

Результаты выполнения нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)

МАОУ «Лицей-интернат №1» г.Альметьевск

III. СТУПЕНЬ

(возрастная группа от 11 до 12 лет)

№ п/ п	Виды испытаний (тесты)	Нормативы			
		Мальчики			
		Сдали на Бронзовый знак	Сдали на Серебряный знак	Сдали на Золотой знак	Общее количество
Обязательные испытания (тесты)					
1.	Бег на 60 м (с)	3	2	2	7
2.	Бег на 1,5 км (мин, с)	7	-	-	7
3.	Подтягивание из виса на.	4	2	1	7
4.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу	-	-	7	7
Испытания (тесты) по выбору					
5.	Прыжок в длину с разбега (см)	-	7	-	7
6.	Метание мяча весом 150 г (м)	-	-	7	7
7.	Бег на лыжах на 2 км (мин, с)	7	-	-	7
8.	Плавание 50 м (мин, с)	-	-	-	-
9.	Туристский поход с проверкой туристских навыков	Туристский поход на дистанцию 5 км			-

IV. СТУПЕНЬ
(возрастная группа от 13 до 15 лет)

1. Виды испытаний (тесты) и нормативы

№ п/ п	Виды испытаний (тесты)	нормативы			
		Мальчики			Общее количество сдавших
		Сдали на Бронзовый знак	Сдали на Серебряный знак	Сдали на Золотой знак	
Обязательные испытания (тесты)					
1.	Бег на 60 м (с)	60	30	13	103
2.	Бег на 2 км (мин, с)	70	33	-	103
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	10	33	60	103
4.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу	-	13	90	103
5.	Прыжок в длину с разбега (см)	7	81	15	103
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	7	83	13	103
7.	Метание мяча весом 150 г (м)	-	11	92	103
8.	Бег на лыжах на 3 км (мин, с) или кросс на 3 км по пересеченной местности*	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	103
9.	Плавание на 50 м (мин, с)	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	103

V. СТУПЕНЬ
(возрастная группа от 16 до 17 лет)

1. Виды испытаний (тесты) и нормативы

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Нормативы			
		Юноши			Общее количество сдавших
		Сдали на Бронзовый знак	Сдали на Серебряный знак	Сдали на Золотой знак	
Обязательные испытания (тесты)					
1.	Бег на 100 м (с)	-	52	-	52
2.	Бег на 2 км (мин, с)	21	31	-	52
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	-	11	41	52
4.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье	-	-	52	52
5.	прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	8	27	17	52
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз в 1 мин)	6	36	10	52
7.	Метание спортивного снаряда весом 700 г	4	41	7	52
8.	Бег на лыжах на 3 км (мин, с)	36	16	-	52
9.	Плавание на 50 м (мин, с)	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	52

VI. СТУПЕНЬ
(возрастная группа от 18 до 29 лет)

МУЖЧИНЫ

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Нормативы			
		от 18 до 24 лет			
		Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак	Общее количество сдавших
Обязательные испытания (тесты)					
1.	Бег на 100 м (с)	-	2	1	3
2.	Бег на 3 км (мин, с)	3	-	-	3
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	-	-	3	3
4.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи-см)	-	-	3	3
Испытания (тесты) по выбору					
	прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	-	-	3	3
б.	Метание спортивного снаряда весом 700 г (м)	-	-	3	3
	кросс на 5 км по пересеченной местности*	Без учета времени	Без учета времени		3
8.	Плавание на 50 м (мин, с)	Без учета времени	Без учета времени		3

Ответственный:

учитель фк Сулейманов Р.Н.

Отчет
**о выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-
спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)**
МАОУ «Лицей-интернат №1» г.Альметьевск

В период с 22.09.14. по 30.10.14. на базе лицея-интерната №1 проводилось тестирование по нормативам **Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)** среди **учащихся 7-11 классов.**

Всего в лицее 207 обучающихся, участвовало в тестировании 165 (80%)
Из них выполнили норматив 165 человек (100%)