



## **МЕСТНОЕ ОТДЕЛЕНИЕ ВВПОД «ЮНАРМИЯ» ПЕЧЕНГСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА**

### **ПОЛОЖЕНИЕ**

#### **О порядке проведения входного физкультурно-спортивного тестирования «ЮНАРМЕЕЦ, БУДЬ ГОТОВ!» и критериях оценивания для кандидатов в юнармейцы Местного отделения ВВПОД «ЮНАРМИЯ» Печенгского муниципального округа**

1. Данное положение определяет порядок проведения входного физкультурно-спортивного тестирования «ЮНАРМЕЕЦ, БУДЬ ГОТОВ!» и критерии оценки для кандидатов в юнармейцы местного отделения Всероссийского детско-юношеского военно-патриотического движения «ЮНАРМИЯ» (далее - ВВПОД «ЮНАРМИЯ») Печенгского муниципального округа.

2. В основу данного физкультурно-спортивного тестирования вошли испытания (тесты) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

3. Все кандидаты в юнармейские отряды Печенгского муниципального округа перед вступлением в ряды ВВПОД «ЮНАРМИЯ» Печенгского муниципального округа и принятием торжественной клятвы юнармейца обязаны успешно сдать данное входное физкультурно-спортивное тестирование либо иметь знак отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

4. Тестирование включает в себя комплексы испытаний (тестов) для разных возрастных категорий:

- 1 категория- 8 лет,
- 2 категория- 9-10 лет,
- 3 категория- 11-12 лет,
- 4 категория- 13-15 лет,
- 5 категория- 16-17 лет.

В каждой категории есть обязательные испытания (тесты). В каждой категории есть определённое количество испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для успешного прохождения тестирования.

5. На входном физкультурно-спортивном тестировании присутствует координатор юнармейского отряда, в который планирует вступить кандидат, член штаба местного отделения ВВПОД «ЮНАРМИЯ» Печенгского муниципального округа, командир отряда или его заместитель, преподаватель физической культуры, который принимает зачёт.

6. Все результаты кандидата фиксируются в протоколе (Приложение №1).

7. При успешном выполнении всех испытаний (тестов) входное физкультурно-спортивное тестирование считается успешно пройденным, о чём сообщается кандидату.

**8.** При выполнении не всех испытаний (тестов) назначается передача через 7 дней.

**9.** Настоящее Положение вступает в силу с момента его утверждения.



**МЕСТНОЕ ОТДЕЛЕНИЕ ВВПОД «ЮНАРМИЯ»  
ПЕЧЕНГСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА**

**ВХОДНОЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЕ ТЕСТИРОВАНИЕ  
КАНДИДАТА В ЮНАРМЕЙСКИЙ ОТРЯД 51150\_ «НАЗВАНИЕ  
ОТРЯДА» МЕСТНОГО ОТДЕЛЕНИЯ ВВПОД «ЮНАРМИЯ»  
ПЕЧЕНГСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА**

ФИО кандидата \_\_\_\_\_

Дата начала тестирования \_\_ \_\_ 20\_\_ г. Дата окончания тестирования \_\_ \_\_ 20\_\_ г.

**1 КАТЕГОРИЯ (8 ЛЕТ)**

| № п/п   | Испытания (тесты)  | Результат                         |
|---|--|-----------------------------------|
| <b>Обязательные испытания (тесты)</b>             |  |                                   |
| 1.  | Челночный бег 3x10 м (с)<br>Или бег на 30 м (с)                                  |                                   |
| 2.  | Смешанное передвижение на 1000 м (мин, с)  |                                   |
| 3.  | Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)                     |                                   |
|   | Или подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см (количество раз)       |                                   |
|   | Или сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (количество раз)              |                                   |
| 4.  | Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см) |                                   |
| <b>Количество выполненных испытаний (тестов):</b> |  | <b>Результат:</b>                 |
|   |  | <b>Зачёт</b> __ <b>Незачёт</b> __ |

