выполнения нормативов

Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь «Готов к труду и обороне» І ступень (девочки 6-10 лет)

| Дата тестирования | Область |
|-------------------------------|------------------|
| (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | проживания |
| | Населенный пункт |
| Фамилия Имя | проживания |
| Отчество | Учреждение № |
| Дата рождения (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Класс |
| Полных лет | |

| № | Тест | Результат | Балл | Роспись судьи |
|---|---|-----------|------|---------------|
| 1 | Бег 30 метров (секунды) | | | |
| 2 | Челночный бег 4×9 метров (секунды) | | | |
| 3 | Наклон вперед из положения сидя ноги врозь (сантиметры) | | | |
| 4 | Поднимание туловища из положения лежа на спине за 30 секунд (раз) | | | |
| 5 | Прыжок в длину с места (сантиметры) | | | |
| 6 | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз) | | | |
| 7 | Бег 800 метров (минуты.секунды) | | | |

выполнения нормативов

Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь «Готов к труду и обороне» І ступень (мальчики 6-10 лет)

| Дата тестирования | Область |
|----------------------------|-----------------------------|
| (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | проживания |
| Фамилия Имя | Населенный пункт проживания |
| Отчество | Учреждение № |
| Дата рождения (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Класс |
| Полных лет | |

| № | Тест | Результат | Балл | Роспись судьи |
|---|---|-----------|------|---------------|
| 1 | Бег 30 метров (секунды) | | | |
| 2 | Наклон вперед из положения сидя (сантиметры) | | | |
| 3 | Поднимание туловища из положения лежа на спине за 30 секунд (раз) | | | |
| 4 | Подтягивание на высокой перекладине (раз) | | | |
| 5 | Прыжок в длину с места (сантиметры) | | | |
| 6 | Сгибание-разгибание рук в упоре лежа (раз) | | | |
| 7 | Челночный бег 4×9 метров (секунды) | | | |
| 8 | Бег 1000 метров (минуты.секунды) | | | |

выполнения нормативов Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь «Готов к труду и обороне» І ступень (девочки 6-10 лет)

| Дата:•• 2021 г. | | оведени | Я | | | | | | Обл | тасть_ | | | | | | | | | | | |
|----------------------|----------------------------------|---------------|-----------------------------------|----------------------------|-------|----------------------------|------|---|----------|---|----------|--|------|---|------|---------------------------------------|------|-------------------------------------|------|--------------|-------------------------------|
| Фамилия Имя Отчество | Дата рождения (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Полных лет | Населенный пункт проживания | Учебное учреждение № | Класс | Бег 30 метров (секунды) | Балл | Наклон вперед из положения сидя ноги врозь (сантиметры) | Балл | Поднимание туловища из положения лежа на спине за 30 секунд (раз) | Балл | Прыжок в длину с места (сантиметры) | Балл | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз) | Балл | Челночный бег 4×9 метров (секунды) | Балл | Бег 800 метров (минуты. секунды) | Бапп | Сумма баллов | Занятое место по сумме баллов |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | 1 | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Главный судья | | / | | / Гл | авный | і секрет | гар | Ь | <u> </u> | , | <u> </u> | | / | | | | | _/ | | | |

выполнения нормативов Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь «Готов к труду и обороне» І ступень (мальчики 6-10 лет)

| Наименования мероі | приятия | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------------------------------|-------------------------------------|---------------|-----------------------------------|----------------------------|-------|----------------------------|------|---|------|--|------|--|------|---|------|---------------------------------------|------|--------------------------------------|--------|--------------|-------------------------------|
| Дата: 2021 г. | га: 2021 г. Место проведенияОбласть | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Фамилия Имя Отчество | Дата рождения (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Полных лет | Населенный пункт проживания | Учебное учреждение № | Класс | Бег 30 метров (секунды) | Балл | Наклон вперед из положения сидя ноги врозь (сантиметры) | Балл | Поднимание туловища из положения лежа на спине за 30 секунд (раз) | Балл | Прыжок в длину с места (сантиметры) | Балл | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз) | Балл | Челночный бег 4×9 метров (секунды) | Балл | Бег 1000 метров (минуты. секунды) | Балл | Сумма баллов | Запатое место по сумме баппов |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | \top | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | + | | _ |
| Главный судья// Главный секретарь | | | | | | | | | | | | / | | | | | | | | _ | |

