

Согласовано

Начальник отдела образования
Администрации Викуловского
муниципального района
О. И. Филиппова
«29» 11 2023 г.

Утверждено

Директор МАУ ДО «Детско-юношеская
спортивная школа «Спринт»
С. В. Роот
«29» 11 2023 г.

График
сдачи нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» (ГТО) для обучающихся МАОУ «Викуловская СОШ № 2»

Дата	Номер урока	Время	Класс	Преподаватель	Перечень нормативов
06 декабря 2023 г. (Среда)	4 урок	11.20-12.05	5 А	Мархиль В. А.	1. Подтягивание из виса на высокой перекладине. 2. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. 3. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. 4. Прямая в длину с места толчком двумя ногами. 5. Поднимание туловища из положения лежа на спине. 6. Метание теннисного мяча в цель, дистанция 5 метров (1 ступень). 7. Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 метров (II ступень).
	5 урок	12.20-13.05	3	Мархиль В. А.	
	6 урок	13.30-14.10	6 А	Мархиль В. А.	
07 декабря 2023 г. (Четверг)	1 урок	09.00-09.40	1 А	Кайгородов М. Е.	
	2 урок	09.55-10.35	6 Б	Мархиль В. А.	
	3 урок	10.45-11.25	4 Б	Кайгородов М. Е.	
08 декабря 2023 г. (Пятница)	3 урок	10.25-11.10	1 Б	Кайгородов М. Е.	
	4 урок	11.20-12.05	4 А	Кайгородов М. Е.	
	5 урок	12.20-13.05	9 А	Мархиль В. А.	
11 декабря 2023 г. (Понедельник)	1 урок	09.00-09.40	7 А	Кайгородов М. Е.	1. Подтягивание из виса на высокой перекладине. 2. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. 3. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. 4. Прямая в длину с места толчком двумя ногами. 5. Поднимание туловища из положения лежа на спине. 6. Метание теннисного мяча в цель, дистанция 5 метров (1 ступень). 7. Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 метров (II ступень).
	2 урок	9.55-10.35	2 Б	Кайгородов М. Е.	
	3 урок	10.25-11.10	9 Б	Мархиль В. А.	
12 декабря 2023 г. (Вторник)	4 урок	11.20-12.05	2 А	Кайгородов М. Е.	
	5 урок	12.20-13.05	8 А	Кайгородов М. Е.	
	2 урок	9.30-10.15	5 Б	Мархиль В. А.	
13 декабря 2023 г. (Среда)	5 урок	12.35-13.15	8 Б	Мархиль В. А.	
14 декабря 2023 г. (Четверг)	6 урок	13.30-14.15	10	Мархиль В. А.	
	7 урок	14.20-15.00	7 Б	Кайгородов М. Е.	
15 декабря 2023 г. (Пятница)	6 урок	13.20-14.05	11	Мархиль В. А.	