

ГОТОВИМСЯ К ГТО

Сдача нормативов ГТО сейчас стремительно набирает популярность: можно сказать, советский спортивный опыт получает второе рождение! Приятно наблюдать за тем, что молодежь постепенно вовлекается в этот процесс, вновь растет ценность спорта.

В результате тренировок юным спортсменам нашего детского сада предстоит сдать несколько нормативов ГТО на финальном испытании: метание, отжимания, прыжок в длину, наклон и челночный бег. Главная задача — набрать всей командой наибольшее количество баллов за выполнение всех нормативов.





Ребята подготовительных групп ответственно и добросовестно относятся к тренировкам. Мы активно готовимся к сдаче нормативов ГТО, работаем на все группы мышц, развиваем и функциональные и силовые показатели, а также гибкость и выносливость.





За время тренировок нам удалось увеличить количество подходов в различных упражнениях, усилить мышцы путём упорных тренировок, а также растянуть их! С помощью проекта мы подготовились к сдаче нормативов ГТО.





Мы призываем Вас, принимать участие в проекте «Сдачи норм ГТО»!

ГТО – путь к успеху!