выполнения нормативов

Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь «Готов к труду и обороне» II ступень (девочки 11-16 лет)

| Дата тестирования (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Область проживания |
|-----------------------------------|---|
| Фамилия Имя Отчество | Населенный пункт проживания Учреждение № |
| Дата рождения (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Класс |
| Полных лет | |

| № | Тест | Результат | Балл | Роспись судьи |
|---|--|-----------|------|---------------|
| 1 | Бег 30 метров (секунды) | | | |
| 2 | Наклон вперед из положения сидя (сантиметры) | | | |
| 3 | Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту (раз) | | | |
| 4 | Прыжок в длину с места (сантиметры) | | | |
| 5 | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз) | | | |
| 6 | Челночный бег 4×9 метров (секунды) | | | |
| 7 | Бег 1000 метров (минуты.секунды) | | | |

выполнения нормативов

Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь «Готов к труду и обороне» II ступень (мальчики 11-16 лет)

| Дата тестирования (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Область проживания |
|-----------------------------------|---|
| Фамилия Имя Отчество | Населенный пункт проживания Учреждение № |
| Дата рождения (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Класс |
| Полных лет | |

| № | Тест | Результат | Балл | Роспись судьи |
|---|--|-----------|------|---------------|
| 1 | Бег 30 метров (секунд) | | | |
| 2 | Челночный бег 4×9 метров (секунды) | | | |
| 3 | Сгибание-разгибание рук в упоре лежа (раз) | | | |
| 4 | Наклон вперед из положения сидя (раз) | | | |
| 5 | Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту (раз) | | | |
| 6 | Подтягивание на высокой перекладине (раз) | | | |
| 7 | Прыжок в длину с места (сантиметры) | | | |
| 8 | Бег 1000 метров (минуты.секунды) 11-14 лет | _ | | |
| | Бег 1500 метров (минуты.секунды) 15-16 лет | | | |

выполнения нормативов Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь «Готов к труду и обороне» II ступень (девочки 11-16 лет)

| Наименования мероприз Дата:•• 2021 г. М | таименования мероприятия | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|-------------------------------|---------------|--|----------------------------|-------|----------------------------|------|---|------|--|------|--|------|---|------|---------------------------------------|------|----------------------------------|------|--------------|-------------------------------|
| Фамилия Имя Отчество | Дата рождения (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Полных лет | Населенны й пункт проживани я | Учебное учреждение № | Класс | Бег 30 метров (секунды) | Балл | Наклон вперед из положения сидя (сантиметры) | Балл | Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту (раз) | Балл | Прыжок в длину с места (сантиметры) | Балл | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз) | Балл | Челночный бег 4×9 метров (секунды) | Балл | Бег 1000 метров (минуты.секунды) | Балл | Сумма баллов | Занятое место по сумме баллов |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | ı | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | 1 | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Главный судья// Главный секретарь | | | | | | | | | | | | | | /_ | | | | | / | / | |

выполнения нормативов Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь «Готов к труду и обороне» II ступень (мальчики 11-16 лет)

| Наименования меропри | китк | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------|-------------------------------|---------------|--|-----------------------------|-------|------------------------|------|--|---|------|---|-----------------------------|--------------|---------------------------------|-------------------|----------------------------------|----------------|--|------|--------------|-------------------------------|
| Дата: 2021 г. М | Лесто провед | цения | | | | | | | Область | | | | | | | | | | | | |
| Фамилия Имя Отчество | Дата рождения (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Полных лет | Населенн ый пункт прожива ния | Учебное учреждени е № | Класс | Бег 30 метров (секунд) | Балл | Наклон вперед из положения сидя (раз) | Балл Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту (раз) | Балл | подиливание на высокои перекладине (раз) | Балл Прыжок в длину с места | (сантиметры) | Балл Сгибание-разгибание рук | в упорележа (раз) | Балл Челночный бег 4×9 метров | (секунды) Балл | Бег 1000 метров 11-14 лет Бег 1500 метров 15-16 лет (минуты.секунды) | Балл | Сумма баллов | Занятое место по сумме баллов |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Главный судья | / | • | / Гла | вный (| секре | етај | рь | - 1 | , | , | | / | • | , | , | • | / | | | | |

выполнения нормативов

Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь «Готов к труду и обороне» Ш ступень (девушки 17-18 лет)

| Дата тестирования (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Область проживания |
|-----------------------------------|---|
| Фамилия Имя Отчество | Населенный пункт проживания Учреждение № |
| Дата рождения (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Класс |
| Полных лет | |

| No | Тест | Результат | Балл | Роспись судьи |
|----|--|-----------|------|---------------|
| 1 | Бег 30 метров (секунд) | | | |
| 2 | Наклон вперед из положения сидя (сантиметры) | | | |
| 3 | Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту (раз) | | | |
| 4 | Прыжок в длину с места (сантиметры) | | | |
| 5 | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз) | | | |
| 6 | Челночный бег 4×9 метров (секунды) | | | |
| 7 | Бег 1500 метров (минуты.секунды) | | | |

