

29 апреля на базе СОШ №133 прошло большое мероприятие: физкультурно-спортивный праздник для дошкольников, посвященный возрождению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Основной задачей праздника – приобщать дошкольников к здоровому образу жизни, повышать интерес к физической культуре, к разным видам спорта.

Наше дошкольное учреждение представляли 5 ребят старшего дошкольного возраста.

Праздник открылся парадами команд. Каждая представила свое название и девиз. Перед началом эстафет прошло торжественное награждение ребят, которые уже сдали нормы ГТО.

Свои физические качества ребята, как маленькие олимпийцы, проявляли при проведении различных эстафет. Это способствует приобщению детей к традициям большого спорта, укреплению здоровья, выявление интересов, склонностей, спортивных способностей, подведение итогов работы коллектива по развитию быстроты, ловкости, силы, точности, выносливости детей, а также воспитание умения не только побеждать, но и проигрывать.

Праздник прошел плодотворно, весело, зарядив участников хорошим настроением. Он дал возможность ребятам гордиться своими успехами, и стремиться к победе!



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 сенситивным 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.



Николай Валуев, чемпион мира по версии Всемирной боксерской ассоциации WBA: «Детские сады должны стать фундаментом, на котором мы будем приобщать детей к здоровому образу жизни и спорту. Свои первые значки ГТО ребята должны получать именно в дошкольных образовательных учреждениях. Для «ясельной группы» ГТО достаточно придумать «Веселые старты». В них не должно быть проигравших.

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



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.



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!



29 апреля на базе СОШ №133 прошло большое мероприятие: физкультурно-спортивный праздник для дошкольников, посвященный возрождению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Основной задачей праздника – приобщать дошкольников к здоровому образу жизни, повышать интерес к физической культуре, к разным видам спорта. Наше дошкольное учреждение представляли 5 ребят старшего дошкольного возраста.

Праздник открылся парадам команд. Каждая представила свое название и девиз. Перед началом эстафет прошло торжественное награждение ребят, которые уже сдали нормы ГТО.

На данный момент мы вступили в проект ГТО «папа, мама, я – ГТО сдает семья», количество участников зависит от вас.

И сегодня на нашу встречу мы пригласили директора ЦЕНТРА ТЕСТИРОВАНИЯ ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА "ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ. Цепенюк Андрея Михайловича.

Чтобы он нам поподробнее рассказал про нормы и сдачу ГТО.

6 Сл. и так давайте вспомним Что такое ГТО – это всероссийский физкультурно – спортивный комплекс направленный на развитие массового спорта и оздоровления нации.

Комплекс предусматривает подготовку и выполнение различных возрастных групп от 6-70 лет. Установленных нормативных требований по трем уровням трудности, соответствующим золотому, серебряному и бронзовому знаку отличия «Готов к труду и обороне.»

7 СЛ Структура Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса состоит из 11 ступеней, включает следующие возрастные группы

I ступень «Играй и двигайся»: 6–8 лет (ДОУ, 1–2 классы)

II ступень «Стартуют все»: 9–10 лет (3–4 классы)

III ступень «Смелые и ловкие»: 11–12 лет (5–6 классы)

IV ступень «Олимпийские надежды»: 13–15 лет (7–9 классы)

V ступень «Сила и грация»: 16–17 лет (10–11 классы, среднее профессиональное образование)

VI ступень «Физическое совершенство»: 18–30 лет

VII ступень «Радость в движении»: 31–40 лет

VIII ступень «Бодрость и здоровье»: 41–50 лет

IX ступень «Здоровое долголетие»: 51–55 лет и старше

8. СЛ 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.

9СЛ Определение уровня скоростных возможностей – челночный бег

10.СЛ определение уровня развития выносливости- смешанное передвижение 1 км.

11. СЛ определение уровня развития силы - Подтягивание на высокой или низкой перекладине

12.СЛ определение уровня развития гибкости- Наклон вперед из положения стоя

13. СЛ 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.

14 сл. Определение уровня развития скоростно-силовых возможностей - Прыжок в длину с места

15.сл Определение уровня координационных способностей- метание теннисного мяча в цель.

16 СЛ Определение уровня овладения прикладными навыками - Бег на лыжах, кросс по пересеченной местности, плавание

17 сл . нормы

18. СЛ Почему ГТО стоит прививать, именно, начиная с дошколят?

Этот период детства характеризуется постепенным совершенствованием всех функций детского организма. Ребенок этого возраста отличается чрезвычайной пластичностью.

19 СЛ 5 простых шагов к сдаче норм ГТО

20 СЛ Регистрация на Всероссийском портале комплекса gto.ru
После регистрации пользователю присваивается Уникальный идентификационный номер (УИН). Таким образом пользователь получает доступ в Личный кабинет, в котором показывается его история участия в сдаче норм ГТО

21 СЛ Подача Заявки на выполнение испытаний ГТО в Центр тестирования
Заявку на тестирование можно подать как в электронном, так и в бумажном варианте в Центр тестирования по адресу: г. Барнаул, ул. Молодежная, 2.
К заявке прилагается Согласие на обработку персональных данных.

22 СЛ. Шаг 3: Получение медицинского допуска

Шаг 4: Выполнение испытаний комплекса ГТО

В день тестирования при себе нужно иметь документ, подтверждающий личность с фотографией. А также сменную одежду и обувь в соответствии с видом испытания.

Шаг 5: Получения Знака отличия Комплекса

Ресурсные возможности для реализации проекта

МАДОУ для детей

Спортивная школа №6 для родителей