



Согласовано
Начальник отдела образования
Администрации Викуловского
муниципального района
О. И. Филиппова
«25» марта 2021 г.



Утверждаю
Директор МАУ ДО «Детско-
юношеская спортивная школа «Спринт»»
С. В. Роот
«25» марта 2021 г.

График
сдачи нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)
для обучающихся МАОУ «Викуловская СОШ № 1»

Дата	Номер урока	Время	Класс	Преподаватель	Место проведения	Судейская бригада	Перечень нормативов
01 апреля 2021 г. Четверг	1 урок	8.30-9.15	2 А	Ваганов С. В.	Спортивный зал № 2 ВСШ № 1	Григоренко Е. А. Томилов А. Л. Булатов В. Н. Лотова Т. А. Быструшкин В. В.	1. Челночный бег 3x10 м. 2. Подтягивание из виса на высокой перекладине. 3. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. 4. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. 5. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. 6. Поднимание туловища из положения лежа на спине. 7. Метание теннисного мяча в цель (1 ступень)
	2 урок	9.30-10.15	2 Б	Ваганов С. В.	Спортивный зал № 2 ВСШ № 1	Григоренко Е. А. Томилов А. Л. Булатов В. Н. Лотова Т. А. Быструшкин В. В.	
	3 урок	10.30-11.15	2 В	Ваганов С. В.	Спортивный зал № 2 ВСШ № 1	Григоренко Е. А. Томилов А. Л. Булатов В. Н. Лотова Т. А. Быструшкин В. В.	
	4 урок	11.35-12.20	7 В	Марков А. М.	Спортивный зал № 1 ВСШ № 1	Григоренко Е. А. Томилов А. Л. Булатов В. Н. Лотова Т. А. Быструшкин В. В.	

02 апреля 2021 г. Пятница	1 урок	8.30-9.15	4 А	Марков А.М.	Спортивный зал № 2 ВСШ № 1	Григоренко Е. А. Томилов А. Л. Напреев С. И. Лотова Т. А. Быструшкин В. В.	- Челночный бег 3х10 м. - Подтягивание из виса на высокой перекладине. - Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. - Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. - Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. - Поднимание туловища из положения лежа на спине. - Метание теннисного мяча в цель (I ступень)
	2 урок	9.30-10.15	4 Б	Марков А.М.	Спортивный зал № 2 ВСШ № 1	Григоренко Е. А. Томилов А. Л. Напреев С. И. Лотова Т. А. Быструшкин В. В.	
	3 урок	10.30-11.15	3 Б	Марков А.М.	Спортивный зал № 2 ВСШ № 1	Григоренко Е. А. Томилов А. Л. Напреев С. И. Лотова Т. А. Быструшкин В. В.	
	4 урок	11.35-12.20	3 В	Марков А.М.	Спортивный зал № 1 ВСШ № 1	Григоренко Е. А. Томилов А. Л. Напреев С. И. Лотова Т. А. Быструшкин В. В.	

06 апреля 2021 г. Вторник	1 урок	8.30-9.15	1 Б	Григоренко Е. В.	Спортивный зал № 1 ВСШ № 1	Григоренко Е. А. Томилов А. Л. Булатов В. Н. Лотова Т. А. Быструшкин В. В.	- Челночный бег 3х10 м. - Подтягивание из виса на высокой перекладине. - Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. - Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. - Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. - Поднимание туловища из положения лежа на спине. - Метание теннисного мяча в цель (I ступень)
	2 урок	9.30-10.15	1 В	Григоренко Е. В.	Спортивный зал № 1 ВСШ № 1	Григоренко Е. А. Томилов А. Л. Булатов В. Н. Лотова Т. А. Быструшкин В. В.	
	3 урок	10.30-11.15	1 А	Григоренко Е. В.	Спортивный зал № 1 ВСШ № 1	Григоренко Е. А. Томилов А. Л. Булатов В. Н. Лотова Т. А. Быструшкин В. В.	
	4 урок	11.35-12.20	8 А	Пучинин Д.В.	Спортивный зал № 2 ВСШ № 1	Григоренко Е. А. Томилов А. Л. Булатов В. Н. Лотова Т. А. Быструшкин В. В.	