выполнения нормативов

Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь «Готов к труду и обороне» Ш ступень (юноши 17-18 лет)

| Дата тестирования | Область |
|-------------------------------|------------------|
| (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | проживания |
| | Населенный пункт |
| Фамилия Имя | проживания |
| Отчество | Учреждение № |
| Дата рождения (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Класс |
| Полных лет | |

| No | Тест | Результат | Балл | Роспись судьи |
|----|--|-----------|------|---------------|
| 1 | Бег 30 метров (секунд) | | | |
| 2 | Челночный бег 4×9 метров (секунды) | | | |
| 3 | Наклон вперед из положения сидя (сантиметры) | | | |
| 4 | Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту (раз) | | | |
| 5 | Подтягивание на высокой перекладине (раз) | | | |
| 6 | Прыжок в длину с места (сантиметры) | | | |
| 7 | Сгибание-разгибание рук в упоре лежа (раз) | | | |
| 8 | Бег 3000 метров (минуты.секунды) | | | |

выполнения нормативов Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь «Готов к труду и обороне» III ступень (девушки 17-18 лет)

| Наименования | [аименования мероприятия | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------|-------------------------------|---------------|-----------------------------------|----------------------------|-------|------------------------|------|---|-------|--|------|--|------|---|------|---------------------------------------|------|-------------------------------------|------|--------------|-------------------------------|
| Дата:•• | 2021 г. Мес | то про | ведения_ | | | | | | | | _06 | ласть | | | | | | | | | |
| | | Ī | 1 | I | | | | <u> </u> | | | | <u> </u> | 1 | <u> </u> | | <u> </u> | 1 | | | | |
| Фамилия Имя Отчество | Дата рождения (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Полных лет | Населенный пункт проживания | Учебное учреждение № | Класс | Бег 30 метров (секунд) | Балл | Наклон вперед из положения сидя (сантиметры) | Балл | Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту (раз) | Балл | Прыжок в длину с места (сантиметры) | Балл | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз) | Балл | Челночный бег 4×9 метров (секунды) | Балл | Бет 1500 метров (минуты.секунды) | Балл | Сумма баллов | Занятое место по сумме баллов |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Главны | | / | | | _/ Г | `лавнь | лй с | екрета | ιрь _ | | | | | / | 1 | | | / | | | |

выполнения нормативов Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь «Готов к труду и обороне» III ступень (юноши 17-18 лет)

| Дата: 2021 г. Место проведения | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------------|-------------------------------|---------------|-----------------------------------|----------------------------|--------|------------------------|------|---|------|--|------|----------------------|--------|--|------|---|------|---------------------------------------|------------|----------------------------------|------|--------------|-------------------------------|
| Дата: 2021 | г. Место п | роведен | ия | | | | | | | _Обл | іас | ТЬ | | | | | | | | | | | |
| Дата•• 2021 Фамилия Имя Отчество | Дата рождения (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Полных лет | Населенный пункт проживания | Учебное учреждение № | Класс | Бег 30 метров (секунд) | Балл | Наклон вперед из положения сидя (сантиметры) | Балл | Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту (раз) | Балл | а высокой е (раз) | Dallil | Прыжок в длину с места (сантиметры) | Балл | Стибание-разгибание рук в упоре лежа (раз) | Балл | Челночный бег 4×9 метров (секунды) | Балл | Бег 3000 метров (минуты.секунды) | Балл | Сумма баллов | Занятое место по сумме баллов |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | \uparrow | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | + | | | | \dashv | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Главный судья | | /_ | | / 1 | Главні | ый с | екр | етарн | | | • | | • | /_ | | | | | | / | | • | |

выполнения нормативов

Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь «Готов к труду и обороне» IV ступень (девушки 19-22 лет)

| Дата тестирования | Область |
|-------------------------------|------------------|
| (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | проживания |
| | Населенный пункт |
| Фамилия Имя | проживания |
| Отчество | Образование |
| Дата рождения (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Место работы |
| Полных лет | |

| № | Тест | Результат | Балл | Подпись судьи |
|---|--|-----------|------|------------------|
| 1 | Бег 30 метров (секунд) | | | |
| 2 | Наклон вперед из положения сидя (сантиметры) | | | |
| 3 | Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту (раз) | | | |
| 4 | Прыжок в длину с места (сантиметры) | | | |
| 5 | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз) | | | |
| 6 | Челночный бег 4×9 метров (секунд) | | | |
| 7 | Бег 1500 метров (минут, секунд) | | | |

