

**Территориальное общество самоуправления Ольховатского района в ГТО**  
С 05.07.21 года по 05.08.21 года центром тестирования комплекса ГТО Ольховатского района Воронежской области, МБУ ДО Ольховатская ДЮСШ, проводился месячник по выполнению нормативов (тестов) комплекса ГТО среди жителей трех сельских поселений.

В тестирование активно приняли участие **территориальное общество самоуправления «Малышок»** Лисичанского сельского поселения, «Заря» Марьевского сельского поселения и «Городок» Новохарьковского сельского поселения.

194 человека с VI по XI ступени вышли на площадки ГТО района. Руководитель центра тестирования **Владимир Кальченко** и главный судья **Александр Ткаченко** осуществляли сопровождение мероприятия на протяжении всего месяца, оказывая всевозможную поддержку участникам мероприятий и судейской бригаде.

В программу были включены такие виды испытаний, как поднимание туловища из положения лежа на спине, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, подтягивание в висе лежа на низкой и высокой перекладине, наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье, прыжки в длину с места, метание спортивного снаряда, бег на 30 м и 2000 м.

Участники испытаний не только успешно прошли тестирование, но и получили заряд бодрости, хорошего настроения, а также массу положительных эмоций.

По результатам выполнения видов испытаний комплекса ГТО, был продемонстрирован довольно высокий уровень физической подготовки жителями поселений.

Комплекс «Готов к труду и обороне» рассчитан на граждан от 6 до 70 лет и старше. Центр тестирования комплекса ГТО Ольховатского района Воронежской области приглашает жителей района принимать участие в выполнении нормативов комплекса ГТО и обращаться в **физкультурно-оздоровительном комплексе «Звёздный»**.