

«10 СЕКУНД СПОРТА ДЛЯ ТРЕТЬЕКЛАССНИКОВ» 🏆🏆🏆

23 мая 2022 года с ребятами 3-А и 3-Б классов МОУ Константиновская СШ провели спортивные состязания «10 секунд спорта».

Освоение данной спортивной игры направленно на развитие скоростно-силовых качеств и пропаганду комплекса ГТО.

Мы попробовали «Отжимания от мяча», «Прыжок в длину с места толчком двумя ногами» и «Приседания».

- ✅ Ребята выполняли упражнения состязания и индивидуально («Прыжок в длину с места»), и по группам.
- ✅ Участники соревнования, перед сдачей норматива, интересовались у судей, как можно выполнить подход более продуктивно. Мы подсказывали и даже демонстрировали.
- ✅ Каждое упражнение выполнялось в течение 10 секунд!
- ✅ Во время подхода счет секундам вел судья Владимир Валерьевич, а количеству повторений — сами участники. Заполняла таблицу результатов Светлана Александровна.

Среди девушек победила Соколова Вероника (3-Б), на втором месте Рейсих Ева (3-Б), замкнула тройку призеров Павлова Вероника (3-Б).

Среди 25 юношей победил Николаев Тимур (3-Б), на серебряный пьедестал почета поднялся Озимов Кирилл (3-А), а на бронзовый — Чакир Дмитрий (3-А).

Победители и призеры награждены медалями и грамотами от ДЮСШ № 4.

Мельникова Светлана, педагог-организатор ДЮСШ № 4/Киршин Владимир, педагог ФК в 3-их классах
Фотографии Мельникова Светлана
[#ОбразованиеТутаев](#)

