

## **Испытания комплекса ВФСК ГТО по силовым видам.**

**17, 24 и 25 января 2020 года** Центр тестирования ВФСК ГТО МО г. Алексин (МБУ ДО «ДЮСШ №1»), проводил тестирование по силовым видам среди обучающихся общеобразовательных организаций г. Алексина на базе МБОУ «СОШ №5», МБОУ «СОШ №3» и МБУ ДО «ДЮСШ №1».

Участники выполнили такие нормативы, как наклон, вперед стоя на гимнастической скамье; поднимание туловища из положения лежа на спине; сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу; подтягивание из виса на низкой и (или) высокой перекладине; челночный бег; прыжок в длину с места.

Всего было протестировано 174 обучающихся. Многие участники показали хорошие результаты в силовых видах ВФСК ГТО! В ближайшее время будут подведены итоги. Желаем всем удачи и дойти до знака!