

Преподаватели техникумов Шебекинского городского округа приняли участие в выполнении нормативов комплекса ГТО

На прошлой неделе на базе техникумов инструктора по спорту Центра тестирования ГТО приняли нормативы у преподавателей.

Педагоги выполнили различные испытания, включая наклон вперед, поднимание туловища, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, прыжки в длину, подтягивания из виса на высокой и низкой перекладинах и рывок гири.

Мероприятие включало в себя выполнение нормативов для VIII-XVII ступеней, что говорит о том, что участвовали преподаватели разных возрастов и уровней физической подготовки. Все участники успешно справились с испытаниями, продемонстрировав хорошую физическую форму.

#ГТО #новостиГТО



