

Учащиеся МБОУ НОШ 39 МО Белореченский район продолжают выполнять нормативы ВФСК "ГТО", в рамках краевого зимнего фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» среди обучающихся общеобразовательных организаций.

Участники выполняли нормативы в соответствии с требованиями по своим возрастным ступеням:

- поднимание туловища из положения лежа на спине;
- сгибание и разгибание рук в упоре лежа;
- бег на выносливость;
- бег на 30 м;
- метание мяча 150 г и метание теннисного мяча в цель, дистанция 6м;
- прыжок в длину с места толчком двумя ногами;
- наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье.

Ребята продемонстрировали свою физическую подготовленность, стремление преодолевать дистанцию за короткое время, выносливость и гибкость.