07 апреля 2021 г. Среда	2 урок	9.30-10.15	4 В	Марков А. М.	Спортивный зал № 2 ВСШ № 1	Григоренко Е. А. Григоренко Е. В. Булатов В. Н. Лотова Т. А. Быструшкин В. В.	1. Челночный бег 3х10 м. 2. Подтягивание из виса на высокой перекладине. 3. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. 4. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. 5. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. 6. Поднимание туловища из положения лежа на спине. 7. Метание теннисного мяча в цель (I ступень)
	3 урок	10.30-11.15	3 А	Пучинин Д.В.	Спортивный зал № 2 ВСШ № 1	Григоренко Е. А. Григоренко Е. В. Булатов В. Н. Лотова Т. А. Быструшкин В. В.	
	4 урок	11.35-12.20	6А	Пучинин Д.В.	Спортивный зал № 2 ВСШ № 1	Григоренко Е. А. Григоренко Е. В. Булатов В. Н. Лотова Т. А. Быструшкин В. В.	
	5 урок	12.40-13.25	5 Б	Морозов С. А.	Спортивный зал № 1 ВСШ № 1	Григоренко Е. А. Григоренко Е. В. Булатов В. Н. Лотова Т. А. Быструшкин В. В.	
	6 урок	13.35-14.20	6 Б	Пучинин Д.В.	Спортивный зал № 2 ВСШ № 1	Роот Н. П. Морозова Е. А. Загородных Н. А. Напеев С. И.	
	7 урок	14.30-15.15	8 В	Пучинин Д.В.	Спортивный зал № 2 ВСШ № 1	Роот Н. П. Морозова Е. А. Загородных Н. А. Напеев С. И.	

08 апреля 2021 г. Четверг	4 урок	11.35-12.20	5 В	Морозов С. А.	Спортивный зал № 2 ВСШ № 1	Томилов А. Л. Булатов В. Н. Лотова Т. А. Быструшкин В. В.	- Челночный бег 3x10 м. - Подтягивание из виса на высокой перекладине. - Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. - Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. - Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. - Поднимание туловища из положения лежа на спине. - Метание теннисного мяча в цель (I ступень)
	5 урок	12.40-13.25	5 А	Морозов С. А.	Спортивный зал № 2 ВСШ № 1	Томилов А. Л. Булатов В. Н. Быструшкин В. В. Напеев С. И.	
09 апреля 2021 г. Пятница	4 урок	11.35-12.20	11 А	Ваганов С. В.	Спортивный зал ДК	Григоренко Е. А. Томилов А. Л. Лотова Т. А. Быструшкин В. В.	
	5 урок	12.40-13.25	11 Б	Ваганов С. В.	Спортивный зал ДК	Григоренко Е. А. Томилов А. Л. Лотова Т. А. Быструшкин В. В.	
	6 урок	13.35-14.20	10	Ваганов С. В.	Спортивный зал ДК	Роот Н. П. Морозова Е. А. Загородных Н. А. Напеев С. И.	

14 апреля 2021 года Среда	3 урок	10.30-11.15	7 А	Марков А. М.	Спортивный зал № 2 ВСШ № 1	Григоренко Е. А. Григоренко Е. В. Булатов В. Н. Лотова Т. А. Быструшкин В. В.	- Челночный бег 3x10 м. - Подтягивание из виса на высокой перекладине. - Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. - Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. - Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. - Поднимание туловища из положения лежа на спине. - Метание теннисного мяча в цель (I ступень)
	6 урок	13.35-14.20	7 Б	Марков А. М.	Спортивный зал № 1 ВСШ № 1	Загородных Н. А. Напеев С. И. Семин Н. С.	
	7 урок	14.30-15.15	9 А	Ваганов С. В.	Спортивный зал ДК	Роот Н. П. Морозова Е. А. Лузина С. А.	
15 апреля 2021 года Четверг	4 урок	11.35-12.20	9 Б	Ваганов С. В.	Спортивный зал ДК	Григоренко Е. А. Булатов В. Н. Лотова Т. А. Быструшкин В. В. Томилов А. Л.	
	6 урок	13.35-14.20	8 Б	Пучинин Д. В.	Спортивный зал № 2 ВСШ № 1	Роот Н. П. Морозова Е. А. Загородных Н. А. Семин Н. С.	
	7 урок	14.30-15.15	6 В	Пучинин Д. В.	Спортивный зал № 2 ВСШ № 1	Роот Н. П. Морозова Е. А. Загородных Н. А.	