом 150 г., прыжок в длину с разбега
13 октября 15.00-17.00	IV-V ступени	Метание мяча весом 150 г., метание спортивного снаряда (500 г., 700г.), прыжок в длину с разбега
16 октября 15.00-17.00	I-III ступени	Бег на 30м., бег на 60м., смешанное передвижение на 1 км., бег на 1 км., бег на 1,5 км.
17 октября 15.00-17.00	IV-V ступени	Бег на 60 м., бег на 100 м., бег на 2 км., бег на 3 км.
19 октября 15.00-17.00	II-III ступени	Метание мяча весом 150 г., прыжок в длину с разбега
20 октября 15.00-17.00	IV-V ступени	Метание мяча весом 150 г., метание спортивного снаряда (500 г., 700г.), прыжок в длину с разбега
23 октября 15.00-17.00	I-III ступени	Бег на 30м., бег на 60м., смешанное передвижение на 1 км., бег на 1 км., бег на 1,5 км.
24 октября 15.00-17.00	IV-V ступени	Бег на 60 м., бег на 100 м., бег на 2 км., бег на 3 км.
26 октября 15.00-17.00	II-III ступени	Метание мяча весом 150 г., прыжок в длину с разбега
27 октября 15.00-17.00	IV-V ступени	Метание мяча весом 150 г., метание спортивного снаряда (500 г., 700г.), прыжок в длину с разбега