

Зачем нужен комплекс ГТО в дошкольном возрасте?

Инструктор по физической культуре

д/с «Тополёк»

Падирякова Ираида Геннадьевна

Сдача норм ГТО в ДОУ преследует 3 цели: здоровье, спорт, победу.

Президент России В.В. Путин, предложил возродить существовавшую в СССР программу физической подготовки детей и взрослых под названием «Готов к труду и обороне», или ГТО, введенный в 1931 году.

Для каждой возрастной группы были установлены соответствующие требования и нормативы физической подготовки. Сдача нормативов подтверждалась специальными значками –бронзовыми, серебряными и золотыми значками ГТО.

В наши дни, к 14 годам две трети детей в России уже имеют хронические заболевания. Для решения этой проблемы и укрепления здоровья детей президент В. Путин и предложил воссоздать систему ГТО в новом формате с современными нормативами, которые будут соответствовать уровню физического развития ребёнка.

Президент также предложил вносить оценку уровня физической подготовки школьника в аттестат и учитывать её при поступлении в вузы.

Ребенок начинает движение еще в дородовый период. В животе у мамы он уже двигает руками и ногами. Взрослые смеются, что ребенок растёт футболистом. Любая мама знает, что ребенок должен шевелиться и двигаться, обратная ситуация- повод для беспокойства и обращение к врачу. Это естественно, не зря существует такое выражение, как «**Движение – это жизнь**». А дошкольный период– яркое тому подтверждение и фактически непреложная истина.

Посмотрим с физической точки зрения, почему ГТО стоит прививать, именно, начиная с дошколят? **Физическое развитие ребенка – это, прежде всего двигательные навыки.** Например, в два года ребенок уже должен координироваться в пространстве. Если ребенок хорошо управляет своим телом, то ему будет легко

осваивать и познавать все вокруг. Именно в дошкольном возрасте закладывается основа для физического развития, здоровья и характера человека в будущем. В дошкольном возрасте отчетливо намечаются генетические особенности детей. 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. Именно, в дошкольном детстве закладываются основы и проблемы всего будущего человека. С точки зрения же психологов, динамика физического развития неразрывно связана с психическим и умственным развитием. К примеру, развитие движения рук напрямую связаны с развитием речи.

Дело в том, что в коре головного мозга есть зоны, отвечающие, за движения рук, и эти зоны находятся очень близко с зонами, отвечающими за развитие речи. И так повсеместно. Наша задача не просто сформировать будущего здорового физически и психологически человека, а быть частью системы этого развития.

Комплекс ГТО вполне может справиться с этой задачей, мотивируя родителей и общество, не сажать ребенка за компьютер, радуясь, что он в пять уже читает и знает таблицу умножения, но при этом совершенно не состоятелен в социальной сфере.

Например, познание напрямую связано с хождением, бегом, поворотами. Сфера познания развивается в движении. Замечено, что стихи дети лучше всего запоминают, именно двигаясь, например, по пути из детского сада, легче всего выучить стихотворение, заданное для утренника, чем дома, сидя на стуле. Фактически, двигательная активность ребенка и его развитие – это принцип естественного воспитания ребенка, и ГТО весьма органично вписывается в данный процесс, в качестве завершающего фактора.

Кроме того, участие в подобного рода мероприятиях повышает интерес к физической культуре и здоровому образу жизни, как детей, так и взрослых.

Подготовка и участие в сдаче норм ГТО позволит создать условия для укрепления здоровья детей, воспитания волевых качеств, развития стремления к победе и уверенности в своих силах.

Во время соревнований дети получают не только радость от своих результатов, но и учатся переживать за товарищей, а также чувствуют себя маленькими участниками огромной команды спортсменов России.