

## **ГТО — показатель активной жизненной позиции**

Роль спорта в жизни ребёнка велика и она напрямую связана с его здоровьем. Занимаясь спортом с раннего детства, ребёнок растёт более крепким и выносливым, его организм хорошо справляется с болезнями, а простуды бывают реже. Занятия спортом полезны для иммунной системы ребенка. В городе проходит активная работа, направленная на пропаганду спорта и здорового образа жизни.

Большое количество ребята давно знакомы с ВФСК «Готов к труду и обороне» и регулярно тренируются. В школе систематически проходят мероприятия по выполнению нормативов комплекса ГТО. Мальчишки и девочки с удовольствием принимают участия и проверяют свои спортивные возможности.

Дети, увлечённые тренировками, меньше времени тратят на бесполезные занятия, такие как игры на компьютере и бездумное пребывание на улице, также появляются новые друзья, увлечённые тем же делом, новые интересы, стремления.

Регулярные посещения спортзала и тренировки помогают ребенку лучше учиться — спорт помогает организму насытиться кислородом, который активизирует работу мозга. Кроме того, дисциплина на тренировках это и дисциплина в школе.

Если вы хотите узнать больше о ГТО в Приозерском районе и принять участие в движении ВФСК ГТО, рекомендуем обратиться в отдел по физической культуре, спорту и молодежной политике или Центр тестирования ВФСК Готов к труду и обороне. Там вам расскажут о тренировках, мероприятиях и процедуре выполнения нормативов.

Специалисты Центра всегда на связи: <https://vk.com/club203296317> - Центр тестирования ГТО г. Приозерск

[#ГТО](#)

[#ВФСКГТО](#)

[#ПодтягивайсяИТы](#)

[#Приозерскийрайон](#)

[#Спорт норма жизни](#)