выполнения нормативов

Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь «Готов к труду и обороне» IV ступень (юноши 19-22 лет)

| Дата тестирования | Область |
|-------------------------------|------------------|
| (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | проживания |
| | Населенный пункт |
| Фамилия Имя | проживания |
| Отчество | Образование |
| Дата рождения (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Место работы |
| Полных лет | |

| № | Тест | Результат | Балл | Подпись судьи |
|---|--|-----------|------|------------------|
| 1 | Бег 30 метров (секунд) | | | |
| 2 | Челночный бег 4×9 метров (секунд) | | | |
| 3 | Наклон вперед из положения сидя (сантиметры) | | | |
| 4 | Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту (раз) | | | |
| 5 | Подтягивание на высокой перекладине (раз) | | | |
| 6 | Прыжок в длину с места (сантиметры) | | | |
| 7 | Сгибание-разгибание рук в упоре лежа (раз) | | | |
| 8 | Бег 3000 метров (минут, секунд) | | | |

выполнения нормативов Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь «Готов к труду и обороне» IV ступень (девушки 19-22 лет)

| Наименова | ние меропри | $_$ RNTRN | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------|-------------------------------|------------|-----------------------------------|-------------|-----------------|---------------------------|------|---|------|---|-------|--|------|---|------|---------------------------------------|------|-------------------------------------|------|----------------|-----------------------------------|
| Дата: | _ . 2021 г. 1 | Место | проведені | ия: | | | | | | Обл | асть | • | | | | | | | | | |
| | | | - | | | | | | | _ | | | | | | | | | | | |
| Фамилия Имя Отчество | Дата рождения (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | | Населенный пункт проживания | Образование | Место работы | Бег 30 метров (секунд) | Балл | Наклон вперед из положения сидя (сантиметры) | Балл | Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту (раз) | Балл | Прыжок в длину с места (сантиметры) | Балл | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз) | Балл | Челночный бег 4×9 метров (секунды) | Балл | Бег 1500 метров (минуты.секунды) | Балл | Суммарный балл | Занятое место по суммарному баллу |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Глав | ный судья _ | 1 | | / | | | / Γ | лавнь | лй с | екрета | ιрь _ | | | | | / | | | | _/ | |

выполнения нормативов Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь «Готов к труду и обороне» IV ступень (юноши 19-22 лет)

| Наиме Дата: _ | именование мероприятия | | | | | | | | | | Область | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------|----------------------------------|---------------|-----------------------------------|-------------|--------------|----------------------------|------|---|-------|--|---------|--|------|--|------|---|------|---------------------------------------|------|-------------------------------------|------|----------------|-----------------------------------|
| Фамилия Имя Отчество | Дата рождения (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Полных лет | Населенный пункт проживания | Образование | Место работы | Бег 30 метров (секунды) | Балл | Наклон вперед из положения сидя (сантиметры) | Балл | Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту (раз) | Балл | Подтягивание на высокой перекладине (раз) | Балл | Прыжок в длину с места (сантиметры) | Балл | Сгибание-разгибание рук в упоре лежа (раз) | Балл | Челночный бег 4×9 метров (секунды) | Балл | Бег 3000 метров (минуты.секунды) | Балл | Суммарный балл | Занятое место по суммарному баллу |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | ı | | |
| | Главный сул | 11. a | | / | | | | / _[- | iabii | ъй се | vnez | ranı | | | | | / | | | | / | | |

выполнения нормативов

Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь «Готов к труду и обороне» V ступень (женщины 23-29 лет)

| Дата тестирования | Область |
|-------------------------------|------------------|
| (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | проживания |
| | Населенный пункт |
| Фамилия Имя | проживания |
| Отчество | Образование |
| Дата рождения (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Место работы |
| Полных лет | |

| № | Тест | Результат | Балл | Роспись судьи |
|---|--|-----------|------|---------------|
| 1 | Бег 30 метров (секунд) | | | |
| 2 | Наклон вперед из положения сидя (сантиметры) | | | |
| 3 | Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту (раз) | | | |
| 4 | Прыжок в длину с места (сантиметры) | | | |
| 5 | Челночный бег 4×9 метров (секунд) | | | |
| 6 | Бег 1500 метров (минут, секунд) или Шестиминутный бег (метров) | | | |

