Шестиклассники покорили ГТО: челночный забег состоялся успешно!

10 декабря ученики шестого класса приняли участие в сдаче норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). Мероприятие прошло в рамках школьной программы физического воспитания и способствовало развитию общей физической подготовки школьников. В спортивном зале были организованы соревнования по одному из популярных видов норматива ГТО — челночному бегу. Учащиеся соревновались друг с другом в быстроте реакции, ловкости и выносливости, преодолевая дистанцию с чередованием ускорений и резких остановок. Для каждого участника была создана равнозначная обстановка, чтобы проверить физическую готовность всех ребят объективно и справедливо. «Челночный бег отлично развивает координацию движений, скорость и реакцию, необходимые каждому ребенку для полноценного развития организма». Сдача нормативов ГТО помогает школьникам осознать важность регулярных занятий спортом и поддерживать высокий уровень здоровья. Подготовленные дети смогут продолжить путь освоения норм ГТО и примут участие в соревнованиях следующего уровня, закрепляя полученные знания и умения через активные занятия физической культурой и спортом.