**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**Искитимского района Новосибирской области**

**детский сад «Жаворонок» р.п. Линево**



*Сдать ГТО совсем непросто,  
Ты ловким, сильным должен быть,  
Чтоб нормативы победить,  
Значок в итоге получить.  
Пройдя же все ступени вверх,  
Ты будешь верить в свой успех.  
И олимпийцем можешь стать,  
Медали, точно, получать.*

*Вперёд, к победам, дошколёнок!*            

Инструктор по физической культуре Коробова Т.А.

2021г

[**«Готов к труду и обороне» (ГТО)**](http://www.gto.ru/) **– это программа физической подготовки, которая существовала не только в общеобразовательных, но и в спортивных, профильных, профессиональных организациях Советского Союза. Программа ГТО поддерживалась и финансировалась государством, ведь была частью системы патриотического воспитания. Просуществовала ГТО ровно 60 лет, успев стать частью жизни нескольких поколений наших соотечественников. Глава России Владимир Путин подписал Указ о возрождении в стране норм ГТО – физкультурной программы советских времен по патриотическому воспитанию   молодежи.**

**В Положении о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе ГТО «предусмотрен минимальный объем различных видов двигательной активности, необходимый для развития физических качеств, сохранения и укрепления здоровья, подготовки к выполнению видов испытаний (тестов) и норм Комплекса ГТО».**

**Физическое воспитание особенно важно в дошкольном возрасте, это один из ответственных этапов жизни ребёнка. Именно в этот период закладываются основы здоровья: умственного, нравственного и физического развития, формируется личность человека. В это время ребенок интенсивно растет и созревает, движения становятся его основной потребностью.**

**В нашем ДОУ ведётся физкультурно-оздоровительная работа, направленная на совершенствование двигательных навыков и на улучшение показателей физического развития, для подготовки к сдаче норм ГТО, воспитание у детей правильного отношения к своему здоровью.**

**Двигательный режим в ДОУ включает как организованную, так и самостоятельную деятельность. Содержательная сторона двигательного режима направлена на развитие умственных, духовных и физических способностей детей.**

**В результате системной образовательной деятельности по физическому развитию с учетом требований ВФСК ГТО у воспитанников:**

**1.       повышается физическая работоспособность;**

**2.       улучшаются физические качества, обогащается двигательный опыт;**

**3.       формируется привычка к здоровому образу жизни;**

**4.       расширяется кругозор в сфере активного образа жизни и самостоятельная двигательная деятельность, формируется оптико-пространственная ориентация;**

**5.       реализуется система преемственности при переходе воспитанников на новую социальную ступень.**

***Обязательные испытания (тесты) подразделяются:***

**- испытания по определению уровня развития скоростных возможностей;**

**- испытания по определению уровня развития выносливости;**

**- испытания по определению уровня развития силы;**

**- испытания по определению уровня развития гибкости.**

***Испытания (тесты) по выбору подразделяются:***

**- испытания по определению уровня развития скоростно-силовых  возможностей;**

**- испытания по определению уровня координационных способностей;**

**- испытания по определению уровня овладения прикладными навыками.**

**I ступень «Играй и двигайся»: 6–8 лет**

**Во всех регионах России дошкольники готовятся к сдаче ГТО  -  в детских садах  проводятся спортивные игры , во время которых ребята сдают нормы ГТО первой ступени (для детей от 6 до 8 лет).**

**Новый рекорд – впервые тысячи малышей в России сдают нормы ГТО.**

**В рамках ежегодного мониторинга в нашем ДОУ дети выполняют обязательные тесты:**

**Бег 30 м; смешанное передвижение на 1000м; челночный бег (10 м. три раза); метание теннисного мяча в цель(дистанция 6 метров); прыжки в длину с места; гибкость (наклон вперёд вниз, стоя на скамье); сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу;**

***Зачем нужно ГТО в дошкольном возрасте?   
(Первая ступень ГТО или после семи уже поздно)***

**Почему ГТО стоит прививать, именно, начиная с дошколят?**

**•         Физическое развитие ребенка – это, прежде всего двигательные навыки. Координацию движений определяют развитием мелкой и большой моторики.**

**•         Именно в дошкольном возрасте закладывается основа для физического развития, здоровья и характера человека в будущем. Этот период детства характеризуется постепенным совершенствованием всех функций детского организма. Ребенок этого возраста отличается чрезвычайной пластичностью.**

**•         Для развития координации движений сензитивным является старший дошкольный возраст. Именно в это время ребёнку следует приступать к занятиям гимнастикой, фигурным катанием, балетом и т. п.**

**•         Этот период – период самого активного развития ребенка, в двигательном, так и в психическом развитии.**

**•         С точки зрения же психологов, динамика физического развития неразрывно связана с психическим и умственным развитием.**

**20 мая наши воспитанники ( подготовительная к школе группа) с удовольствием приняли участие в этом важном мероприятии, каждому было интересно узнать, насколько он силен, ловок и быстр. Выполнение нормативов ГТО для ребят стало целым событием! Такие мероприятия повышают интерес к физической культуре и здоровому образу жизни у детей. Они не только получают радость от своих результатов, но и учатся переживать за товарищей, чувствуя себя участниками большой спортивной команды. Конечно, мы проводим большую работу у себя в учреждении по физическому развитию детей, огромную поддержку нам оказали и родители, которые дополнительно занимались с детьми дома.**