

График распределения испытаний в течение 2016-2017 учебного года

Сентябрь

(бег на короткие дистанции)

	Ступени	Вид испытания	Время для проведения одного испытания	Кол-во участников, одновременно проходящих испытания	Место проведения	Кол-во судей
1 неделя						
2 неделя	I (6-8 лет)	бег на 30 м	2 мин	2 человека	Пришкольный стадион	Куликов С.Г. - глав. судья, Ивлев А.А. - стартер, Коростелев А.Н., Суслин А.А. - судьи – хронометристы, помощники: Тезикова С.В. Чиркова С.В.
	II (9-10 лет)	бег на 60 м	3 мин	2 человека		
3 неделя	III (11-12 лет)	бег на 60 м	3 мин	2 человека		
	IV (13-15 лет)	бег на 60 м	3 мин	2 человека		
4 неделя	V (16-17 лет)	бег на 100 м	3 мин	2 человека		

Октябрь

(бег на длинные дистанции)

	Ступени	Вид испытания	Время для проведения одного испытания	Кол-во участников, одновременно проходящих испытание	Место проведения	Кол-во судей
1 неделя	I (6-8 лет)	бег на 1 км	10 мин	15 человек	Пришкольный стадион	Куликов С.Г. - глав. судья, Ивлев А.А. - стартер, Коростелев А.Н. - секундомерист помощники: Тезикова С.В. Чиркова С.В.
2 неделя	II (9-10 лет)	бег на 1 км	9 мин	15 человек		
3 неделя	III (11-12 лет)	бег на 1,5 км бег на 2 км	11 мин	15 человек		
4 неделя	IV (13-15 лет)	бег на 2 км бег на 3 км	15 мин	15 человек		
	V (16-17 лет)	бег на 2 км бег на 3 км	15 мин	15 человек		

Ноябрь

(Прыжок в длину с места толчком двумя ногами)

	Ступени	Вид испытания	Время для проведения одного испытания	Кол-во участников, одновременно проходящих испытание	Место проведения	Кол-во судей
1 неделя					Спортивный зал	Куликов С.Г. - глав. судья, Шубин В.В., Полянский В.П. - судьи-измерители, Тезикова С.В. - секретарь
2 неделя	I (6-8 лет) II (9-10 лет)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	2 мин (3 попытки)	2 человека		
3 неделя	IV (13-15 лет)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	2 мин (3 попытки)	2 человека		
4 неделя	III (11-12 лет) V (16-17 лет)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	2 мин (3 попытки)	2 человека		

Декабрь

(Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, или из электронного оружия из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция - 5 м)

	Ступени	Вид испытания	Время для проведения одного испытания	Кол-во участников, одновременно проходящих испытание	Место проведения	Кол-во судей
1 неделя						
2 неделя	III (11-12 лет)	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, или из электронного оружия из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку	5 мин (3 выстрела)	3 человека	тир	1 глав. судья, 1 судья линии мишеней, 1 судья-секретарь, 1 судья при участниках

3 неделя	IV (13-15 лет)	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, или из электронного оружия из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку	5 мин (3 выстрела)	3 человека		
4 неделя	V (16-17 лет)	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, или из электронного оружия из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку	3 мин (3 выстрела)	3 человека		

Январь
(Бег на лыжах)

	Ступени	Вид испытания	Время для проведения одного испытания	Кол-во участников, одновременно проходящих испытания	Место проведения	Кол-во судей
1 неделя						
2 неделя	I (6-8 лет)	Бег на лыжах на 1 км	11 мин	15 человек	Пришкольный стадион, лыжная трасса	Куликов С.Г. - глав. судья, Ивлев А.А. - стартер, Шубин В.В., Полянский В.П. - судьи-секундометристы, Тезикова С.В. - секретарь, Шмелева В.А. - помощник, 2-3 волонтера на дистанции
	II (9-10 лет)	Бег на лыжах на 1 км	10 мин	15 человек		
3 неделя	III (11-12 лет)	Бег на лыжах на 2 км	15 мин	16 человек		
	IV (13-15 лет)	Бег на лыжах на 3 км	24 мин	16 человек		
4 неделя	V (16-17 лет)	Бег на лыжах на 3 км (девочки)	22 мин	16 человек		
		Бег на лыжах на 5 км (мальчики)	30 мин	20 человек		

Февраль

(Подтягивание из виса на высокой перекладине или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине, или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу)

	Ступени	Вид испытания	Время для проведения одного испытания	Кол-во участников, одновременно проходящих испытание	Место проведения	Кол-во судей
1 неделя	I (6-8 лет)	Подтягивание из виса на высокой перекладине или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине, или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	4 мин	2 человека 4 человека	Спортивный зал	Куликов С.Г. - глав. судья, судьи на снарядах: Суслин А.А., Коростелев А.Н., Спичак С.Н., Шубин В.В. Тезикова С.В. - секретарь.
2 неделя	II (9-10 лет) III (11-12 лет)	Подтягивание из виса на высокой перекладине или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине, или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	4 мин	2 человека 4 человека		
3 неделя	IV (13-15 лет)	Подтягивание из виса на высокой перекладине или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине, или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	4 мин	2 человека 4 человека		
4 неделя	V (16-17 лет)	Подтягивание из виса на высокой перекладине или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине, или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	4 мин	2 человека 4 человека		

Март

(Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, поднимание туловища из положения лежа на спине)

	Ступени	Вид испытания	Время для проведения одного испытания	Кол-во участников, одновременно проходящих испытание	Место проведения	Кол-во судей
1 неделя	I (6-8 лет) II (9-10 лет)	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу	2 мин	2 человека	Спортивный зал, пришкольный стадион	Куликов С.Г. - глав. судья, Ивлев А.А. , Чиркова С.В. - судьи при участниках, Тезикова С.В. - секретарь.
2 неделя	III (11-12 лет)	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу	2 мин	2 человека		
3 неделя	IV (13-15 лет)	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, поднимание туловища из положения лежа на спине	2 мин 1 мин.	2 человека 2 человека		
4 неделя	V (16-17 лет)	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, поднимание туловища из положения лежа на спине	2 мин 1 мин	2 человека 2 человека		

Апрель - май

(Метание теннисного мяча в цель, метание мяча весом 150 г, метание спортивного снаряда весом 700 г/500г)

	Ступени	Вид испытания	Время для проведения одного испытания	Кол-во участников, одновременно проходящих испытание	Место проведения	Кол-во судей
3 неделя	I (6-8 лет)	Метание теннисного мяча в цель	2 мин	2 человека	Пришкольный стадион	Куликов С.Г. - глав. судья, Коростеле А.Н. , Спичак С.Н. , Суслин А.А. - судьи измерители, Тезикова С.В. - секретарь. 1-2 волонтера
4 неделя	II (9-10 лет) III (11-12 лет)	Метание мяча весом 150 г	3 мин	2 человека		
1 неделя	V (16-17 лет)	Метание спортивного снаряда весом 700 г/ 500 г	2 мин	2 человека		
2 неделя	IV (13-15 лет)	Метание мяча весом 150 г	2 мин	2 человека		

