

## **Мы сдали нормы ГТО!**

Автор: Гусев С.В., Горчакова В.Ю., учителя физической культуры  
15.02.2018 15:34 -

---

В течение 2017 года наши учащиеся принимали участие в сдаче нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне".

Программа испытаний включала в себя следующие нормативы: бег на короткую и длинную дистанции, подтягивание на высокой перекладине, рывок гири весом в 16 кг, прыжок в длину с места, наклон вперед из положения «стоя», поднимание туловища из положения «лежа на спине», сгибание/ разгибание рук в упоре лежа, метание малого мяча, метание гранаты, стрельба из пневматической винтовки и плавание.

Обладателями знака ГТО стали 52 лицеиста.

Пожелаем и остальным нашим ребятам успешной сдачи нормативов комплекса ГТО в 2018 году.