

РАЗВИВАЕМ СИЛУ: «БИТВА ЗА ВЕСЛО» 🏆🏆🏆

13-15 ноября для обучающихся 6-х классов МОУ Константиновская СШ была проведена игра на развитие силы «Битва за весло».

В играх, способствующих развитию силы, обучающиеся преодолевают собственный вес, вес отягощения, сопротивление противника. В таких играх используются предметы: набивные мячи, гантели, скамейки или партнер по тренировке. В данном испытании мы использовали обычное алюминиевое весло из лодочного комплекта.

✅ Правила не замысловаты

Участники садятся на гимнастический мат лицом к лицу и упираются друг в друга подошвами ног. Затем берутся за весло и тянут изо всех сил. Побеждает тот, кто сумел поднять в воздух соперника или перетянул весло на свою сторону. Мы проводили битву сначала отдельно в 6-А классе (юноши против юношей, девушки против девушек), затем в 6-Б классе по той же схеме. Ребята занявшие призовые места в своих классах встретились в финальных поединках.

Среди юношей 6-х классов (25 человек)

🥇 место Смойн Славик

🥈 место Николаев Тимур

🥉 место Нуров Тимур

Среди девушек 6-х классов (23 человека)

🥇 место Колетурина Алина

🥈 место Павлова Вероника

🥉 место Пожарская Валерия

Эмоциональная окраска подобных испытаний заставляет участников игр проявить максимальные усилия для достижения как личной, так и командной победы класса.

За помощь в проведении мероприятия организатор благодарит Киршина Владимира Валерьевича, учителя ФК МОУ Константиновская СШ.

Мельникова Светлана, педагог-организатор ДЮСШ № 4