выполнения нормативов

Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь «Готов к труду и обороне» V ступень (мужчины 23-29 лет)

| Дата тестирования | Область |
|-------------------------------|------------------|
| (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | проживания |
| | Населенный пункт |
| Фамилия Имя | проживания |
| Отчество | Образование |
| Дата рождения (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Место работы |
| Полных лет | |

| $N_{\underline{0}}$ | Тест | Результат | Балл | Роспись судьи |
|---------------------|--|-----------|------|---------------|
| 1 | Бег 30 метров (секунд) | | | |
| 2 | Челночный бег 4×9 метров (секунд) | | | |
| 3 | Наклон вперед из положения сидя (сантиметры) | | | |
| 4 | Подтягивание на высокой перекладине (раз) или Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз) | | | |
| 5 | Прыжок в длину с места (сантиметры) | | | |
| 6 | Бег 3000 метров (минут, секунд) или Шестиминутный бег (метров) | | | |

выполнения нормативов Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь «Готов к труду и обороне» V ступень (женщины 23-29 лет)

| Наименование мероприятия _ Дата:• _ 2021 г. Место | прореления: | | | | | _ Обла | CTL | <u>.</u> | | | | | | | | | | | |
|--|-------------------------------|----------------|-----------------------------------|-----------------|-----------------|-------------------------|------|---|------|--|------|--|------|---------------------------------------|------|---|------|----------------|-----------------------------------|
| дата•• 2021 1. Место | проведения | | | | | _ ООЛа | CIE |) | - | · · · · · · · · · · · · · · · · · · · | | | | | | _ | | | |
| Фамилия Имя Отчество | Дата рождения (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Полн ых лет | Населенный пункт проживания | Образов ание | Место работы | Бег 30 метров (секунды) | Балл | Наклон вперед из положения сидя (сантиметры) | Балл | Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту (раз) | Балл | Прыжок в длину с места (сантиметры) | Балл | Челночный бег 4×9 метров (секунды) | Балл | Бег 1500 метров (минуты.секунды) или Шестиминутный бег (метры) | Балл | Суммарный балл | Занятое место по суммарному баллу |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | i |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | i |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | · |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | . <u></u> |
| Главный судья | /_ | | | / Глав | вный се | кретар | ъ_ | | | | | | / | | | | | _/ | |

выполнения нормативов Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь «Готов к труду и обороне» V ступень (мужчины 23-29 лет)

| Наименование мероприятия _ Дата: 2021 г. Место | Наименование мероприятия | | | | | | | | | | Область | | | | | | | | | | | | | |
|---|-------------------------------|----------------|-----------------------------------|-----------------|-----------------|-------------------------|------|---|------|--|---------|-------------------------------------|------|------------------------------------|------|---|------|----------------|-----------------------------------|--|--|--|--|--|
| Фамилия Имя Отчество | Дата рождения (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Полн ых лет | Населенный пункт проживания | Образов ание | Место работы | Бег 30 метров (секунды) | Балл | Наклон вперед из положения сидя (сантиметры) | Балл | Подтягивание на высокой перекладине (раз) или Сгибание и разгибание рук в уполе пежа (раз) | Балл | Прыжок в длину с места (сантиметры) | Балл | Челночный бег 4×9 метров (секунды) | Балл | Бег 3000 метров (минуты.секунды) или Шестиминутный бег (метры) | Балл | Суммарный балл | Занятое место по суммарному баллу | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | _ | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Главный судья | / | • | • | / Главі | ный сек | ретар | ь | | - 1 | | | , | / | | | | 1 | / | | | | | | |

выполнения нормативов

Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь «Готов к труду и обороне» V ступень (женщины 30-39 лет)

| Дата тестирования | Область |
|-------------------------------|------------------|
| (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | проживания |
| | Населенный пункт |
| Фамилия Имя | проживания |
| Отчество | Образование |
| Дата рождения (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Место работы |
| Полных лет | |

| № | Тест | Результат | Балл | Роспись судьи |
|---|--|-----------|------|------------------|
| 1 | Бег 30 метров (секунд) | | | |
| 2 | Наклон вперед из положения сидя (сантиметры) | | | |
| 3 | Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту (раз) | | | |
| 4 | Прыжок в длину с места (сантиметры) | | | |
| 5 | Челночный бег 4×9 метров (секунды) | | | |
| 6 | Шестиминутный бег (метров) | | | |

