

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБУ «ФСЦ»

О.В. Рыжов

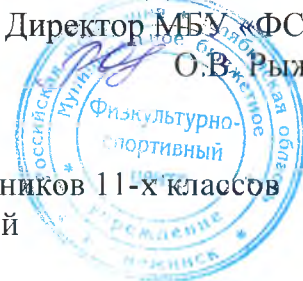


График приема нормативов ВФСК ГТО для выпускников 11-х классов
общеобразовательных организаций

№	Нормативы	Дата, время, место
1.	Зальные виды нормативов ВФСК ГТО: • Подтягивание из виса на высокой перекладине или рывок гири 16 кг (для юношей) • Подтягивание из виса на низкой перекладине или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (для девушек) • Прыжок в длину с места • Поднимание туловища из положения лежа на спине • Наклон вперед, стоя на гимнастической скамье	Каждый четверг 14.00-15.00 Игровой зал Дворец спорта
2.	Плавание 50 м	05.03.2017. 8.30 бассейн «Школьник» в рамках «Спартакиады ГТО среди трудовых коллективов РФЯЦ-ВНИИТФ, учреждений и организаций Снежинского городского округа».
3	Бег на лыжах Юноши – 5 км Девушки – 3 км	11.03.2017 10.30. начало регистрации участников Стадион им.Ю.А. Гагарина в рамках «Спартакиады ГТО среди трудовых коллективов РФЯЦ-ВНИИТФ, учреждений и организаций Снежинского городского округа».
4.	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя с опорой локтей, дистанция 10м. Мишень №8.	25.03.2017. 10.00-12.00 Стрелковый тир в рамках «Спартакиады ГТО среди трудовых коллективов РФЯЦ-ВНИИТФ, учреждений и организаций Снежинского городского округа».
5.	Бег на 100 м Бег на 3 км – юноши, 2 км - девушки	До 31 03.2017. Трасса по ул. Щёлкина в сторону площадки № 9 РФЯЦ-ВНИИТФ.