

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА КЕРЧИ  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

города Керчи Республики Крым «Школа № 13»

(МБОУ г. Керчи РК «Школа № 13»)

ул. Льва Толстого, дом 139, г. Керчь, 298310 Тел. (36561) 3-30-91, 3-25-81

E-mail: school9\_Kerch@crimeaedu.ru

ОГРН 1149102175914, ОКПО 00807702, ИНН/КПП 9111008717/911101001

**ГРАФИК**  
**контрольных нормативов по физической культуре**  
**на I полугодие -2024/2025 учебного года**

№	класс	дата	вид
1	2	11.09	Бег 30 м.
2		18.09	Прыжки с места в длину
3		2.10	Метание мяча
4		15.10	Длительный бег до 1000м.
5		16.10	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.
6		03.12	Поднятие туловища из положения лежа за 30 сек.
1	3А; 3-Б	10.09	Бег на 30 м.
2		17.09	Прыжок с места в длину
3		01.10	Метание малого мяча.
4		14.10	Длительный бег на 1000 м.
5		15.10	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа
6		03.12	Поднятие туловища из положения лежа за 30 сек.
1	4-А; 4-Б	11.09	Бег на 30 м.
2		20.09	Прыжок с места в длину
3		11.10	Метание малого мяча.
4		23.10	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа
5		25.10	Длительный бег на 1000 м.
6		29.11	Поднятие туловища из положения лежа за 30 сек.
1	5-А; 5-Б	09.09	Бег на 30 м.
2		16.09	Прыжок с места в длину
3		23.09	Метание малого мяча.
4		08.10	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа
5		10.10	Длительный бег на 1000 м.
6		14.11	Элементы волейбола, передача сверху двумя руками над головой
7		25.11	Передача в парах
8		10.12	Подача мяча
9		26.12	Прыжок на скакалке за 30 сек.
1	6	09.09	Бег на 30 м.
2		16.09	Прыжок с места
3		23.09	Метание малого мяча.
4		9.11	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа

5		11.10	Длительный бег на 1000 м.
6		15.11	Элементы волейбола, передача сверху двумя руками над головой
7		25.11	Передача в парах
8		11.12	Подача мяча
9		27.12	Прыжок на скакалке за 10 сек.
1	<b>7 класс</b>	03.09	Бег на 30 м.
2		11.09	Бег на 60 м.
3		23.09	Прыжок с места в длину
4		02.10	Метание малого мяча.
5		09.10	Длительный бег на 1000 м.
6		18.10	Элементы футбола. Ведение мяча
7		18.11	Элементы волейбола. Набивание мяча над головой.
8		27.11	Передача мяча в парах
9		06.12	Набивание мяча снизу.
10		16.12	Передача мяча сверху в парах через сетку
11		25.12	Подача мяча
1	<b>8-А;8-Б</b>	09.09	Бег на 30 м.
2		11.09	Бег на 60 м.
3		23.09	Прыжок с места в длину
4		02.10	Метание малого мяча.
5		09.10	Длительный бег на 1000 м.
6		18.10	Элементы футбола. Ведение мяча с обводкой.
7		18.11	Элементы волейбола. Передача мяча сверху.
8		27.11	Передача в парах.
9		06.12	Прием и передача мяча.
10		16.12	Прием и передача мяча через сетку.
11		25.12	Подача мяча
1	<b>9-А;9-Б</b>	5.09	Бег на 30 м.
23		17.09	Бег на 60 м.
4		24.09	Прыжок с места в длину
5		3.10	Метание малого мяча.
6		10.10	Длительный бег на 1000 м.
7		19.11	Элементы волейбола. Передача мяча сверху.
8		28.11	Передача в парах.
9		10.12	Передача мяча сверху в парах через сетку
10		24.12	Подача мяча
	<b>11</b>		
1		04.09	Бег на 30 м.
2		11.09	Бег на 60 м.
3		02.10	Метание малого мяча.
4		09.10	Длительный бег на 1000 м.
5		15.10	Бег на 100 м.

6		16.10	Элементы футбола. Ведение мяча с обводкой.
7		19.11	Элементы волейбола. Передача мяча сверху над собой.
8		27.11	Набивание мяча сверху в парах.
9		10.12	Набивание мяча снизу в парах.
10		24.12	Подача мяча

Директор



*Handwritten signature*

Н.А. Мелешинкова