выполнения нормативов

Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь «Готов к труду и обороне» V ступень (мужчины 30-39 лет)

| Дата тестирования | Область | |
|-------------------------------|------------------|--|
| (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | проживания | |
| Фамилия Имя Отчество | Населенный пункт | |
| | проживания | |
| | Образование | |
| Дата рождения (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Место работы | |
| Полных лет | | |

| № | Тест | Результат | Балл | Роспись судьи |
|---|--|-----------|------|------------------|
| 1 | Бег 30 метров (секунд) | | | |
| 2 | Челночный бег 4×9 метров (секунд) | | | |
| 3 | Наклон вперед из положения сидя (раз) | | | |
| 4 | Подтягивание на высокой перекладине (раз) или Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз) | | | |
| 5 | Прыжок в длину с места (сантиметры) | | | |
| 6 | Шестиминутный бег (метров) | | | |

выполнения нормативов

Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь «Готов к труду и обороне» V ступень (дженщины 30-39 лет)

| Наименование меропря Дата: 2021 г. | аименование мероприятия ата: 2021 г. Место проведения: | | | | | | | | | Область | | | | | | | | | |
|---------------------------------------|---|----------------|--|-----------------|-----------------|----------------------------|------|---|------|---|------|--|------|------------------------------------|------|---------------------------|------|----------------|-----------------------------------|
| Фамилия Имя Отчество | Дата рождения (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Полны х лет | Населенны й пункт проживани я | Образов ание | Место работы | Бег 30 метров (секунды) | Балл | Наклон вперед из положения сидя (сантиметры) | Балл | Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту (раз) | Балл | Прыжок в длину с места (сантиметры) | Балл | Челночный бег 4×9 метров (секунды) | Балл | Шестиминутный бег (метры) | Балл | Суммарный балл | Занятое место по суммарному баппу |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Главный судья _ | | | / | | / Гла | вный с | сек | ретарь | | | | | | / | | | | / | |

выполнения нормативов Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь «Готов к труду и обороне» V ступень (мужчины 30-39 лет)

| Наименование меропри Дата:•• 2021 г. | масто пр овода | | | | | | | Облас | ær. | | | | | | | | | | |
|---|-------------------------------|----------------|--|-----------------|-----------------|----------------------------|------|---|------|--|------|--|------|---------------------------------------|------|---------------------------|------|----------------|--|
| дата:•• 2021 г. | место проведе | :ния: _ | | | | | ' | Эолас | ΤЬ_ | | | | | | | | | | |
| Фамилия Имя Отчество | Дата рождения (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Полны х лет | Населенн ый пункт проживан ия | Образов ание | Место работы | Бет 30 метров (секунды) | Балл | Наклон вперед из положения сидя (сантиметры) | Балл | Подтягивание на высокой перекладине (раз) или Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз) | Балл | Прыжок в длину с места (сантиметры) | Балл | Челночный бег 4×9 метров (секунды) | Балл | Шестиминутный бег (метры) | Балл | Суммарный балл | Занятое место по суммарному баллу |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | <u>. </u> |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Главный судья | , | , | / | | / Гл | авный (| секр | ретарь | • _ | | | | | / | | | | / | , |

выполнения нормативов

Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь «Готов к труду и обороне» V ступень (женщины 40-49 лет)

| Дата тестирования | Область |
|-------------------------------|------------------|
| (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | проживания |
| | Населенный пункт |
| Фамилия Имя | проживания |
| Отчество | Образование |
| Дата рождения (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Место работы |
| Полных лет | |

| No | Тест | Результат | Балл | Роспись судьи |
|----|--|-----------|------|------------------|
| 1 | Бег 30 метров (секунд) | | | |
| 2 | Наклон вперед из положения сидя (сантиметры) | | | |
| 3 | Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту (раз) | | | |
| 4 | Прыжок в длину с места (сантиметры) | | | |
| 5 | Челночный бег 4×9 метров (секунды) | | | |
| 6 | Шестиминутный бег (метров) | | | |

выполнения нормативов

Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь «Готов к труду и обороне» V ступень (мужчины 40-49 лет)

| Дата тестирования | Область |
|-------------------------------|------------------|
| (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | проживания |
| | Населенный пункт |
| Фамилия Имя | проживания |
| Отчество | Образование |
| Дата рождения (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Место работы |
| Полных лет | |

| № | Тест | Результат | Балл | Роспись судьи |
|---|--|-----------|------|------------------|
| 1 | Бег 30 метров (секунд) | | | |
| 2 | Челночный бег 4×9 метров (секунд) | | | |
| 3 | Наклон вперед из положения сидя (раз) | | | |
| 4 | Подтягивание на высокой перекладине (раз) или Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз) | | | |
| 5 | Прыжок в длину с места (сантиметры) | | | |
| 6 | Шестиминутный бег (метров) | | | |

