



В рамках популяризации здорового образа жизни и вовлечения молодежи в систематические занятия физической культурой и спортом, состоялся фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО) среди учащихся общеобразовательных организаций.

Мероприятие прошло в атмосфере спортивного азарта и дружеского соперничества, собрав юных атлетов, стремящихся продемонстрировать свою физическую подготовку. Участники фестиваля выполнили нормативы по следующим видам испытаний, демонстрируя силу, выносливость и гибкость:

Поднимание туловища из положения лежа на спине, определяющее силу мышц брюшного пресса.

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, демонстрирующее силу мышц рук и плечевого пояса.

Прыжок в длину с места толчком двумя ногами, выявляющий взрывную силу и координацию.

Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье, оценивающий гибкость и подвижность в поясничном отделе.

Фестиваль стал не только площадкой для проверки физических возможностей, но и важным шагом в формировании у подрастающего поколения ценностей здорового образа жизни, патриотизма и стремления к самосовершенствованию. По итогам соревнований победители и призеры были награждены медалями и памятными призами.  
#СпортГусев#ГТО#СпортивнаяшколаГусев

