



Согласовано
 Начальник отдела образования
 Администрации Вишуповского
 муниципального района
 О. И. Филиппова
 « 22 » 11 2024 г.

График

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



Утверждаю
 Директор МАУ ДО «Детско-юношеская
 спортивная школа «Спринт»»
 С. В. Родт
 « 22 » 11 2024 г.

Дата	Номер урока	Время	Класс	Преподаватель	Перечень нормативов
28 ноября 2024 г. (Четверг)	2 урок	09.50-10.30	7 Б	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. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. 5. Поднимание туловища из положения лежа на спине. 6. Челночный бег 3 x 10 м. 7. Метание теннисного мяча в цель (I и II ступень). 8. Бег 10 м. (I ступень).
	3 урок	10.40-11.20	6 Б	Мархиль В. А.	
	4 урок	11.30-12.10	1	Мархиль В. А.	
	4 урок	11.20-12.05	2 А	Цыпаренко Е. В.	
	5 урок	12.25-13.10	5 А	Цыпаренко Е. В.	
	6 урок	13.30-14.15	8 Б	Цыпаренко Е. В.	
04 декабря 2024г. (Среда)	2 урок	09.25-10.10	11	Мархиль В. А.	
	3 урок	10.25-11.10	3 А	Мархиль В. А.	
	4 урок	11.20-12.05	6 А	Мархиль В. А.	
	6 урок	13.30-14.10	5 Б	Цыпаренко Е. В.	
	7 урок	14.20-15.00	10 А	Мархиль В. А.	
06 декабря 2024 г. (Пятница)	1 урок	08.30-09.15	10 Б	Мархиль В. А.	
			9 А	Цыпаренко Е. В.	
	2 урок	09.25-10.10	9 Б	Мархиль В. А.	
	3 урок	10.25-11.10	4	Мархиль В. А.	
09 декабря 2024 г. (Понедельник)	5 урок	12.30-13.10	2 Б	Цыпаренко Е. В.	
	6 урок	13.30-14.10	8 А	Цыпаренко Е. В.	
	1 урок	08.30-09.15	7 А	Цыпаренко Е. В.	
13 декабря 2024 г. (Пятница)	3 урок	10.25-11.10	3 Б	Цыпаренко Е. В.	