выполнения нормативов Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь «Готов к труду и обороне» V ступень (мужчины 40-49 лет)

| Дата:• 2021 г. | иятия Место провед | ения: _ | | | | | | _ _Обл | асть | | | | | | | | | | |
|----------------------|----------------------------------|---------------|---|-----------------|-----------------|----------------------------|-------|---|------|---|------|--|------|------------------------------------|------|---------------------------|------|----------------|-----------------------------------|
| Фамилия Имя Отчество | Дата рождения (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Полных лет | Населен ный пункт прожива ния | Образов ание | Место работы | Бег 30 метров (секунды) | Балл | Наклон вперед из положения сидя (сантиметры) | Балл | Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту (раз) | Балл | Прыжок в длину с места (сантиметры) | Балл | Челночный бег 4×9 метров (секунды) | Балл | Шестиминутный бег (метры) | Балл | Суммарный балл | Занятое место по суммарному баллу |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Главный сулья | | | , | | / Г | `лавнь | лй се | екрета | юь | 1 | | | | / | | | | • | |

выполнения нормативов Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь «Готов к труду и обороне» V ступень (мужчины 40-49 лет)

| Наименование меропр | RИТRИ | | | | | | | _ | | | | | | | | | | |
|----------------------|-------------------------------|----------------|--|-----------------|-----------------|----------------------------|------|---|------|--|--|------|---------------------------------------|------|---------------------------|------|----------------|-----------------------------------|
| Дата: 2021 г. | Место провед | ения: | | | | | | Облас | ть | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Фамилия Имя Отчество | Дата рождения (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Полн ых лет | Населенны й пункт проживани я | Образов ание | Место работы | Бег 30 метров (секунды) | Балл | Наклон вперед из положения сидя (сантиметры) | Балл | Подтягивание на высокой перекладине (раз) или Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз) | Прыжок в длину с места (сантиметры) | Балл | Челночный бег 4×9 метров (секунды) | Балл | Шестиминутный бег (метры) | Балл | Суммарный балл | Занятое место по суммарному баллу |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Главный судья _ | | | / | | / Гл | авный | сек | кретарі | Ь_ | 1 | | | / | | | | _/ | 1 |

выполнения нормативов

Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь «Готов к труду и обороне» VI ступень (женщины 50-59 лет)

| Дата тестирования | Область |
|-------------------------------|------------------|
| (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | проживания |
| | Населенный пункт |
| Фамилия Имя | проживания |
| Отчество | Образование |
| Дата рождения (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Место работы |
| Полных лет | |

| No | Тест | Результат | Балл | Роспись судьи |
|----|--|-----------|------|------------------|
| 1 | Бег 30 метров (секунд) | | | |
| 2 | Наклон вперед из положения сидя (сантиметры) | | | |
| 3 | Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту (раз) | | | |
| 4 | Прыжок в длину с места (сантиметры) | | | |
| 5 | Шестиминутный бег (метров) | | | |

выполнения нормативов

Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь «Готов к труду и обороне» VI ступень (мужчины 50-59 лет)

| Дата тестирования (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Область проживания |
|--------------------------------|-----------------------|
| | Населенный пункт |
| Фамилия Имя Отчество | Образование |
| Дата рождения (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Место работы |
| Полных лет | |

| № | Тест | Результат | Балл | Роспись судьи |
|---|--|-----------|------|------------------|
| 1 | Бег 30 метров (секунд) | | | |
| 2 | Наклон вперед из положения сидя (раз) | | | |
| 3 | Подтягивание на высокой перекладине (раз) или Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз) | | | |
| 4 | Прыжок в длину с места (сантиметры) | | | |
| 5 | Шестиминутный бег (метров) | | | |

выполнения нормативов Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь «Готов к труду и обороне» VI ступень (женщины 50-59 лет)

| Дата: • 2021 г. Место | проведения: | | | | | _ Облас | сть | · | | | | | | | | | |
|-----------------------|----------------------------------|-------------|-----------------------------------|-----------------|-----------------|----------------------------|------|---|------|---|------|--|------|----------------------------|------|----------------|-----------------------------------|
| Фамилия Имя Отчество | Дата рождения (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Полн ых лет | Населенный пункт проживания | Образов ание | Место работы | Бег 30 метров (секунды) | Балл | Наклон вперед из положения сидя (сантиметры) | Балл | Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту (раз) | Балл | Прыжок в длину с места (сантиметры) | Балл | Шестиминутный бегс (метры) | Балл | Суммарный балл | Занятое место по суммарному баллу |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Главный судья | / | | | / Глан | вный се | кретар | Ь | | • | | | / | | | | / | |

