

**Календарный план спортивно-массовых мероприятий
школьного спортивного клуба «Высота»**

№	Мероприятие	Дата проведения
1.	Челночный бег 3x10 м	сентябрь
2.	Бег на 30 м, 60 м, 100 м	сентябрь
3.	Бег на 1, 2 км	сентябрь
4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	октябрь
5.	Подтягивание из виса на низкой перекладине	ноябрь
6.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	ноябрь
7.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	декабрь
8.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	январь
9.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи см) на полу	февраль
10.	Бег на лыжах на 1 км, 2 км, 3 км, 5 км	март
11.	Метание теннисного мяча в цель	апрель
12.	Прыжок в длину с разбега	апрель
13.	Метание спортивного снаряда на дальность	май