

## ГРАФИК ПРОВЕДЕНИЯ ТЕСТИРОВАНИЯ ГТО МБОУ СОШ № 67

### I полугодие

	10 НОЯБРЯ 2017г	11 НОЯБРЯ 2017 г	12 НОЯБРЯ 2017г	14 НОЯБРЯ 2017 г	15 ноября 2017г
1.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	Бег 60 метров	Бег 100 метров	Бег на 3 км	Принимаем пересдачу.
2.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	Метание мяча весом 150г.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)	Метание спортивного снаряда весом 700г	
3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	Бег на 1 км Бег на 1,5 км Бег на 2 км	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи- см)		
4.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу				

### ГРАФИК проведения ТЕСТИРОВАНИЯ ГТО II-полугодие 2017-2018 учебного года

№	Вид испытания	Сроки проведения	Место проведения
1	Челночный бег, Бег на 30/60/100 м	апрель-май	Спортивный стадион
2	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу/на гимнастической скамейке	февраль	Спортивный зал
3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу/на гимнастической скамейке Подтягивание из виса на высокой перекладине /из виса лежа на низкой перекладине Рывок гири 16 кг	март	Спортивный зал
4	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами/с разбега в длину	апрель-май	Спортивный зал Спортивная площадка
5	Метание мяча весом 150 г/снаряда 500, 700 г	май	Спортивная

			площадка
6	Поднимание туловища из положения лежа на спине	март	Спортивный зал
7	Бег на лыжах 1км, 2км, 3км	Когда будет снег	
8	Плавание	Сроки центра тестирования	по договоренности с центром тестирования
9	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой/или из электронного оружия из положения сидя или стоя с опорой	по договоренности с учителем ОБЖ	
10	Бег на 1км, 1,5км, 2км, 3км	май	