

Консультация для родителей



**«Всем, всем, всем!
Вперед к получению
знака отличия ГТО»**

В одном детском стихотворении С. Я. Маршака 1937 года «Рассказ о неизвестном герое» пожарные, милиция и фотографы разыскивают двадцатилетнего парня, спасшего из огня девочку.

Из примет —

«Среднего роста, плечистый и крепкий,

Ходит он в белой футболке и кепке.

Знак „ГТО“ на груди у него.

Больше не знают о нем ничего»,

сообщает читателю Маршак.

Ирония стихотворения заключалась в том, что значкистов ГТО в то время было больше половины страны, и каждый был готов к труду и обороне!

Те, кто учился в школе еще до распада Советского Союза, помнят три заветные буквы — ГТО, или «Готов к труду и обороне» — программу физической и культурной подготовки, которая основывалась на единой и поддерживаемой государством системе патриотического воспитания населения.

Зачем сдавать нормы ГТО в современном мире?

Ответ на этот вопрос для каждого молодого человека может быть свой. Кто-то хочет сравнить себя со старшими членами семьи, имеющими советский знак ГТО. Кто-то хочет попробовать достичь конкретного результата и проверить свою силу воли и настойчивость. А кто-то просто привык быть первым в учёбе и спорте. Все люди разные. Однако, *у всех, кто добровольно решил пройти испытание комплексом ГТО, есть одна общая черта, — целеустремлённость.* Именно эта черта является наиболее важной для людей XXI века. Только целеустремлённые и физически подготовленные люди смогут добиваться успеха в условиях конкуренции на рынке труда.

ГТО — это не просто получение знака отличия, это в первую очередь совершенствование самого себя, своего внутреннего «Я». Подготавливая себя к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса, Вы оттачиваете свою координацию, становитесь более целеустремленным, морально и физически закаленным. Знак отличия ГТО — это показатель активной жизненной позиции гражданина Российской Федерации, его стремление к здоровому образу жизни.

Почему нормы ГТО стоит сдавать именно, начиная с дошкольного возраста?

Физическое развитие ребенка – это в том, числе, развитие двигательных навыков. Координацию движений определяют развитием мелкой и большой моторики. Именно с раннего возраста 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 пластичностью, гибкостью, открытостью ко всему новому и интересному. Этот период – период самого активного развития ребенка, в двигательном, так и в психическом развитии.

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

Игра – это основа жизни ребенка, движение – основа жизни, а вместе, это двигательные игры – то, что занимает примерно 90% времени всей деятельности ребенка дошкольного возраста

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.

Комплекс ГТО состоит из 11 ступеней и рассчитан на граждан от 6 до 70 (и старше) лет.

Цели и задачи комплекса ГТО и требования ФГОС ДО (Федерального образовательного стандарта дошкольного образования) звучат в унисон: повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма и обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания населения.

Таким образом, комплекс ГТО способствует не только физическому развитию дошкольников, повышению индекса здоровья, но и является центром системы спортивно — патриотического воспитания. Путем вовлечения в спортивную деятельность у детей формируется опыт патриотического поведения, что в свою очередь способствует формированию ценностных ориентаций в контексте почётного гражданского достижения.

Первый шаг к получению знака отличия ГТО - регистрация на официальном сайте gto.ru

Нажимаете кнопку "регистрация" и заполняете все поля по инструкции. Если участником является ребенок, то все поля заполняются на ребенка.

Подготовку к сдаче норм ГТО можно проводить с ребенком самостоятельно. Для этого необходимо помнить следующие правила:

- Одежда для спортивных занятий должна соответствовать сезону и уровню двигательной активности во время занятий. Она должна быть удобной и практичной.
- Особое внимание следует уделять спортивной обуви, перчаткам и головному убору (в зимнее время).
- Спортивная обувь должна быть удобной, лёгкой, соответствовать размеру ноги.

Во время занятий в холодное время года (зима, поздняя осень, ранняя весна) нельзя допускать промокания ног, резкого переохлаждения организма, особенно после интенсивной физической нагрузки. Пробежав зимой дистанцию на скорость, необходимо как можно быстрее попасть в тёплое помещение и сменить одежду.

РОДИТЕЛИ, ПОМНИТЕ: дети — подражатели. Если один ребенок получит значок, то остальные также захотят его получить. И мы должны помогать им достичь желаемой цели. А еще лучше - получить знаки отличия ГТО вместе и родителям, и детям, тем самым способствовать укреплению спортивного духа и повышению моральных ценностей всей семьи.

