



УТВЕРЖДАЮ:
Руководитель
центра тестирования

В.В. Краснолобов

09.10.2026г.



УТВЕРЖДАЮ:

Руководитель
центра тестирования
автономное
учреждение
дополнительного
образования
"Спортивная школа
единоборств
"ДЕРЖАВА"
города Обнинска

Ю.В.Фрай

**ПЛАН МАУ «СШОР «КВАНТ»
МАУ ДО «СШЕ «ДЕРЖАВА»**

**по выполнению испытаний (тестов) и нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного
комплекса ГТО* и физкультурно-спортивных мероприятий.**

Ноябрь 2026 г.

№ п/п	Вид испытания (тест)	Место тестирования	Дата тестирования	Время начала приёма тестов	Степень тестируемых (возрастная группа)	Примечание
1	Сгибание и разгибание рук Подтягивание Низкая перекладина Подтягивание высокая перекладина Наклон вперед	Комарова 8	02.11.2026 г. 09.11.2026 г.	15.00-17.00	I – XVIII ступени.	По предваритель ной заявке
2	Стрельба из пневматической винтовки	Тир СШОР «КВАНТ» Горького 62	12.11.2026 г. 19.11.2026 г.	14.00-16.00	III – IX ступени.	По предваритель ной заявке
3	Легкая атлетика	Стадион ТРУД	06.11.2026 г. 13.11.2026 г.	15.00-17.00	I - XVIII ступени	(при наличии удовлетворите льных погодных условий)
4	Кросс по пересечённой местности	Лыже роллерная трасса	03.11.2026 г. 10.11.2026 г.	15.00 -16.00	I - XVIII ступени	(при наличии удовлетворите льных погодных условий)
5	Метание мяча весом 150 гр.; гранаты весом 500 гр , 700 гр.	Лыже роллерная трасса	11.11.2026г.	15.00-17.00	II-XI ступени	(при наличии удовлетворите льных погодных условий)
6	Плавание	Городской бассейн Ленина д.91	05.11.2026г. 24.11.2026г.	15.00-15.45	I – XVIII ступени	По предваритель ной заявке
7	Принятие нормативов Всероссийского физкультурно- спортивного комплекса ГТО	МБОУ СОШ №17	14.11.2026	12.00-14.00	I – VII ступени	По предваритель ной заявке
8	Принятие нормативов Всероссийского физкультурно- спортивного комплекса ГТО	МБОУ «Держава».	26.11.2025	12.00-14.00	I – VII ступени	По предваритель ной заявке

9	Принятие нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО	МБОУ СОШ №18	27.11.2025	12.00-14.00	I – VII ступени	По предварительной заявке
10	Принятие нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО	Д с «Золотая рыбка»	21.11.2025г.	09.00-13.00	I ступень	По предварительной заявке

***при условии подачи предварительных заявок участников Комплекса ГТО на конкретную дату**
Заявки на участие в выполнении нормативов Комплекса ГТО направлять на эл. почту gtoobninsk@mail.ru тел. 8 484 58-40-250 или эл. почта derjava_sport@mail.ru тел. 8 484 39 70202

Главный судья центра тестирования МАУ ДО «СШОР « КВАНТ»  (Петров А.А.)

Главный судья центра тестирования МАУ «СШЕ « ДЕРЖАВА»  (Жердева М.А.)