

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ СШ №23 г. Ельца
 С.В. Красова
 «01» сентября 2023г.



**МЕРОПРИЯТИЯ НА 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД
 ПО ВНЕДРЕНИЮ ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО
 КОМПЛЕКСА
 «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ»**

№ п/п	Нормативы	Ступени	Дата сдачи
1	Челночный бег 3x10 м	1-5	Сентябрь, апрель
2	Бег на 30, 60, 100 м	2-5	Сентябрь, май
3	Бег на 1,2,3 км	1-5	Сентябрь, май
4	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1-5	Сентябрь, апрель
5	Осенний фестиваль ГТО	1-5	Сентябрь, ноябрь
6	Метание спортивного снаряда на дальность	3-5	Сентябрь, май
7	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине	1-5	Сентябрь, апрель
8	Подтягивание из виса на высокой перекладине	1-5	Сентябрь, апрель
9	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	1-5	Сентябрь, апрель
10	Поднимание туловища из положения лежа на спине	1-5	Сентябрь, апрель
11	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу	1-5	Сентябрь, апрель
12	Метание теннисного мяча в цель	1-2	Сентябрь, май
13	Зимний фестиваль ГТО	1-5	Январь, февраль
14	Бег на лыжах на 1,2,3,5 км	1-5	Январь, февраль
15	Стрельба из пневматической винтовки	3-5	Декабрь, май