Член штаба  
МЕСТНОГО ОТДЕЛЕНИЯ  
ВВПОД «ЮНАРМИЯ»  
ПЕЧЕНГСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

(подпись)

(фамилия и инициалы)

Координатор отряда

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

(подпись)

(фамилия и инициалы)

Преподаватель физической культуры

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

(подпись)

(фамилия и инициалы)



**МЕСТНОЕ ОТДЕЛЕНИЕ ВВПОД «ЮНАРМИЯ»  
ПЕЧЕНГСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА**

**ВХОДНОЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЕ ТЕСТИРОВАНИЕ  
КАНДИДАТА В ЮНАРМЕЙСКИЙ ОТРЯД 51150\_ «НАЗВАНИЕ  
ОТРЯДА» МЕСТНОГО ОТДЕЛЕНИЯ ВВПОД «ЮНАРМИЯ»  
ПЕЧЕНГСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА**

ФИО кандидата \_\_\_\_\_

Дата начала тестирования \_\_ \_\_ 20\_\_ г. Дата окончания тестирования \_\_ \_\_ 20\_\_ г.

**2 КАТЕГОРИЯ (9-10 ЛЕТ)**

| № п/п   | Испытания (тесты)  | Результат   |
|---|--|---|
| <b>Обязательные испытания (тесты)</b>             |  |   |
| 1.  | Бег на 30 м (с)<br>Или бег на 60 м (с)   |   |
| 2.  | Бег на 1000 м (мин, с)   |   |
| 3.  | Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)                     |   |
|   | Или подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см (количество раз)       |   |
|   | Или сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (количество раз)              |   |
| 4.  | Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см) |   |
| <b>Количество выполненных испытаний (тестов):</b> |  | <b>Результат:</b> <b>Зачёт</b> __ <b>Незачёт</b> __ |

Член штаба  
МЕСТНОГО ОТДЕЛЕНИЯ  
ВВПОД «ЮНАРМИЯ»  
ПЕЧЕНГСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

(подпись)

(фамилия и инициалы)

Координатор отряда

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

(подпись)

(фамилия и инициалы)

Преподаватель физической культуры

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

(подпись)

(фамилия и инициалы)



**МЕСТНОЕ ОТДЕЛЕНИЕ ВВПОД «ЮНАРМИЯ»  
ПЕЧЕНГСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА**

**ВХОДНОЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЕ ТЕСТИРОВАНИЕ  
КАНДИДАТА В ЮНАРМЕЙСКИЙ ОТРЯД 51150\_ «НАЗВАНИЕ  
ОТРЯДА» МЕСТНОГО ОТДЕЛЕНИЯ ВВПОД «ЮНАРМИЯ»  
ПЕЧЕНГСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА**

ФИО кандидата \_\_\_\_\_

Дата начала тестирования \_\_ \_\_ 20 \_\_ г. Дата окончания тестирования \_\_ \_\_ 20 \_\_ г.

**3 КАТЕГОРИЯ (11-12 ЛЕТ)**

| № п/п   | Испытания (тесты)  | Результат   |
|---|--|---|
| <b>Обязательные испытания (тесты)</b>             |  |   |
| 1.  | Бег на 30 м (с)  |   |
|   | Или бег на 60 м (с)  |   |
| 2.  | Бег на 1500 м (мин, с)   |   |
|   | Или бег на 2000 м (мин, с)   |   |
| 3.  | Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)                     |   |
|   | Или подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см (количество раз)       |   |
|   | Или сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (количество раз)              |   |
| 4.  | Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см) |   |
| <b>Количество выполненных испытаний (тестов):</b> |  | <b>Результат:</b>                                   |
|   |  | <b>Зачёт</b> <u>    </u> <b>Незачёт</b> <u>    </u> |

