

«ТЕСТИРОВАНИЕ СИЛОВЫХ КАЧЕСТВ ГТО»

С 19 ноября по 23 ноября 2018 года учителями физической культуры Кинарейкиной Н.В., Киршиным В.В. и Родиным А.Л. с целью популяризации и пропаганды Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» среди обучающихся школы, массового внедрения комплекса ГТО в учебном заведении, охвата системой подготовки всех классов спортивного клуба и выявлению лучших результатов по школе, звену и личного Первенства было проведено тестирование "День ГТО. Силовые упражнения".

К участию в «День ГТО. Силовые упражнения» были допущены обучающиеся 1-11 классов. Для обучающихся 1-4 классов тестирование проводилось в форме подтягивания из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз) (мальчики) и сгибания и разгибания рук в упоре лежа на полу (количество раз) (девочки); для обучающихся 5-11 классов - из виса на высокой перекладине (количество раз) (юноши) и сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз) (девушки).

Младшее звено обучающихся 1-4 классов, представленное 1- «а» (19 человек), 1- «б» (15 человек), 2- «а» (15 человек), 2- «б» (8 человек), 3- «а» (20 человек), 3- «б» (18 человек), 4- «а» (8 человек), 4- «б» (14 человек), выполнило в сумме 696 раз. Абсолютным Победителем «Дня ГТО. Силовые упражнения» среди всех 21 классов стал 3-б с результатом 209 раз! На второй строчке пьедестала почета оказался 4- «б» класс с результатом 143 раза! В личном Первенстве среди младшего звена I место у обучающихся 3- «б» Степанова Степана (27 раз) и Корегиной Арины (14 раз).

Результат среднего звена-585 раз. Из семи классов в этом звене выделился 5- «б» класс, занявший в Абсолюте III место (130 раз). На пятом месте, благодаря отличным «стальным» мышцам Анастасии Масленниковой (25 раз) и Анастасии Мининой (25 раз) оказался 7- «б» класс МОУ Константиновская СШ. Именно эти девушки будут награждены грамотами ГТО как Победители в своей группе. Среди юношей грамотой будет отмечен ученик 7- «в» Костин Даниил (8 подтягиваний на высокой перекладине). Так держать!

Юноши и девушки старшего звена в количестве 58 человек показали результат в 545 раз. В абсолютном командном Первенстве на 4-ую строчку поднялся спортивный коллектив 8- «б» класса (124 раза). Лучшие личные результаты показали выпускники-девятиклассники Шаров Максим (19 раз!), Соколова Дарья и Егорова Мария (по 13 раз сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу).

В декабре всех участников ШСК ждет новое спортивное испытание, которое покажет их скоростные качества в «Челночном беге»!



Сводная таблица «ДЕНЬ ГТО. СИЛОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ»

Класс	Девочки/ Девушки (кол-во раз)	Мальчики/ Юноши (кол-во раз)	Итого по классу	Итого по звену	Победитель личного Первенства
1-а	50	14	64	696	Степанов Степан(3-б) и Корегина Арина(3-б)
1-б	33	10	43		
2-а	12	5	17		
2-б	38	5	43		
3-а	66	44	110		
3-б	53	156	209		
4-а	61	6	67		
4-б	23	120	143		
5-а	0	19	19	585	Масленникова Анастасия и Минина Анастасия(7-б), Костин Даниил(7-в)
5-б	94	36	130		
6-а	74	30	104		
6-б	62	40	102		
7-а	29	9	38		
7-б	102	16	118		
7-в	47	27	74	545	Шаров Максим, Соколова Дарья и Егорова Мария(9-б)
8-а	65	37	102		
8-б	94	30	124		
9-а	43	54	97		
9-б	45	44	89		
10-а	34	38	72	61	
11-а	39	22	61		

Школьный спортивный клуб «Республика «СПОРТ»
МОУ Константиновская СШ