

Итоги зимнего фестиваля подведены



«Готов к труду и обороне» (ГТО) – программа физической культуры и спорта, которая была создана в СССР в 1931 году и существовала до 1991 года. В 2014 году президент подписал указ о ее возрождении. Главная задача ГТО – мотивировать россиян больше заниматься спортом. Участникам, которые успешно сдали спортивные нормативы, выдают знак отличия – бронзовый, серебряный или золотой значок. Сложность испытаний зависит от возраста участника.

На страницах газеты мы регулярно рассказываем о тех, кто решил сдать нормы ГТО. И вот очередные итоги.

I (муниципальный) этап зимнего фестиваля ВФСК «ГТО» среди всех категорий населения прошел в г. Реже 3 марта. По итогам I этапа был сформирован состав команды на II (областной) этап. II этап фестиваля состоялся в спортивном комплексе «Курганово» в Полевском городском округе 14 и 15 марта.

В состав команды Режевского городского округа вошли: Цыбина Ксения (II ступень), Захарова Анастасия (III ступень), Швецова Александра (IV ступень), Малых Максим (V ступень), Третьяков Елисей (VI ступень), Кузнецов Артем (VII ступень), Корепанова Светлана (VIII ступень), Ведерников Андрей (IX ступень), Голендухин Анатолий (X ступень).

В спортивную программу фестиваля были включены следующие виды испытаний (тестов): бег на лыжах, плавание, наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье, подтягивание на высокой перекладине, сгибание и разгибание рук

в упоре лежа, прыжок в длину с места, поднимание туловища из положения лежа на спине.

В итоге Швецов Александр завоевал I место в испытании «Бег на лыжах 3 км»; Цыбина Ксения – II место в испытании «Прыжок в длину с места»; Малых Максим – II место в испытании «Прыжок в длину с места» и III место в испытании «Бег на лыжах 5 км»; Третьяков Елисей – III место в испытании «Плавание 50 м»; Корепанова Светлана – III место в испытании «Плавание 50 м».

Наша команда приняла участие не только в спортивной, но и в конкурсной программе. В конкурсе на лучший рекламный сюжет по продвижению комплекса ГТО среди сверстников «Физорг» – лидер ГТО» был представлен видеоролик школы № 30 села Клевакинского, а на конкурс «Будь здоров!» участники подготовили веселую сценку про Белоснежку и 7 гномов. Спасибо ГАУСОН СО «Социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних Режевского района» за оказан-

ную помощь в разработке сценария для этого конкурса.

По итогам спортивной, конкурсной и образовательной программ наша команда вошла в десятку лучших, заняв 9-е место (в прошлом году режевляне заняли 12-е место).

В Режевском городском округе культивируется множество видов спорта, появляются новые спортивные объекты, создаются условия для того, чтобы как можно больше режевлян занимались спортом регулярно и вели здоровый образ жизни. Поэтому и число желающих сдать нормы ГТО, надеюсь, будет увеличиваться.

Отметим, для школьников при поступлении в вузы значок ГТО (полученный не ранее чем за 3 года до поступления) засчитывается как дополнительный балл к сумме набранных при сдаче ЕГЭ, а студенты колледжей могут рассчитывать на повышенную стипендию.

Е. ГОРОХОВА.
Фото Н. КУЗНЕЦОВОЙ.

ГТО все возрасты покорны!

В марте 2020 года в спортивном зале МБОУ ДО «ДЮСШ «Россия» прошел фестиваль среди старшего поколения «ГТО все возрасты покорны!», в котором приняли участие 9 мужчин и 32 женщины. Возраст участников фестиваля от 55 до 70 лет и старше. Спортивные, активные, инициативные – всё это про наших участников.

В программу фестиваля входили 4 дисциплины: сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, на гимнастической скамье и от стула (в зависимости от ступени участника), наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье, поднимание туловища из положения лежа за 1 минуту, метание теннисного мяча в цель.

Во время фестиваля были отмечены рекорды в различных видах испытаний. Пескова В. И. (X ступень) выполнила наклон вперед из положения стоя на результат 26 см, а среди мужчин в этом виде лучшим стал Подгорнов О. В. (IX ступень). Его результат 17 см. Филиппов В. И. (X ступень) выполнил сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью 40 раз, Ежов А. В. (IX ступень) сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу выполнил тоже 40 раз. Среди женщин в этой дисциплине лучший результат у Прокофьевой Л. Н. (X ступень) – 31 раз. В испытании на поднимание туловища из положения лежа на спине лучший результат у Боровикова М. Д. (X ступень) и у Агалакова И. Н. (X ступень) – 42 раза, среди женщин лучшей стала Прокофьева Л. Н. (X ступень) – 35 раз.

Победители определялись в каждой ступени по сумме очков, набранных во всех видах испытаний (тестов).

По итогам фестиваля победителями стали:

- среди мужчин IX ступени (55–59 лет) – Ежов А. В. («Антей»)
- среди женщин IX ступени (55–59 лет) – Федоровских Л. А. (УГХ)
- среди мужчин X ступени (60–64 лет) – Крылов В. Н. (ДЮСШ)
- среди женщин X ступени (60–64 лет) – Ширяева А. Л.
- среди мужчин X ступени (65–69 лет) – Филиппов В. И. («Антей»)
- среди женщин X ступени (65–69 лет) – Прокофьева Л. Н.
- среди мужчин XI ступени (70 лет и старше) – Шубин Р. Ф.
- среди женщин XI ступени (70 лет и старше) – Запрудина В. И.

Самый старший участник фестиваля Глушкова Альбина Васильевна. Ей 79 лет.

Эти замечательные и активные люди, несмотря на свой возраст, обладают восхитительными спортивными формами и поразили всех своим невероятным упорством, силой духа, азартом.

Подобные мероприятия очень важны, так как помогают людям старшего поколения в ходе подготовки к выполнению норм ГТО укрепить свое здоровье. А главное, дают возможность живого общения.

О. ИЛЬЯСОВА, инструктор-методист МБОУ ДО «ДЮСШ».