Приложение к приказу от 13.11.2015 г. № 260

**График выполнения нормативов ГТО учащимися образовательных учреждений в 2015-2016 гг.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Вид испытания (тест)** | **Ступень, классы** | **Дата проведения** | **Места тестирования** |
| **I ступень** **(от 6 до 8 лет,** **1-2 кл)** | **II ступень****(от 9-10 лет, 3-4 кл)** | **III ступень****(от 11-12** **лет, 5-6 кл)** | **IV ступень****(от 13-15 лет,** **7-9 кл)** | **V ступень****(от 16-17 лет,** **10-11 кл)** | **VI ступень** **от 18 лет**  |
| м | д | м | д | м | д | ю | д | ю | д | м | ж |
| **1** | Подтягивание из виса на высокой перекладине | **+** |  | **+** |  | **+** |  | **+** |  | **+** |  | **+** |  | **19 декабря 2015** | **На местах, с выездом специалистов Центра тестирования** |
| **2** | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине |  | **+** |  | **+** |  | **+** |  | **+** |  | **+** |  | **+** |
| **3** | Сгибание - разгибание рук в упоре лежа на полу | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  | **+** |  | **+** |  | **+** |
| **4** | Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |
| **5** | Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |
| **6** | Поднимание туловища из положения лежа на спине |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |  | **+** |
| **7** | Рывок гири 16 кг  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** |  | **+** |  |
| **8** | Требования к оценке уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта (тестирование) | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |
| **9** | Метание теннисного мяча в цель (дистанция 6 м) | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |
| **10** | Челночный бег 3х 10 м (с) | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **11** | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **14 мая 2016**  | **На местах, с выездом специалистов Центра тестирования** |
| **12** | Прыжок в длину с разбега  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |
| **13** | Метание мяча (150 г) |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |
| **14** | Метание спортивного снаряда (500 г) |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** |  | **+** |
| **15** | Метание спортивного снаряда (700 г) |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** |  | **+** |  |
| **16** | Бег на 30 м  | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **17** | Бег на 60 м  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |
| **18** | Бег на 100 м  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |
| **19** | Бег на 1000 м  |  |  | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **20** | Бег на 1500 м  |  |  |  |  | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |
| **21** | Бег на 2000 м  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  | **+** |
| **22** | Бег на 3000 м  |  |  |  |  |  |  | **+** |  | **+** |  | **+** |  |
| **23** | Смешанное передвижение на 1 км | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **24** | Бег на лыжах 1км  | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  | **10 марта 2016** | **На местах, с выездом специалистов Центра тестирования** |
| **25** | Бег на лыжах 2км  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |
| **26** | Бег на лыжах 3км |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |  | **+** |  | **+** |
| **27** | Бег на лыжах 5км  |  |  |  |  |  |  | **+** |  | **+** |  | **+** | **+** |
| **28** | Смешанное передвижение на 1,5 км по пересеченной местности | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **29** | Кросс на 2 км по пересеченной местности |  |  | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **30** | Кросс на 3 км по пересеченной местности |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |  | **+** |  | **+** |
| **31** | Кросс на 5 км по пересеченной местности |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** |  | **+** |  |
| **32** | Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 5 м (мишень № 8, очки) |  |  |  |  | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |
| **33** | Стрельба из электронного оружия из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 5 м  |  |  |  |  | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |
| **34** | Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 10 м  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |
| **35** | Стрельба из электронного оружия из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 10 м  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |
| **36** | Туристский поход с проверкой туристских навыков на 5 км |  |  |  |  | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  | **24 сентября 2016** | **На местах, с выездом специалистов Центра тестирования** |
| **37** | Туристский поход с проверкой туристских навыков на 10 км |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |
| **38** | Туристский поход с проверкой туристских навыков на 15 км |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** |