

28 апреля 2023 года в п. Пригородный на спортивной базе МБОУ «Пригородная СОШ №1» будет проводиться фестиваль сдачи нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди школьников, состоящих на профилактическом контроле в КДН и ЗП, ПДН ОВД Оренбургского района.

Участники соревнований будут проходить сдачу нормативов ВФСК ГТО по своим возрастным ступеням (с 6 до 19 лет):

- Поднимание туловища из положения лежа на спине;
- Прыжок в длину с места толчком двумя ногами;
- Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье;
- Метание теннисного мяча в цель;
- Подтягивание из виса на высокой перекладине;
- Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см;
- Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу;
- Метание мяча весом 150 г;

Желаем всем участникам удачи и хорошего настроения!

