

**Временные противопоказания допуска к сдаче норм ГТО** (в т.ч. несовершеннолетним)

- При АД выше 140/90.
- Наличие жалоб на боли различной локализации, головокружение, тошнота, слабость, сердцебиение.
- Острый период заболеваний (температура, озноб, катаральные явления).
- травматические повреждения органов и тканей организма (острый период, ушиб, рана, растяжение, гематома и др.).
- Опасные кровотечения (носовые, в день занятий, состояние после удаления зуба, менструация).
- Выраженное нарушение носового дыхания.
- Выраженная тахикардия или брадикардия (с учетом возраста и пола).
- Ранее, чем через 3 месяца после перенесенного острого заболевания.