«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МУ ДО «ДЮСШ»
ГО «Поселок Агинское»
_____ Ч.Б. Батоев
«08» апреля 2022 г.

Положение
Акции «Подтянись к движению»
Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне»

1. Общие положения

Целью проведения Акции является вовлечение населения в систематические занятия физической культурой и спортом.

Задачи:

- популяризация комплекса ГТО среди всех категорий населения;
- повышение уровня физической подготовленности населения;
- пропаганда здорового образа жизни;
- создание условий, мотивирующих к занятиям физической культурой и спортом.

2. Сроки и место проведения

Акция проводится 20 апреля 2022 года в ФОЦ «Баатар» п. Агинское ул. Комсомольская, 20 (Площадка ГТО). Начало в 11:00.

3. Требования к участникам

К Акции допускаются участники от 18 до 70 лет, имеющие УИН (Уникальный идентификационный номер). Для получения УИН, необходимо зарегистрироваться на сайте ГТО. Без УИН невозможно получение значка и удостоверения ГТО.

4. Программа Акции

- Бег на 30 м (18-39 лет)
- Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см.);
- Силовая гимнастика:
  – сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (мужчины);
  – подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см. (женщины);
- Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин);
- Прыжки в длину с места.

5. Подача заявок на участие

Для участия в Фестивале необходимо направить предварительную заявку по установленной форме (Приложение №1), по адресу п. Агинское, ул. Комсомольская 20, эл. почта: rumit60@mail.ru, контактный телефон: 89244719501 – Цымпилова Дулма Мунко-Жаргаловна.

Приложение №1

ЗАЯВКА
на участие в Акции ВФСК «ГТО»
«Подтянись к движению»

от _____

№ п/п	Фамилия, имя, отчество	Дата рождения (д., м., г.)	ИД номер в АИС ГТО	Организация	Виза врача

Допущено к Фестивалю комплекса ГТО _____ человек (прописью)

Врач _____ _____
(Ф.И.О.) (подпись)

М.П.медицинского учреждения

Руководитель организации _____
(подпись, Ф.И.О. полностью)