



Утверждаю
Директор МБОУ
«Красноключинская СОШ»

Г.А.Яруллина

**Циклограмма выполнения норм
ГТО в МБОУ «Красноключинская СОШ» НМР РТ**

№	Мероприятие, виды испытаний	классы	Сроки выполнения	ответственные
1	Выполнение норм ГТО для 11 классов	11	Ежегодно Октябрь, февраль	Учителя физической культуры
2	Бег 60 м	5-9	Ежегодно сентябрь	Учителя физической культуры
3	Бег 100 м	10	Ежегодно сентябрь	Учителя физической культуры
4	Бег 1500 м	5-6	Ежегодно сентябрь-октябрь	Учителя физической культуры
5	Бег 2000м	7	Ежегодно сентябрь-октябрь	Учителя физической культуры
6	Подтягивание (мальчики на высокой перекладине, девочки на низкой перекладине)	5-10	Ежегодно октябрь	Учителя физической культуры
7	Прыжок в длину с места	5-10	Ежегодно сентябрь-октябрь	Учителя физической культуры
8	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 минуту)	5-10	Ежегодно ноябрь-декабрь	Учителя физической культуры
9	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу	5-10	Ежегодно ноябрь-декабрь	Учителя физической культуры
10	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	5-10	Ежегодно ноябрь-декабрь	Учителя физической культуры
11	Бег на лыжах 2 км, 3 км, 5 км	5-10	Ежегодно январь-февраль	Учителя физической культуры
12	Стрельба из пневматической винтовки положения сидя или стоя с опорой локтей	5-10	Ежегодно апрель-май	Учитель ОБЖ
13	Метание малого мяча на дальность (вес 150 гр.)	5-9	Ежегодно апрель-май	Учителя физической культуры
14	Метание гранаты	10	Ежегодно апрель-май	Учителя физической культуры
15	«Зимний фестиваль по выполнению норм ГТО»	5-11	Ежегодно февраль, март	Учителя физической культуры
16	«Летний фестиваль по выполнению норм ГТО»	5-11	Ежегодно апрель, май	Учителя физической культуры

