

МБДОУ я/с «ПОДСНЕЖНИК» комбинированного вида

Консультация для педагогов "ГОТОВИМ ДОШКОЛЬНИКОВ к сдаче норм ГТО"

Подготовила: инструктор по
физической культуре
Гладкая И.Н.

г. Северобайкальск

2017 год

Президент России Владимир Путин предложил **возродить** существовавшую в СССР программу физической подготовки детей и взрослых ГТО. С 1 сентября 2014 года, по поручению президента России, снова ввелся физкультурный комплекс ГТО. Спортивные нормативы школьники будут сдавать с шести лет. За хорошие результаты подросткам обещают присвоение спортивных разрядов и званий, а также знаки отличия. А с 2015 года, помимо результатов ЕГЭ, при поступлении в ВУЗы будут учитывать и результаты сдачи норм ГТО.

Принять участие в новом комплексе ГТО теперь сможет любой желающий человек. Новая система предусматривает целых 11 **возрастных групп**.

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.

Посмотрим с физической точки зрения, почему ГТО стоит прививать, именно, начиная с **дошколят**. Физическое развитие ребенка – это, прежде всего двигательные навыки. В два года ребенок уже должен координироваться в пространстве. Координацию движений определяют развитием мелкой и большой моторики. С большой моторикой связаны движения ребенка, благодаря которым он может передвигаться в пространстве. Сюда относят ходьбу и бег.

Дошкольный период самый активный в развитии ребенка, как в физическом, так и в психическом. Существует мнение, что за семь первых лет – ребенок проходит большой эволюционный путь, который наши предки растянули на века и тысячелетия. 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.

Задача взрослых состоит не просто в том, чтобы сформировать будущего здорового физически и психологически человека, а быть частью системы этого развития. ГТО вполне может справиться с этой задачей, мотивируя родителей и общество, не садить 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. Спросите любого творческого человека, поэта или писателя очень часто их произведения создаются во время ходьбы. Идет стимулирование деятельности мозга. 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.

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс предусматривает подготовку к выполнению и непосредственное выполнение различными возрастными группами от 6 лет установленных нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО) по 3

уровням трудности, соответствующим золотому, серебряному и бронзовому знакам отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.

Поэтому в дошкольных образовательных организациях в рамках образовательной области «Физическое развитие» Федерального образовательного стандарта дошкольного образования большое внимание уделяется развитию физических качеств детей.

Физические качества у детей проявляются через двигательные навыки и умения, а они, в свою очередь, обусловлены достаточным уровнем их развития.

Для выполнения ряда движений детям старшего дошкольного возраста необходим определенный уровень развития быстроты, выносливости, ловкости, гибкости, силы. Без этого движениям детей, несмотря на их разнообразие, не хватает экономичности, целесообразности, они не могут проявить полностью имеющийся резерв возможностей организма.

Игра – это основа жизни ребенка, движение – основа жизни, а вместе, это двигательные игры – то, что занимает примерно 90% времени всей деятельности ребенка дошкольного возраста. А если обратиться к тому, что мы развиваем познавательную функцию ребенка – его любознательность и стремление узнавать и учиться. Вспомним, что познавательная функция развивается именно через движение, так же как и речь, и даже художественно-эстетическое развитие. Одним из главных значений подвижной игры является развитие физических качеств ребёнка.

Постоянно изменяющаяся обстановка в игре, быстрый переход участников от одних движений к другим способствуют развитию ловкости. Например, игра: «Кошка и мышки»

Для воспитания силы хорошо использовать игры, требующие проявления умеренных по нагрузке, кратковременных скоростно-силовых напряжений. Например, игра: «Сильная команда»

Игры с многократными повторениями напряженных движений, с постоянной двигательной активностью, что вызывает значительные затраты сил и энергии, способствуют развитию выносливости. Например, игра: «Чай, чай, выручай!»

Совершенствование гибкости происходит в играх, связанных с частым изменением направления движений. Например, игра: «Чиполино»

Если решается задача развития качества быстроты следует подбирать игры, требующие мгновенных ответных реакций на зрительные, звуковые или тактильные сигналы. Эти игры должны включать в себя физические упражнения с периодическими ускорениями, внезапными остановками, стремительными рывками, бегом на короткие дистанции в кратчайший срок и другими двигательными актами, направленными на сознательное и целеустремленное

опережение соперника. Быстрота развивается во многих подвижных играх: «Например, игра: «Кто быстрее»»

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс основывается на следующих принципах:

- а) добровольность и доступность;
- б) оздоровительная и личностно ориентированная направленность;
- в) обязательность медицинского контроля;
- г) учет региональных особенностей и национальных традиций.

Этих принципов придерживается и инструктор по физической культуре, готовя своих воспитанников к сдаче нормативов первой ступени Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса для детей от 6 до 8 лет.

Подвижные игры для детей подбираются в соответствии с возрастом и физическим развитием ребенка, педагогический процесс строится на основе личностно ориентированных технологий и дифференцированного подхода к детям, в ДОУ осуществляется медико-педагогический контроль на физкультурных занятиях, детям прививаются национальные традиции с помощью народных подвижных игр.

Необходимо не забывать такой важный элемент дошкольного образования, как недавно объявленный проект ФГОС ДО – Федеральный Государственный Образовательный Стандарт Дошкольного Образования. Ключевым принципом стандарта объявлено – разность развития ребенка, возврат к игре и развитие высших функций.

Так что, можем с уверенностью сказать, что ФГОС и ГТО тесно взаимосвязаны друг с другом через дошколят и дошкольное образование в целом.