



Центр тестирования

по Петропавловску – Камчатскому городскому округу
683004, г. Петропавловск-Камчатский, ул. Курильская,
дом 1, оф. 2

тел /факс (415 2) 212-025; e-mail: pkgto41@mail.ru

№ _____ б/н _____ от « 09 » _____ января _____ 2020

Уважаемые родители!

Предлагаем Вам организацию и проведение мероприятия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» на территории НАШЕГО учреждения.

Дошкольники относятся к I возрастной ступени (от 6 до 8 лет).

Для получения золотого знака отличия нужно выполнить всего 7 нормативов и 6 нормативов на серебряный и бронзовый знаки отличия.

Испытания, которые мы предлагаем выполнить на территории Детского сада с использованием нашего оборудования:

1. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.
2. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье.
3. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.
4. Метание теннисного мяча в цель (если позволяет зал и высота потолков)
5. Поднимание туловища из положения лежа на спине.

Для выполнения остальных испытаний нужно быть готовыми выехать на б/к «им. Фатьянова» или СШОР по плаванию:

1. Челночный бег **или** бег на 30 метров.
2. Смешанное передвижение на 1 км.



3. Бег на лыжах 1 км **или** смешанное передвижение по пересеченной местности на 1 км.
4. Плавание 25 м.

Выполняя нормативы комплекса «ГТО», детям нашего учреждения прививается здоровый образ жизни, любовь к занятиям спортом!

Для подтверждения участия и в случае возникновения вопросов, просим связаться с воспитателем группы или с инструктором по физической культуре.