

«Лето с ГТО для школьников п. Карагайлинский»

30 августа в рамках региональной акции "Лето с ГТО в Кузбассе" и социального проекта "Весь КУЗБАСС на ладони" участники школьного спортивного клуба «Спортмикс» ШКОЛЫ №30 посёлка Карагайлинский Киселевского городского округа приняли участие в выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне". Около 100 школьников в возрасте от 7 до 17 лет преодолели следующие испытания:
Сгибание разгибание рук в упоре лежа на полу;
Прыжки в длину с места толчком двумя ногами;
Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;
Челночный бег 3x10;
Бег 30 м;
Бег на длинную дистанцию.



Все участники хорошо справились с испытаниями, провели время с пользой, получили новые знания и навыки.