

## ГРАФИК ПРИЕМА КОМПЛЕКСА ГТО

по государственным требованиям Российской Федерации приемной

комиссией ГБОУ «Школа №1537»

в 2018-2019 учебном году

| <b>НОРМАТИВЫ ГТО СТУПЕНЬ</b>  | <b>МЕСТО приема норм</b>  |
|---|---|
| <b>с СЕНТЯБРЯ по МАРТ в каждую 1-ю среду и 4-й четверг месяца<br/>в 15:30</b> |   |
| <b>1-5 ступень (6-18 лет)</b>   | <b>УК «ЦО» каждую 1-ю среду и<br/>4-й четверг месяца</b><br><br><b>УК «Лицей» каждый 4-й<br/>четверг месяца</b> |
| БЕГ 3+10м, 30м, 60м, 100м   |   |
| ПРЫЖОК в длину с места  |   |
| МЕТАНИЕ мяча, гранаты на<br>дальность и в цель                                |   |
| ПОДНИМАНИЕ туловища 1 мин (пресс)   |   |
| НАКЛОН туловища (гибкость)  |   |
| ОТЖИМАНИЯ, ПОДТЯГИВАНИЯ   |   |
| БЕГ 1 км, 1500м, 2 км, 3км  |   |
| СТРЕЛЬБА из пневматической винтовки   |   |
| БЕГ на ЛЫЖАХ 1-2-3-5  |   |
|   | <b>Лесопарк «Лосиный остров»</b>  |

**СПОРТИВНАЯ ФОРМА И ID-НОМЕР участника ОБЯЗАТЕЛЬНЫ!!!!!!**

**11 - классники сдача НОРМ ГТО до января!!!!**