**«По силам нормы ГТО».**

24 ноября 2018 года в МАУ ДО «Дворец спорта для детей и юношества» (г.Вязники, ул.Ефимьево, д.2А) принимались нормативы Всероссийского физкультурно–спортивного  комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди населения Вязниковского района  с 1 по 7 ступени. Программа испытаний включала выполнение нормативов по подтягиванию, отжиманию, наклону вперёд, подниманию туловища из положения лёжа на спине, рывок гири, прыжок в длину с места, метанию мяча в цель.

Нужный настрой для успешного прохождения испытаний задал в своем коротком приветствии к участникам руководитель центра тестирования Крылов П.И., отметив, что данное спортивное мероприятие посвящено профилактике ВИЧ-инфекций. Так же пожелал всем успехов и выразил надежду, что воспитание здорового образа жизни, выполнение нормативов ГТО войдет в традицию и станет общим праздником для каждой семьи.

Не секрет, регулярные занятия спортом — это поддержание оптимальной физической формы, эффективный способ повышения иммунного статуса организма и хорошая профилактика заболеваний.  Сдача физкультурных нормативов и получение знака — стимул повысить уровень своей тренированности. Знаки отличия ГТО, кроме прочего, дают и ряд преимуществ их обладателям. Например, они учитываются как индивидуальные достижения при приеме в вузы и другие учебные заведения. Студенты или учащиеся со значком ГТО на груди имеют право рассчитывать на повышенную государственную стипендию. А школьникам, сдавшим нормы ГТО, предполагается начисление дополнительных баллов к результатам ЕГЭ.

После напутственных слов участники распределились по площадкам для сдачи нормативов ГТО. Надо сказать, что выполнение упражнений вызвало настоящий соревновательный дух. Азарт борьбы, казалось, с каждой минутой возрастал, поднималось настроение собравшихся — розовели щеки и блестели глаза. На каждой площадке, у каждого спортивного снаряда все участники и болельщики сопереживали, старались поддержать своих друзей в стремлении преодолеть очередную ступень, собрать все силы и достигнуть желаемого результата. В сдаче нормативов принимали участие 72 чел. ( от 7 до 39 – летнего возраста).

По словам судей соревнований, результаты сдающих нормы ВФСК ГТО удовлетворительные, но практически в каждом виде наметились свои лидеры. В декабре желающие могут пересдать нормативы по вышеуказанным тестам. Сроки будут сообщены дополнительно. Окончательные результаты будут подведены после лыжных соревнований, которые планируется провести в феврале 2019 года.

По всем вопросам связанных со сдачей норм ВФСК «ГТО» обращаться в Центр тестирования Вязниковского района по телефону (849233) 2-55-21.