

В МО Белореченский район прошло мероприятие по приему нормативов ВФСК "ГТО" среди учащихся МБОУ НОШ 39, в рамках краевого зимнего фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» среди обучающихся общеобразовательных организаций.

Ребята выполнили следующие виды тестирования:

- поднимание туловища из положения лежа на спине;
- сгибание и разгибание рук в упоре лежа;
- бег на выносливость;
- бег на 30 м или 60 м;
- метание мяча 150 г или спортивного снаряда 500 г/ 700 г;
- прыжок в длину с места толчком двумя ногами;
- наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье.

Участникам представилась возможность испытать себя и поставить перед собой новые цели. А это хорошая мотивация для юных спортсменов!

Желаем нашим спортивным школьникам новых достижений и ждём за знаками отличия!



