ГТО и детский сад - быть здоровым каждый рад!

 В настоящее время занятия физической культурой и спортом приобретают все большую популярность в стране. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) — полноценная программная и нормативная основа физического воспитания населения страны, нацеленная на развитие массового спорта и оздоровление нации. Начиная с 2019 года Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» вошел в состав Федерального проекта [«Спорт – норма жизни!»](https://norma.sport/), который, в свою очередь, является частью Нацпроекта «Демография» на период 2019-2030 гг.

 Очень важно с дошкольного возраста начать прививать детям любовь к спорту, здоровому образу жизни. Необходимо, чтобы дети понимали важность здорового образа жизни, важность оптимистического настроя для счастливого будущего. 6-7 лет – это возраст, когда закладываются основы физического совершенства при одновременном становлении основных движений, развития важных функций и систем растущего организма. В последнее время воспитанники всех дошкольных образовательных организаций, которым исполнилось 6 лет, могут участвовать в подготовке и сдаче норм ГТО.

 Наш детский сад «Сибирячок», не исключение. И уже не первый год мы успешно сотрудничаем с МАУ ДО Абатского района «ДЮСШ «Импульс» в этом вопросе. Свой первый опыт работы в этом направлении мы приобрели еще в 2017 году. На базе детского сада мы осуществляем подготовку детей к сдаче нормативов первой ступени ГТО, начиная со старшей группы. С подготовительными группами в сентябре этого года мы провели первый этап сдачи норм ГТО. Первое испытание прошло 19.09.2023 г на стадионе села Абатское. «Осенний кросс» или бег на выносливость (шестиминутнй бег), задачей для ребят было пробежать 400, 600, 800 метров (для мальчиков) и 300,500, 700 метров (для девочек) за 6 минут без остановок. Все ребята-дошколята успешно справились с испытаниями первого этапа.

 Следующий этап испытаний прошел с 16 по 18 октября 2023 г. Здесь ребята показали свои скоростные возможности (бег на 30 метров), скоростно-силовые возможности (прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см), координационные способности (челночный бег 3x10 м (с) и гибкость (наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см). Второй этап испытаний был достаточно продолжительным по времени, но ребята после каждого испытания, становились все бодрее и энергичнее, что говорит о их целеустремленности и мотивированности. Мы с гордостью и радостью поддерживали и подбадривали наших ребят во время испытаний. Результатом выполнения испытаний станет получение знака отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)

 Огромную благодарность и признательность мы выражаем нашим родителям. Ведь они проявляют искренний интерес к тестированию ГТО и оказывают помощь. А ребята в свою очередь радуют их своими первыми успехами в спорте.

 Создавая в дошкольном учреждении условия по подготовке к проведению испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО, мы закладываем фундамент будущей здоровой, целеустремленной, социально развитой нации страны.

Подготовила: Демакова Т.С.

инструктор по физической культуре,

педагог высшей квалификационной категории