«ЧЕЛНОЧНЫЙ БЕГ 3Х10» В РАМКАХ ПОПУЛЯРИЗАЦИИ ГТО

23 марта 2023 года в нашем ШСК завершились соревнования «ЧЕЛНОЧНЫЙ БЕГ 3Х10» среди обучающихся 4-Б и 5-А классов.

В сдаче норматива приняло участие 20 обучающихся из 4-б и 16 обучающихся 5-А классов.

Лучшими в 4-Б стали Николаев Тимур (юноши) и Соколова Вероника (девушки).
В 5-А лучше всех пробежал дистанцию Смирнов Даниил (юноши) и Горохова Алена (девушки).

✅Челночный бег представляет собой разновидность пробежки на короткие дистанции в две стороны по нескольку раз.
Челночный бег входит в обязательную программу тренировок для футболистов, баскетболистов, хоккеистов, гандболистов и других игровых разновидностей спорта. Он важен для тех видов спорта, где требуется отличная координация, ловкость и скорость.

#ОбразованиеТутаев