Член штаба  
МЕСТНОГО ОТДЕЛЕНИЯ  
ВВПОД «ЮНАРМИЯ»  
ПЕЧЕНГСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Преподаватель физической культуры

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



**МЕСТНОЕ ОТДЕЛЕНИЕ ВВПОД «ЮНАРМИЯ»  
ПЕЧЕНГСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА**

**ВХОДНОЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЕ ТЕСТИРОВАНИЕ  
КАНДИДАТА В ЮНАРМЕЙСКИЙ ОТРЯД 51150\_ «НАЗВАНИЕ  
ОТРЯДА» МЕСТНОГО ОТДЕЛЕНИЯ ВВПОД «ЮНАРМИЯ»  
ПЕЧЕНГСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА**

ФИО кандидата \_\_\_\_\_

Дата начала тестирования \_\_ \_\_ 20\_\_ г. Дата окончания тестирования \_\_ \_\_ 20\_\_ г.

**4 КАТЕГОРИЯ (13-15 ЛЕТ)**

| №<br>п/п  | Испытания (тесты)  | Результат   |
|---|--|---|
| <b>Обязательные испытания (тесты)</b>             |  |   |
| 1.  | Бег на 30 м (с)  |   |
|   | Или бег на 60 м (с)  |   |
| 2.  | Бег на 2000 м (мин, с)   |   |
|   | Или бег на 3000 м (мин, с)   |   |
| 3.  | Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)                     |   |
|   | Или подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см (количество раз)       |   |
|   | Или сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (количество раз)              |   |
| 4.  | Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см) |   |
| <b>Количество выполненных испытаний (тестов):</b> |  | <b>Результат:</b> <b>Зачёт</b> __ <b>Незачёт</b> __ |

Член штаба  
МЕСТНОГО ОТДЕЛЕНИЯ  
ВВПОД «ЮНАРМИЯ»  
ПЕЧЕНГСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Координатор отряда

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Преподаватель физической культуры

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



**МЕСТНОЕ ОТДЕЛЕНИЕ ВВПОД «ЮНАРМИЯ»  
ПЕЧЕНГСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА**

**ВХОДНОЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЕ ТЕСТИРОВАНИЕ  
КАНДИДАТА В ЮНАРМЕЙСКИЙ ОТРЯД 51150\_ «НАЗВАНИЕ  
ОТРЯДА» МЕСТНОГО ОТДЕЛЕНИЯ ВВПОД «ЮНАРМИЯ»  
ПЕЧЕНГСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА**

ФИО кандидата \_\_\_\_\_

Дата начала тестирования \_\_ \_\_ 20\_\_ г. Дата окончания тестирования \_\_ \_\_ 20\_\_ г.

**5 КАТЕГОРИЯ (16-17 ЛЕТ)**

| № п/п   | Испытания (тесты)  | Результат                         |
|---|--|-----------------------------------|
| <b>Обязательные испытания (тесты)</b>             |  |                                   |
| 1.  | Бег на 30 м (с)  |                                   |
|   | Или бег на 60 м (с)  |                                   |
|   | Или бег на 100 м (с)   |                                   |
| 2.  | Бег на 2000 м (мин, с)   |                                   |
|   | Или бег на 3000 м (мин, с)   |                                   |
| 3.  | Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)                     |                                   |
|   | Или подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см (количество раз)       |                                   |
|   | Или рывок гири (16 кг) (количество раз)  |                                   |
|   | Или сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (количество раз)              |                                   |
| 4.  | Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см) |                                   |
| <b>Количество выполненных испытаний (тестов):</b> |  | <b>Результат:</b>                 |
|   |  | <b>Зачёт</b> __ <b>Незачёт</b> __ |

Член штаба  
МЕСТНОГО ОТДЕЛЕНИЯ  
ВВПОД «ЮНАРМИЯ»  
ПЕЧЕНГСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Координатор отряда

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Преподаватель физической культуры

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_