Подтянуться до победы: ученики седьмых классов готовятся покорять нормы ГТО

12 декабря 2025 года выдалось бодрым и активным для учеников седьмых классов. Школьники собрались в спортивном зале, чтобы провести специальную тренировку по подтягиваниям. Их цель ясна и амбициозна — подготовиться к сдаче норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне». Под руководством учителя физической культуры ребята начали тренироваться с энтузиазмом. По словам самого наставника, задача этой тренировки заключается не только в улучшении физической формы каждого школьника, но и в формировании стойкости характера, упорства и умения преодолевать трудности. Ребята поделились своими впечатлениями от занятий и рассказали, почему именно этот вид упражнений важен для подготовки к ГТО. Многие признались, что изначально испытывали трудности с выполнением необходимого количества подтягиваний, однако благодаря систематическим тренировкам постепенно улучшили свои результаты. Один из участников тренировки признался: «Сначала было сложно подтянуться даже три раза подряд, но теперь я уже уверенно выполняю шесть подтягиваний и готовлюсь сдать норму на золотой значок!»Тренировка стала важным этапом в подготовке школьников к успешному выполнению требований ГТО, вдохновляя ребят на достижение новых высот и формирование здоровых привычек на всю жизнь.