выполнения нормативов Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь «Готов к труду и обороне» VI ступень (мужчины 50-59 лет)

| Наименование мероприя Дата: 2021 г. М | тия есто проведен | ия: | | | | (| Обл | асть | | | | | | | | | |
|--|-------------------------------|-------------|-----------------------------------|-----------------|-----------------|----------------------------|------|---|------|--|----------|--|------|---------------------------|------|----------------|---|
| Фамилия Имя Отчество | Дата рождения (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Полны х лет | Населенный пункт проживания | Образов ание | Место работы | Бег 30 метров (секунды) | Балл | Наклон вперед из положения сидя (сантиметры) | Балл | Подтягивание на высокой перекладине (раз) или Стибание и разгибание рук в упоре лежа (раз) | Балл | Прыжок в длину с места (сантиметры) | Балл | Шестиминутный бег (метры) | Балл | Суммарный балл | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Главный судья | 1 | / | 1 | / | Главны | ый секр | рета | арь | 1 | | <u> </u> | / | | | | | / |

выполнения нормативов

Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь «Готов к труду и обороне» VII ступень (женщины 60 лет и старше)

| Дата тестирования | Область |
|-------------------------------|------------------|
| (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | проживания |
| | Населенный пункт |
| Фамилия Имя | проживания |
| Отчество | Образование |
| Дата рождения (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Место работы |
| Полных лет | |

| No | Тест | Результат | Балл | Роспись судьи |
|----|--|-----------|------|------------------|
| 1 | Бег 30 метров (секунд) | | | |
| 2 | Наклон вперед из положения сидя (сантиметры) | | | |
| 3 | Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту (раз) | | | |
| 4 | Прыжок в длину с места (сантиметры) | | | |
| 5 | Шестиминутный бег (метров) | | | |

выполнения нормативов

Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь «Готов к труду и обороне» VII ступень (мужчины 60 лет и старше)

| Дата тестирования | Область |
|-------------------------------|------------------|
| (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | проживания |
| | Населенный пункт |
| Фамилия Имя | проживания |
| Отчество | Образование |
| Дата рождения (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Место работы |
| Полных лет | |

| № | Тест | Результат | Балл | Роспись судьи |
|---|---|-----------|------|------------------|
| 1 | Бег 30 метров (секунд) | | | |
| 2 | Прыжок в длину с места (сантиметры) | | | |
| 3 | Наклон вперед из положения сидя (раз) | | | |
| 4 | Подтягивание на высокой перекладине (раз) или | | | |
| 5 | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз) Шестиминутный бег (метров) | | | |

выполнения нормативов Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь «Готов к труду и обороне» VII ступень (женщины 60 лет и старше)

| Дата: 2021 г. Место п | Область | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------------------|----------------------------------|-------------|-----------------------------------|-----------------|-----------------|----------------------------|------|--|------|--|------|--|------|---------------------------|------|----------------|-----------------------------------|
| Фамилия Имя Отчество | Дата рождения (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Полн ых лет | Населенный пункт проживания | Образов ание | Место работы | Бег 30 метров (секунды) | Балл | Наклон вперед из положения сидя (сантиметры) | Балл | Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту (раз) | Балл | Прыжок в длину с места (сантиметры) | Балл | Шестиминутный бег (метры) | Балл | Суммарный балл | Занятое место по суммарному баллу |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Главный судья | / | | • | / Глаг | зный се | кретар | Ь | | | | , | / | | | | / | |

выполнения нормативов Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь «Готов к труду и обороне» VII ступень (мужчины 60 лет и старше)

| Наименование мероприят | RN7 | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|-------------------------------|----------------|-----------------------------------|-----------------|-----------------|----------------------------|------|---|------|--|------|--|------|---------------------------|------|----------------|-----------------------------------|
| Наименование мероприятия | | | | Область | | | | | | | | | | | | | |
| Фамилия Имя Отчество | Дата рождения (ЧЧ.ММ.ГГГГ) | Полны х лет | Населенный пункт проживания | Образов ание | Место работы | Бег 30 метров (секунды) | Балл | Наклон вперед из положения сидя (сантиметры) | Балл | Подтягивание на высокой перекладине (раз) или Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз) | Балл | Прыжок в длину с места (сантиметры) | Балл | Шестиминутный бег (метры) | Балл | Суммарный балл | Занятое место по суммарному баппу |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Главный судья | | / | , | / | Главны | ый секр | ета | ірь | | | | / | | | | / | r |