**ГТО в детском саду**

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, формируется личность человека. В это время ребенок интенсивно растет, 24 марта 2014г Президент России В. В. Путин подписал указ о возрождении норм ГТО «Готов к труду и обороне». В рамках обновленного ГТО предусматривается сдача спортивных нормативов в 18 возрастных группах, начиная с 6 лет.

В дошкольном возрасте (у детей 6-7 лет – первая ступень внедрения ГТО) закладывается основа для физического развития, здоровья и характера человека в будущем. В связи с преемственностью детского сада и школы, с введением сдачи норм ГТО в школьную программу, именно дошкольное образование ориентирует детей на сдачу комплекса ГТО в дошкольном возрасте.

Наше дошкольное отделениеN5 ГБОУ Школа 1034 имени Героя Советского Союза В.В.Маркина , тоже идёт в ногу со временем. Чакал Светлана Николаевна серьёзно начала готовить детей к сдаче нормативов .

Наши ребята принимают участие в контрольных упражнениях для диагностики физической подготовленности, начиная с 2019года.

Тогда дошкольникам приходилось сдавать нормативы наравне со школьниками 8 лет, по старым нормативам.

1 «Отжимания: сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу ». (выносливость, силовые способности)

2 «Челночный бег 3х10 м (общие координационные способности)

3 «Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (7см) золото» (гибкость)

4 «Метание теннисного мяча в обруч с расстояния 6м» (координация, меткость)

5 «Прыжки в длину с места». (скоростно-силовые способности) 115,

6 «Поднимание туловища из положения, лежа на спине за 1 мин» (силовые способности)

«Прыжки в длину», ««Поднимание туловища из положения, лежа на спине за 1 мин», «Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье», «Челночный бег 3х10 м» с этими упражнениями ребята справились на отлично, а метание в обруч теннисного мяча и отжимание от пола, дались дошкольникам гораздо сложней.

ГТО – это здоровье. Здоровый человек – счастливый человек.

Участие детей в таких мероприятиях, повышает интерес к физической культуре и здоровому образу жизни, как детей, так и взрослых. Подготовка и участие в сдаче норм ГТО позволит не только создать условия для укрепления здоровья детей, воспитание волевых качеств, развития стремления к победе и уверенности в своих силах, но и приблизить дошкольников к большому спорту.

Воспитатели тоже не стоят на месте : Костромина Юлия Александровна, сдала нормативы на золотой значок, а с 2022года Беляева Светлана Ивановна проявила свою инициативу и тоже приступила к подготовке детей к сдаче нормативов.

2019 год:

Были призёры золотой значок 1, серебряный значок 3, бронзовый значок 1

2021 год:

Были призёры золотой значок 1, серебряный значок 9, бронзовый значок 1

2022 год:

Были призёры золотой значок 7, серебряный значок 3, бронзовый значок 2

В 2020 году свои коррективы внесла пандемия по ковиду, дети не принимали участие.

Научить ребенка преодолевать трудности - одна из главных задач ГТО.

На протяжении 6 месяцев в 2022-2023 учебном году наши дошкольники ДО №5 готовились к сдаче нормативов. В феврале они вместе со школьниками приступили к испытаниям 1 ступени, а 12 марта на базе легкоатлетического манежа дворца спорта «Москвич» завершили сдачу нормативов, пройдя одно из самых сложных испытаний - смешанное передвижение 1000м. Все виды испытаний на выносливость, силу, быстроту, гибкость и координацию, успешно сданы, медали от своих наставников получены, осталось дождаться заслуженных значков и удостоверения.

11 апреля 2022 года, дошкольники вновь приступили к сдаче испытаний ГТО по новым нормативам, теперь они сдают их отдельно от учеников младших классов. Пожелаем им удачи во втором этапе, который пройдёт 25 мая.

Наша задача не просто сформировать будущего здорового физически и психологически человека, а быть частью системы этого развития. В этом нам поможет ГТО, оно весьма органично вписывается в данный процесс, в качестве завершающего фактора.

