**График выступления учащихся(команд)**

**ОУ Кировского района на Зимнем фестивале ГТО**

**17 февраля**

**(тесты + бассейн)**

**Внимание!!!**

**-Спорт.форма и спорт.обувь для зала(проверяем)**

**-Комплект принадлежностей для бассейна(проверяем)**

**-Правильно оформлен протокол-заявка(+справки э/биоз)**

**-Руководители команд- сменная обувь и тапки для бассейна**

**- Участники, опоздавшие на регистрацию, к старту не допускаются!!!!!!!!**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **ОУ** | **время** |
| **1.** | **223, 378, 493** | **9.15** |
| **2.** | **261, 384, 254** | **9.30** |
| **3.** | **251, 392, 506** | **9.45** |
| **4.** | **РТК№1, РТК№2, ПТК** | **10.00** |
| **5.** | **250, 388, 377** | **10.30** |
| **6.** | **244, 282, 248** | **10.45** |
| **7.** | **389, 249,277** | **11.00** |
| **8.** | **КCиПТ, МТК** | **11.15** |
| **9.** | **393, 269, 379** | **11.45** |
| **10.** | **503, 538, 264** | **12.00** |
| **11.** | **539, 608, 274** | **12.15** |
| **12.** | **СВУ, Ун.им.Макарова** | **12.30** |
| **13.** | **284, 504, 585,** | **13.00** |
| **14.** | **162,221,240** | **13.15** |
| **15.** | **283,387,397** | **13.30** |
| **16.** | **Ун.техн. и диз.,Технол.Ун.** | **13.45** |
| **17.** | **501,551,658** | **14.10** |
| **18.** | **386,381,481** | **14.30** |

**Тесты:**

**-Гибкость (ладони-пальцы)**

**-Пресс (за 1 мин)**

**-Прыжок в длину с места (3 попытки)**

**-Сгибание-разгибание рук в упоре лежа на полу (max 35 раз-пауза не более 3 секунд)**

**Бассейн-**

**-I-II ступень-25 м.(старт: тумбочка или вода)**

**-III-VI ступень-50м.(старт: тумбочка или вода)**

**График выступления учащихся(команд)**

**ОУ Кировского района на Зимнем фестивале ГТО**

**19 февраля**

**Бег –стадион «Шторм»**

**Внимание!!!**

**-Спорт. форма и спорт. обувь для улицы**

**-Регистрация проходит строго по графику**

**- Участники, опоздавшие на регистрацию, к старту не допускаются!!!!!!!**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Ступень** | **ОУ** | **Время-регистрация** |
| **1.** | **I-II ст.**  **юноши** | **223, 378, 493,384, 254,251, 392, 506, 250, 388, 377, 244, 282, 248** | **8.40-8.50** |
| **389, 249,277,393, 269, 379, 503, 538, 264, 539, 608, 274,261, 481** | **8.55-9.05** |
| **284, 504, 585, 162, 221, 240, 283,387,397, 501,551, 658, 386, 381** | **9.10-9.20** |
| **2.** | **I-II ст.**  **девушки** | 223, 378, 493,384, 254,251, 392, 506, 250, 388, 377, 244, 282, 248 | 9.30-9.40 |
| 389, 249,277,393, 269, 379, 503, 538, 264, 539, 608, 274,261, 481 | 9.45-9.55 |
| 284, 504, 585, 162, 221, 240, 283,387,397, 501,551, 658, 386, 381 | 10.00-10.10 |
| **3.** | **III ст.**  **юноши** | **223, 378, 493,384, 254,251, 392, 506, 250, 388, 377, 244, 282, 248** | **10.20-10.30** |
| **389, 249,277,393, 269, 379, 503, 538, 264, 539, 608, 274,261, 481** | **10.35-10.45** |
| **284, 504, 585, 162, 221, 240, 283,387,397, 501,551, 658, 386, 381** | **10.50-10.55** |
| **4.** | **III ст.**  **девушки** | 223, 378, 493,384, 254,251, 392, 506, 250, 388, 377, 244, 282, 248 | 11.05-11.15 |
| 389, 249,277,393, 269, 379, 503, 538, 264, 539, 608, 274,261, 481 | 11.20.-11.25 |
| 284, 504, 585, 162, 221, 240, 283,387,397, 501,551, 658, 386, 381 | 11.30-11.35 |
| **5.** | **IV ст.**  **юноши** | **223, 378, 493,384, 254,251, 392, 506, 250, 388, 377, 244, 282, 248** | **11.45-11.55** |
| **389, 249,277,393, 269, 379, 503, 538, 264, 539, 608, 274,261, 481** | **12.00-12.10** |
| **284, 504, 585, 162, 221, 240, 283,387,397, 501,551, 658, 386, 381** | **12.15-12.25** |
| **6.** | **IV ст.**  **девушки** | 223, 378, 493,384, 254,251, 392, 506, 250, 388, 377, 244, 282, 248 | 12.35-12.45 |
| 389, 249,277,393, 269, 379, 503, 538, 264, 539, 608, 274,261, 481 | 12.50-13.00 |
| 284, 504, 585, 162, 221, 240, 283,387,397, 501,551, 658, 386, 381 | 13.05-13.15 |
| **7.** | **V-VI ст.**  **юноши** | **223, 378, 493,384, 254,251, 392, 506, 250, 388, 377, 244, 282, 248,**  **РТК№1, РТК№2,ПТК** | **13.25-13.35** |
| **389, 249,277,393, 269, 379, 503, 538, 264, 539, 608, 274,261, 481,**  **КСиПТ, МТК ,СВУ** | **13.40-13.50** |
| **381,284, 504, 585, 162, 221, 240, 283,387,397, 501,551, 658, 386, Ун.им.Макарова, Ун.техн.и дизайна, Технолог.Ун.** | **13.55-14.05** |
| **8.** | **IV-VI ст.**  **девушки** | **223, 378, 493,384, 254,251, 392, 506, 250, 388, 377, 244, 282, 248,**  **РТК№1, РТК№2,ПТК** | **14.15-14.25** |
| **389, 249,277,393, 269, 379, 503, 538, 264, 539, 608, 274,261, 481,**  **КСиПТ, МТК ,СВУ** | **14.30-14.40** |
| **381,284, 504, 585, 162, 221, 240, 283,387,397, 501,551, 658, 386, Ун.им.Макарова, Ун.техн.и дизайна, Технолог.Ун.** | **14.45-14.55** |

**Бег:**

**-I-II ступень-800м(2 круга)**

**-III-IV ступень-1600м(4 круга)**

**-V-VI ступень-2000м(5 кругов)**