



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДО СШ
г. Амурска
Колганов В.В.
«5» сентября 2025 г

ПЛАН
основных мероприятий в рамках внедрения комплекса ГТО на территории
Амурского муниципального района, запланированных на 2024-2025 год.

Дата	Название мероприятия	Место проведения	Ответственные организации	Количество участников	Краткое описание
Сентябрь-октябрь	Прием тестов ФВСК «ГТО»	МБУ СШ г. Амурска Игровой зал	МБУ СШ г. Амурска	50-60	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, подтягивание, поднимание туловища, прыжок в длину.
Октябрь	Проведение муниципального фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО) среди трудовых коллективов, государственных гражданских служащих РФ и муниципальных служащих	МБУ СШ г. Амурска	МБУ СШ г. Амурска	40-50	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, подтягивание, поднимание туловища, прыжок в длину

Ноябрь	Прием тестов ФВСК «ГТО»	Бассейн МБУ СШ г. Амурска	МБУ СШ г. Амурска	50-60	Плавание на 50 м.
Декабрь	Прием тестов ФВСК «ГТО»	МБУ СШ г. Амурска	МБУ СШ г. Амурска	50-60	Стрельба из электронного оружия
Февраль	Прием тестов ФВСК «ГТО»	МБУ СШ г. Амурска	МБУ СШ г. Амурска	60-70	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, подтягивание, поднимание туловища, прыжок в длину
Март-апрель	Акция «ГТО в детский сад. Возрождение традиций» Муниципальный этап фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО) среди обучающихся общеобразовательных организаций "Движение ГТО-Путь к успеху!"	Игровой зал МБУ СШ г. Амурска	МБУ СШ г. Амурска	90-100 50-60	Метание теннисного мяча в цель, наклон вперёд из положения стоя, сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу, поднимание туловища из положения лёжа на спине, прыжок в длину с места, челночный бег 3x10

Май	Акция «ГТО в детский сад. Возрождение традиций»	Стадион «Юность» МБУ СШ г. Амурска	МБУ СШ г. Амурска	90-100	Бег 30 м. Шестиминутный бег
Июнь	Акция «Лето с ГТО» Приём нормативов (тестов) ВФСК ГТО	Стадион «Юность»	Администрация МБУ СШ г. Амурска	90-100	Бег 3000 м., Бег 2000 м., Бег 1500 м., Бег 1000 м., Бег 60 м. Отжимание, Подтягивание, Прыжок в длину с места, Поднимание туловища, Наклон.
Август	Муниципальный этап фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО) среди лиц старшего и пожилого возраста "Активное долголетие"	Игровой зал МБУ СШ г. Амурска	Администрация МБУ СШ г. Амурска	20-30	Отжимание, Подтягивание, Прыжок в длину с места, Поднимание туловища, Наклон.