



Утверждаю директор школы

Т.С.Шинкоренко

Календарь приема нормативов ВФСК ГТО в центре тестирования.

№	Нормативы	дата
1	Бег на лыжах 1,2,3,5 км	Январь-март
2	Подтягивание из виса на высокой перекладине	Февраль-март
3	Подтягивание из виса на низкой перекладине	Февраль-март
4	Рывок гири	Февраль-март
5	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Февраль-март
6	Поднимание туловища из положения лежа на спине	Февраль-март
7	Стрельба из пневматической винтовки или электронного оружия	Февраль-март
8	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу или гимнастической скамье	Апрель-май
9	Метание теннисного мяча в цель	Апрель-май
10	Кросс по пересеченной местности на 1,2,3,5 км	Апрель-май
11	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	Сентябрь-октябрь
12	Прыжок в длину с разбега	Сентябрь-октябрь
13	Бег на 30,60,100м	Сентябрь-октябрь
14	Бег на 1;1,5;2;3 км	Сентябрь-октябрь
15	Смешанное передвижение	Сентябрь-октябрь