

Завершился фестиваль ВФСК ГТО «Будь здоров!» среди обучающихся МОУ «СОШ №16» в рамках Всероссийской акции «Будь здоров!»

9 апреля в рамках Всероссийской акции «Будь здоров!» завершился фестиваль ВФСК ГТО «Будь здоров!» среди обучающихся МОУ «СОШ №16», который проходил в течение двух дней, 8 и 9 апреля.

Сегодня попробовали свои силы в выполнении нормативов ВФСК ГТО обучающиеся начальной школы, а также учащиеся 5-10 классов. Все участники были разделены на группы. С каждой группой перед выполнением нормативов проводилась разминка в рамках акции «Подзарядка с ГТО», чтобы помочь нашим участникам взбодриться и настроиться на успешное выполнение нормативов комплекса ГТО.

В программу фестиваля вошли следующие виды испытаний:

- прыжок в длину с места;
- подтягивание на высокой и низкой перекладине;
- сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу;
- поднимание туловища из положения лежа на спине;
- наклон вперед из положения стоя на скамье;
- челночный бег.

Также сегодня были торжественно вручены знаки отличия некоторым ученикам, которые ранее выполнили нормативы ВФСК ГТО на фестивале.

Всего в оценке своей физической готовности посредством тестовых испытаний комплекса ГТО приняли участие более 600 учащихся. И у каждого из них была задача показать результат, соответствующий золотому, серебряному или бронзовому знаку отличия.

Отметим, что ребята проявили большую активность и заинтересованность в выполнении упражнений: поддерживали друг друга, старались показать лучшие результаты и делились ими между собой.

«Центр тестирования «ВФСК ГТО» выражает благодарность учителям физкультуры МОУ «СОШ №16» Жук Александре Владиленовне и Шигаповой Гульнур Мусаевне за организацию мероприятия по тестированию комплекса ГТО. А всех ребят поздравляем с успешным выполнением нормативов ВФСК ГТО и желаем дальнейших спортивных достижений!

Мероприятия комплекса ГТО проходят в рамках федерального проекта «Спорт – норма жизни» национального проекта «Демография» с целью популяризации активного образа жизни и привлечения всех категорий и групп населения к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

