






# ГТО - в детский сад навстречу здоровью!

*Спорт ребятам очень нужен!  
Мы со спортом крепко дружим!  
Спорт — помощник, спорт — здоровье,  
Спорт — игра, физкульт-ура!*

В России с марта 2014 года возрождаются нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» — ГТО. Его цель – как можно больше привлечь людей, особенно детей, к занятиям физической культурой и спортом. Ведь спорт имеет огромную воспитательную ценность, формирует характер, волю, стремление к победе.

В дошкольном возрасте закладывается основа для физического развития, здоровья и характера человека в будущем. В связи с преемственностью детского сада со школой, с введением сдачи норм ГТО в школьную программу, именно дошкольное образование ориентирует детей на сдачу комплекса ГТО. В рамках подготовки воспитанников к сдаче норм ГТО и реализации здоровьесберегающих технологий, в нашем детском саду мы провели предварительные соревнования «**Все на старт!**». В программу соревнований вошли следующие контрольные упражнения:

-  Челночный бег 3x10м (оценка общих координационных способностей).
-  Прыжок в длину с места (измерение динамической силы нижних конечностей).
-  Поднимание туловища из положения лёжа на спине (оценка силы мышц «брюшного пресса»).
-  Наклон туловища вперёд в положении стоя (оценка гибкости путём измерения подвижности в позвоночнике и тазобедренных суставах, а также состояния связочно-мышечного аппарата).
-  Бег 300м (оценка общей выносливости).

 *Бег 30м (оценка быстроты).*

В соревнованиях участвуют дети 6-7 лет.

По завершению соревнований будут объявлены победители среди детей подготовительных групп, которые примут участие в городской спартакиаде «Малыш», а малыши средних и старших групп будут отмечены грамотами и сувенирами. У всех родителей будет уникальная возможность познакомиться с результатами физического развития своего ребенка через **интернет-приложение**, которое разработано при информационной поддержке Департамента по спорту и молодежной политике Администрации города Тюмени. **Пожелаем нашим юным спортсменам победы над собой и соперниками!**

*Информацию подготовила*

*Инструктор по Ф.К. Маркова С.В.*