Работа Центра тестирования ГТО

**Работа Центра тестирования ГТО на территории Болотнинского района Новосибирской области** **по выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди представителей кадровых служб, муниципальных служащих и работников администраций.**

 **28.09.2019 г.** Департаментом организации управления и государственной гражданской службы администрации Губернатора Новосибирской области и Правительства Новосибирской области совместно с Министерством труда и социальной защиты Российской Федерации в рамках номинации «Формирование здорового образа жизни и условий труда» было организовано проведение Всероссийского конкурса «Лучшие кадровые практики и инициативы в системе государственного и муниципального управления».

Целью проведения данного мероприятия является:

* Улyчшeниe здopoвья и yвeличeниe пpoдoлжитeльнocти жизни гpaждaн.
* Paзвитиe cпopтa.
* Фopмиpoвaниe кyльтa здopoвoгo oбpaзa жизни.
* Вoвлeчeниe в cпopт людeй вceх вoзpacтoв.

 **Комплекс ГТО** предусматривает подготовку к выполнению и непосредственное выполнение различных возрастных групп (от 6 до 70 лет и старше) установленных нормативных требований по трем уровням трудности, соответствующим золотому, серебряному и бронзовому знакам отличия «Готов к труду и обороне» (ГТО).

 На стадионе СК «Восток» города Болотное Новосибирской области, где после предварительной регистрации на официальном сайте федерального оператора комплекса ГТО: www.gto.ru (получили уникальный идентификационный номер – УИН) и краткого инструктажа начались испытания: бег на короткие и длинные дистанции, наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье, прыжки в длину, поднимание туловища из положения лёжа на спине, прыжок в длину с места толчком двумя ногами и другие нормативы согласно ступени (возрастной группе).

 Количественные значения испытаний комплекса ГТО, которые позволяют оценить разносторонность (гармоничность) развития основных физических качеств, умений и навыков согласно возрастным ступеням и полу.
Нормативы измеряются в минутах, секундах, метрах, сантиметрах и количествах раз в зависимости от вида испытаний. Подразделяются на обязательные и испытания по выбору.

 Из 23-х заявленных участников оказались: заместитель главы администрации Болотнинского района, начальник управления образования администрации Болотнинского района, специалисты: отдела организационно-кадровой работы, отдела закупок, отдела строительства, архитектуры и дорожного комплекса администрации Болотнинского района, а также Главы, заместители глав, специалисты и водители муниципальных образований Болотнинского района.

 Среди тех, кто уверенно сдавал тесты на силу и гибкость 11 человек претенденты на бронзовые, серебрянные и золотые знаки отличия. Нaгpaдa зaвиcит oт ypoвня пoдгoтoвки и coблюдeния тeхники выпoлнeния иcпытaний.

 Спорт и умеренные физические нагрузки полезны для человека. Дадут дополнительный стимул улучшить свою жизнь с помощью физической культуры.

⠀
1. Люди, регулярно занимающиеся спортом, обычно пребывают в лучшем настроении, чем те, кто ведет сидячий образ жизни.

2. Существует прямая связь между физической активностью и познавательными способностями человека: обучение даётся легче тем, кто ведет активный образ жизни.

3. Благодаря положительному воздействию на физическое состояние организма спорт улучшает и ментальное здоровье человека.

4. Достижение хороших спортивных результатов повышает самооценку.

5. Занятия спортом улучшают обменные процессы в мозге, способствуя его лучшему функционированию.

**Участники доказали, что любые поставленные задачи работники муниципалитета готовы решать.**