



ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ
Администрации городского округа Шуя

155900, Ивановская область, Шуя, Милиционный пер., д.4.
Тел.Факс: (49351) 4-26-24, E-mail: obr_shuya@mail.ru

26.08.2025

№ 160.1

П Р И К А З

Об утверждении графика выполнения учащимися городского округа Шуя испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» на 2025-2026 учебный год

В целях развития физической культуры и спорта на территории городского округа Шуя, **п р и к а з ы в а ю:**

1. Утвердить график выполнения учащимися городского округа Шуя испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» на 2025-2026 учебный год, согласно приложению.
2. Контроль за исполнением настоящего приказа оставляю за собой.

**Начальник отдела образования
Администрации городского округа Шуя**



И.Н. Жохов

Приложение
к приказу № 160.1 от 26.08.2025г.

График выполнения учащимися городского округа Шуя испытаний
Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и
обороне» на 2025-2026 учебный год

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ МЕРОПРИЯТИЯ	Срок проведения	Адрес/место
1.	Челночный бег 3х10 м, Бег на 30 м, Бег на 60 м, Бег на 100 м, Бег на 1 км, Бег на 1,5 км, Бег на 2 км, Бег на 3 км, Метание мяча весом 150 г, Метание спортивного снаряда весом 700 г, Метание спортивного снаряда весом 500 г, Смешанное передвижение на 1 км, Смешанное передвижение на 2 км	сентябрь	ул. Спортивная, 2, стадион "Труд" им. В.Е. Метельского
2.	Стрельба из электронного оружия	сентябрь	пл. Комсомольская, 3, МУ «МИЦ»
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине, подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью, сгибание и разгибание рук в упоре о сиденье стула, рывок гири 16 кг, наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье, прыжок в длину с места толчком двумя ногами, поднимание туловища из положения лежа на спине количество раз за 1 минуту, метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м.	октябрь	Общеобразовательные организации
4.	Подтягивание из виса на высокой перекладине, подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью, сгибание и разгибание рук в упоре о сиденье стула, рывок гири 16 кг, наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье, прыжок в длину с места толчком двумя ногами, поднимание туловища из положения лежа на спине количество раз за 1 минуту, метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м.	октябрь	Общеобразовательные организации
5.	Плавание 25 м, 50 м.	ноябрь	ул. Спортивная, д. 6, корп.1, плавательный бассейн
6.	Подтягивание из виса на высокой перекладине, подтягивание из виса лежа на	ноябрь	Общеобразовательные организации

	низкой перекладине 90 см, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью, сгибание и разгибание рук в упоре о сиденье стула, рывок гири 16 кг, наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье, прыжок в длину с места толчком двумя ногами, поднимание туловища из положения лежа на спине количество раз за 1 минуту, метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м.		
7.	Подтягивание из виса на высокой перекладине, подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью, сгибание и разгибание рук в упоре о сиденье стула, рывок гири 16 кг, наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье, прыжок в длину с места толчком двумя ногами, поднимание туловища из положения лежа на спине количество раз за 1 минуту, метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м.	декабрь	Общеобразовательные организации
8.	Бег на лыжах на 1 км, Бег на лыжах на 2 км, Бег на лыжах на 3 км, Бег на лыжах на 5 км	декабрь	ул. 8 Марковская, 53, л/б "Осиновая гора"
9.	Бег на лыжах на 1 км, Бег на лыжах на 2 км, Бег на лыжах на 3 км, Бег на лыжах на 5 км	январь	ул. 8 Марковская, 53, л/б "Осиновая гора"
10.	Подтягивание из виса на высокой перекладине, подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью, сгибание и разгибание рук в упоре о сиденье стула, рывок гири 16 кг, наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье, прыжок в длину с места толчком двумя ногами, поднимание туловища из положения лежа на спине количество раз за 1 минуту, метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м.	январь	Общеобразовательные организации
11.	Бег на лыжах на 1 км, Бег на лыжах на 2 км, Бег на лыжах на 3 км, Бег на лыжах на 5 км	февраль	ул. 8 Марковская, 53, л/б "Осиновая гора"
12.	Плавание 25 м, 50 м.	февраль	ул. Спортивная, д. 6, корп.1, плавательный бассейн

13.	Подтягивание из виса на высокой перекладине, подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью, сгибание и разгибание рук в упоре о сиденье стула, рывок гири 16 кг, наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье, прыжок в длину с места толчком двумя ногами, поднимание туловища из положения лежа на спине количество раз за 1 минуту, метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м.	март	Общеобразовательные организации
14.	Стрельба из электронного оружия	март	пл. Комсомольская, 3, МУ «МИЦ»
15.	Подтягивание из виса на высокой перекладине, подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью, сгибание и разгибание рук в упоре о сиденье стула, рывок гири 16 кг, наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье, прыжок в длину с места толчком двумя ногами, поднимание туловища из положения лежа на спине количество раз за 1 минуту, метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м.	апрель	Общеобразовательные организации
16.	Подтягивание из виса на высокой перекладине, подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью, сгибание и разгибание рук в упоре о сиденье стула, рывок гири 16 кг, наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье, прыжок в длину с места толчком двумя ногами, поднимание туловища из положения лежа на спине количество раз за 1 минуту, метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м.	апрель	Общеобразовательные организации
17.	Челночный бег 3х10 м, Бег на 30 м, Бег на 60 м, Бег на 100 м, Бег на 1 км, Бег на 1,5 км, Бег на 2 км, Бег на 3 км, Метание мяча весом 150 г, Метание спортивного снаряда весом 700 г, Метание спортивного снаряда весом 500 г, Смешанное передвижение на 1 км, Смешанное передвижение на 2 км	май	ул. Спортивная, 2, стадион "Труд" им. В.Е. Метельского

18.	Стрельба из электронного оружия	май	пл. Комсомольская, 3, МУ «МИЦ»
-----	---------------------------------	-----	-----------------------------------