20 июля 2023 года на базе МКУ «КСК» прошла областная физкультурно-спортивная акции «Лето в стиле ГТО» среди сотрудников правоохранительных органов предъявляются высокие профессиональные требования. Одним из которых выступает требования к уровню физической подготовки сотрудников. В данном случае рассматривается вопрос повышения физической подготовки сотрудников МВД в рамках участия во «Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе ГТО» Многочисленные исследования доказывают, что профессиональная физическая подготовка существенно влияет, прежде всего, на повышение качества профессионального обучения, способствуя сокращению сроков овладения профессиональными навыками создаёт благоприятные предпосылки для высокой работоспособностями, а также повышает устойчивость организма к воздействию неблагоприятных факторов оперативно-служебной деятельности, снижает заболеваемость, тем самым способствуя профессиональном долголетию кадрового состава сотрудников. Среди основных, специфических характеристик профессиональной деятельности сотрудников МВД можно выделить следующие: ненормированная длительность рабочего дня, высокие психоэмоциональные перегрузки, необходимость действовать в экстремальных ситуациях, осуществление действий связанных с использованием специальных средств, в частности, табельного оружия, преследование правонарушителей, обеспечение безопасности граждан в экстремальных ситуациях и личной самозащиты и др. В целях повышения физической подготовки, поднятия спортивного духа сотрудников, укрепление имиджа службы в правоохранительных органах. Сотрудники всех подразделений МВД принимают участие в сдаче норм ГТО. Выступая мощным стимулом к занятиям физкультурой и спортом, Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» в системе МВД, призван в первую очередь, задавать хороший тон для сотрудников правоохранительных органов для формирования положительного отношения к физической культуре и спорту, а также в деле воспитания высоких моральных качеств, таких как честность, ответственность, порядочность, стойкость, и преданность своему делу. Проводимые исследования подтверждают, что интеграция физкультурно-спортивного комплекса «ГТО» в программы физической подготовки МВД, значительно повышает уровень их специальной подготовленности, а также уровень развития профессионально важных качеств, необходимых обязанностей сотрудников. С другой стороны, в случае невыполнения сотрудником нормативов ГТО, можно говорить о недостаточном уровне его профессиональной компетентности. Необходимо отметить, что в повышении эффективности комплекса ГТО, большое значение имеет создание благоприятных материально-технических условий для занятий физической культурой сотрудниками. Наличие тренажёрного зала, зала рукопашного боя, стадиона, полосы препятствия и др, без сомнения будет способствовать лучшей подготовке к сдаче норм ГТО. Подержание отличной физической формы для сотрудника МВД является не только профессиональной необходимостью, но в каком то смысле и страховкой его жизни в экстремальной ситуации. В той связи физкультурно-спортивный комплекс ГТО становится дополнительным и эффективным стимулом на пути к физическому самосовершенствованию. Сдача нормативов ГТО сотрудником МВД и последующее получение им значка, по нашему мнению, является свидетельством не только его отличной физической подготовки, но что наиболее важно, его готовности в любую минуту профессионально решать поставленные задачи. Сотрудники правоохранительных органов выполнили испытания по следующим видам: бег на 60 м; бег на 1 км, наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см), поднимание туловища из положения лёжа н спине (количество раз за 1 мин), сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (количество раз), подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз), подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90см (количество раз).

Если и Вы хотите ознакомиться с ВФСК ГТО, узнать свою возрастную ступень, виды и нормы, которые Вам необходимо выполнить, зарегистрируйтесь на сайте [www.gto.ru](http://www.gto.ru) и получите всю необходимую информацию по адресу с. Красный Яр, ул. Советская, 47, а также по телефону:(8-846-57) 2-01-66.

#ЛетовстилеГТО

#СпортНормаЖизни

#ГТО63

#НовостиГТО



