

Почему комплекс ГТО стоит начинать с дошколят?

Очень важно с дошкольного возраста прививать детям любовь к спорту, здоровому образу жизни. Необходимо, чтобы дети понимали важность здорового образа жизни, важность оптимистического настроения для счастливого будущего: желание быть здоровым, заниматься спортом, закаляться, стремиться никогда не унывать, быть веселым.

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.

Детские сады должны стать фундаментом, на котором дети приобщаются к здоровому образу жизни и спорту. Свои первые значки ГТО ребята должны получать именно в дошкольных образовательных учреждениях.

Дети — подражатели. Если один ребенок получит значок, то остальные также захотят его получить. Взрослые должны помогать им достичь желаемой цели.



Стать 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!



К нормам ГТО - с детского сада



Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка» «ДЕТСТВО» г. Калуги
необособленное структурное подразделение
«Бережок»



2019 г.

Что такое комплекс ГТО

Комплекс ГТО — программа физического воспитания населения РФ, направленная на развитие спорта и оздоровления граждан страны. Данное мероприятие регулируется нормативно-правовой и методической базой. Спортивное движение ГТО несет в себе цель — сформировать интерес к занятиям спортом и усовершенствовать систему физического воспитания в школах, вузах и т. д.

Ступени

Программа ГТО разделена на 11 ступеней исходя из возраста желающих. Принять участие можно с 6 лет. При этом верхней границы по возрасту нет (70 лет и более).

I ступень 6-8 лет

II ступень 9-10 лет

III ступень 11-12 лет

IV ступень 13-15 лет

V ступень 16-17 лет

VI ступень 18-30 лет

VII ступень 31-40 лет

VIII ступень 41-50 лет

IX ступень 51-55 лет и старше

Нормы ГТО

Нормативы ГТО — степень развитости определенного навыка, что позволяет понять уровень физической подготовки участника.

Школьники попытаться свои силы могут с июня одного года до июля следующего. Трудоспособное население РФ приглашается к сдаче круглый год: с января по декабрь. Сдать сразу все тесты, к сожалению, не входит в правило мероприятия.

Каждому участнику будет предоставлена возможность попробовать себя только в 3-4 испытаниях. При неудачном выступлении у вас есть шанс пересдать норматив в течение года с 2-х недельным перерывом между испытаниями, но не более 3-х раз за весь год.

Что дает сдача ГТО

Кроме подтверждения уровня вашей физической подготовки, значок ГТО может быть полезен школьникам. Ведь сданные нормы ГТО дают баллы ЕГЭ. Максимально можно получить 10 баллов, но как минимум можно рассчитывать на 1-3 балла. Даже эти баллы могут иметь значение при поступлении. Существует особый значок отличия, выдаваемый Президентом РФ, при регулярном получении значков ГТО в течение нескольких лет.

Права для сдачи ГТО

Права для прохождения тестов ГТО определяются федеральным законом «О физической культуре и спорте в Российской Федерации». Они построены на принципах добровольности, обязательного медицинского присмотра, оздоровительной направленности.

Так как комплекс ГТО предполагает принцип добровольности, родители вправе отказаться от сдачи их ребенком норм ГТО. Проблема, с которой сталкиваются довольно часто родители, — ГТО выставляется обязательным мероприятием для участия. Надо понимать, что школа это делает для «галочки», чтобы показать численность участников. Однако родители должны отстаивать свои права, в случае если ребенок против выступления.

