

Приложение
к приказу от 18.02.2026 №46

Утверждаю
Руководителя МБУ «ЦРК»
Т.А. Казанцева



**План мероприятий
по приему нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»
на территории Пестравского района
на март месяц 2026 года**

Дата и время проведения	Место проведения	Наименование мероприятия	Организатор мероприятия
02.03.2026 14:00	с. Пестравка Фок	1. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамье-см) 2. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз) 4. Поднимание туловища из положения лежа на спине (1 мин) кол-во раз за 1 мин) 5.Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	МБУ «ЦРК» Матвеева Е.А. Гречкина Р.Н. Номер телефона по вопросам выполнению нормативов ВФСК «Готов к труду и обороне» ГТО, 884674221367
04.03.2026 10:00	с. Пестравка ул. Мира, 3	1. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамье-см) 2. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз) 4. Поднимание туловища из положения лежа на спине (1 мин) кол-во раз за 1 мин) 5.Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	МБУ «ЦРК» Матвеева Е.А. Гречкина Р.Н. Номер телефона по вопросам выполнению нормативов ВФСК «Готов к труду и обороне» ГТО, 884674221367
09.03.2026 13:00	с. Пестравка	1. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамье-см) 2. Бег на лыжах на 2 км (мин,с) 3.Бег на 60 м (с) 4. Поднимание туловища из положения лежа на спине (1 мин) кол-во раз за 1 мин)	МБУ «ЦРК» Матвеева Е.А. Гречкина Р.Н. Номер телефона по вопросам выполнению нормативов ВФСК «Готов к труду и обороне» ГТО, 884674221367

		5.Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	
12.03.2026 13:00	с. Пестровка	1. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамье-см) 2. Бег на лыжах на 5 км (мин.с) 3.Бег на 100 м (с) 4.Прыжок в длину с места толчком двумя ногами 5. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (кол-во раз)	МБУ «ЦРК» Матвеева Е.А. Гречкина Р.Н. Номер телефона по вопросам выполнению нормативов ВФСК «Готов к труду и обороне» ГТО, 884674221367
16.03.2026 20:00	с. Пестровка ФОК	1. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамье-см) 2. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз) 3.Бег на 100 м (с) 4.Прыжок в длину с места толчком двумя ногами 5. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (кол-во раз)	МБУ «ЦРК» Матвеева Е.А. Гречкина Р.Н. Номер телефона по вопросам выполнению нормативов ВФСК «Готов к труду и обороне» ГТО, 884674221367
19.03.2026 10:00	с. Пестровка	1. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамье-см) 2. Бег на лыжах на 5 км (мин.с) 3. Бег на лыжах на 2 км (мин.с) 4.Бег на 100 м (с) 5. Бег на 60 м (с) 6.Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	МБУ «ЦРК» Матвеева Е.А. Гречкина Р.Н. Номер телефона по вопросам выполнению нормативов ВФСК «Готов к труду и обороне» ГТО, 884674221367
23.03.2026 20:00	с. Пестровка ФОК	1. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамье-см) 2. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз) 3.Бег на 100 м (с) 4. Бег на 60 м (с) 5.Прыжок в длину с места толчком двумя ногами 6. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (кол-во раз)	МБУ «ЦРК» Матвеева Е.А. Гречкина Р.Н. Номер телефона по вопросам выполнению нормативов ВФСК «Готов к труду и обороне» ГТО, 884674221367
26.03.2026 14:00	с. Пестровка	1. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамье-см) 2. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз) 5.Прыжок в длину с места толчком двумя ногами 6. Бег на 1000 м 7. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (кол-во раз)	МБУ «ЦРК» Матвеева Е.А. Гречкина Р.Н. Номер телефона по вопросам выполнению нормативов ВФСК «Готов к труду и обороне» ГТО, 884674221367