

Рассмотрено на защите
педагогического совета
приказом № 1
от 27.08.2021г.

Аджиев С.М.

Утверждаю
Директор школы

Пр № 58/2
от «31 августа 2021г

**Мероприятия на 2021-2022 учебный год
по внедрению Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне»**

№	Нормативы	Ступени	Дата сдачи
1	Челночный бег 3x10 м	1	сентябрь
2	Бег на 30, 60, 100 м	2-5	сентябрь
3	Бег на 1, 2 км	1-5	сентябрь
4	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1-5	сентябрь
5	Подтягивание из виса на высокой перекладине	1-5	сентябрь
6	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.		сентябрь
7	Поднимание туловища из положения лежа на спине	1-5	сентябрь
8	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу	1-5	сентябрь
9	Метание теннисного мяча в цель	1-2	май
10	Метание спортивного снаряда на дальность	3-5	май
11	Бег на лыжах на 1, 2, 3,5 км	1-5	март
12	Стрельба из пневматической винтовки	3-5	март