

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МКОУ «Таборинская СОШ»

А.В.Белоусов

«05» 2024г.



**План-сетка сдачи ГТО на улице- Кузнецовской ООШ,
Оверинской ООШ, Озерской ООШ, Пальминской ООШ**

14.09.2024 в 11:00

Степень	Возраст	Норматив
1	От 6 до 7 включительно	<u>Скоростные возможности</u> -Бег 10 м. ; бег 30 м. (на выбор) <u>Выносливость</u> -Смешанное передвижение по пересеченной местности.
2	От 8 до 9 включительно	<u>-Скоростные возможности</u> Бег 30 м., <u>Выносливость</u> -Смешанное передвижение на 100м.
3	от 10 до 11 включительно	<u>Скоростные возможности</u> -Бег 30 м., <u>Выносливость</u> -Бег на 1000м. или 2000м.(на выбор участника) <u>Прикладные навыки</u> -Метание мяча весом 150г.
4	от 12 до 13 включительно	<u>Скоростные возможности</u> -Бег на 30м., бег на 60м.(на выбор участника) <u>Выносливость</u> -Бег на 1500м., кросс на 3 км.(на выбор участника) <u>Сила</u> -Метание мяча весом 150г.
5	от 14 до 15 включительно	<u>Скоростные возможности</u> -Бег на 30м., бег на 60м. (на выбор участника) <u>Выносливость</u> - Бег на 1500м.кросс на 3 км. (на выбор участника) -Метание мяча весом 150г.
6	от 16 до 17 включительно	<u>Скоростные возможности</u> Бег на 60 м., бег на 100 м.(на выбор участника)

		<p><u>Выносливость</u> -Бег на 2000м., бег на 3000м (на выбор участника)</p> <p><u>Прикладные навыки</u> -Метание спортивного снаряда 500г. и 700г.</p>
--	--	--