

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ № 67
_____ Э.Ю. Мешкова
«31» августа 2016 г.

**План работы на 2016-2017 учебный год
по внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне»
для старшего звена учащихся**

2016-2017 учебный год - Организация и проведение испытаний «ГТО»
среди учащихся старшего звена для апробации Комплекса.

№	Нормативы	Дата сдачи
1.	Челночный бег 3x10 м	октябрь
2.	Бег на 30,60, 100 м	сентябрь
3.	Бег на 1, 2 км	сентябрь
4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	октябрь
5.	Прыжок в длину с разбега	сентябрь
6.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине	октябрь
7.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	октябрь
8.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на спине	октябрь
9.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	октябрь
10.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу	октябрь
11.	Метание теннисного мяча в цель	май
12.	Метание гранаты на дальность	май
13.	Туристический поход с проверкой туристических навыков	май
14.	Бег на лыжах	декабрь
15.	Стрельба	в теч .года
16.	Плавание	в теч.года

Учитель физической культуры:

Т.А. Буренкова