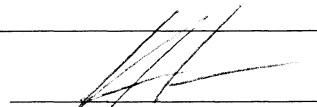
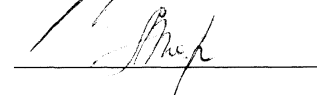


**ГРАФИК**  
**приема нормативов ВФСК ГТО на 2017-2018 учебный год.**

Дата	Время	Вид испытаний	Место проведения	Ответственные
<b>По понедельникам</b>	15.00 – 16.30 (по предварительной записи; 8-917-5599860 – Марина Алексеевна)	Челночный бег 3*10м	ГБОУ Школа № 46 (ул. Обручева д.28А)	Мягкова М.А.
		Подтягивание из виса на высокой перекладине		
		Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине		
		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		
		Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, на гимнастической скамье		
		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		
		Метание теннисного мяча в цель (с 6 м)		
		Поднимание туловища из положения лежа на спине		
		Рывок гири 16кг		
		Бег 30м, 60м, 100м, 1км, 1,5 км, 2км, 3 км		
<b>По понедельникам</b> (сентябрь, октябрь, апрель, май – по погодным условиям)	8-917-5599860 – Марина Алексеевна)	Смешанное передвижение 1км	ГБОУ Школа № 46 (ул. Обручева д.28А)	Мягкова М.А.
		Метание мяча весом 150г		
<b>По понедельникам</b> (декабрь-февраль, по погодным условиям)	8-917-5599860 – Марина Алексеевна)	Метание спортивного снаряда весом 500г, 700г	ГБОУ Школа № 46 (ул. Обручева д.28А)	Мягкова М.А.
		Бег на лыжах на 1 км, на 2 км, на 3 км, на 5 км		

Директор ГБОУ Школы № 46

Мансуров Н.А.

Председатель комиссии по ГТО

Жарикова А.С.