



График тестирования обучающихся

Муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Средней школы № 35»

ВФСК «Готов к труду и обороне»

На II полугодие 2019 г.

№ п/п	Наименование организации	Дата	Время	Степень	Виды испытания (теста)	Место тестирования
1.	МАОУ «СПШ № 35»	Апрель-Май	14:00	I-IV	<ol style="list-style-type: none">Челночный бег 3x10 м (с)Бег на 60 м (с)Бег на 100 м (с)Бег на 1000 и (мин, с)Бег на 1500 и (мин, с)Бег на 2000 и (мин, с)Бег на 3000 и (мин, с)	Спортивный зал
2.	МАОУ «СПШ № 35»	6 марта 20 марта 11 апреля 25 апреля 6 мая	14:00	I-IV	<ol style="list-style-type: none">Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз)Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи-см)Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	Спортивный зал

					6. Поднимание туловища из положения, лежа на спине (количество раз за 1 мин)	
3.	МАОУ «СПШ № 35»	18 апреля 7 мая 14 мая	14:00	I-IV	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжок в длину с разбега (см) 2. Метание мяча весом 150 г (м) 3. Метание спортивного снаряда: весом 700г (м) 4. Метание спортивного снаряда: весом 500г (м) 	Территория школы
4.	МАУ "Хабаровск Спортивный"	Февраль-Март	14:00	I-IV	<ol style="list-style-type: none"> 1. Бег на лыжах на 1 км (мин, с) 2. Бег на лыжах на 2 км (мин, с) 3. Бег на лыжах на 3 км (мин, с) 4. Бег на лыжах на 5 км (мин, с) 	Тестирование вне школы
5.	МАУ "Хабаровск Спортивный"	Февраль-Май	14:00	I-IV	<ol style="list-style-type: none"> 1. Плавание на 50 м (мин, с) 2. Плавание на 25 м (мин, с) 	Тестирование вне школы
6.	МАОУ «СПШ № 35» И МАУ "Хабаровск Спортивный"	Февраль-Май	14:00	I-IV	<ol style="list-style-type: none"> 1. Стрельба из положения сидя с опорой локтей о стол и с упора для винтовки, дистанция 10 м (очки): из пневматической винтовки с открытым прицелом 2. Стрельба из положения сидя с опорой локтей о стол и с упора для винтовки, дистанция 10 м (очки): из пневматической винтовки с диоптрическим прицелом либо «электронного оружия» 	Спортивный зал