



Уважаемые родители!

К сдаче норм ГТО готовимся с детского сада!

Почему Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО стоит прививать, именно, начиная с дошколят?

Физическое развитие ребенка – это, прежде всего двигательные навыки.

- 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. Заниматься в спортивных секциях и кружках.
- Этот период – период самого активного развития ребенка, в двигательном, так и в психическом развитии.

Во всех регионах России дошкольники готовятся к сдаче норм ГТО.

В детских садах проводятся спортивные игры и соревнования, во время которых ребята сдают нормы ГТО первой ступени (от 6 до 8 лет).

В рамках ежегодного мониторинга в МДОУ №4 дети выполняют

обязательные тесты:

Челночный бег (10 м. по 3 раза); гибкость (наклон вперед вниз, стоя на скамье); смешанное передвижение на 1000м; сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.

Испытания по выбору:

Прыжки в длину с места; метание теннисного мяча в цель - дистанция 6м.; поднимание туловища из положения, лежа на спине.

Для сдачи норм ГТО вам необходимо:

1. Зарегистрировать ребенка на сайте www.GTO.ru
2. Заполнить «Согласие на обработку данных»
3. При регистрации вам необходимо внести свой адрес электронной почты. На этот адрес будет выдан УИН (уникальный идентификационный номер), который вам необходимо записать или запомнить.

*Сдать ГТО совсем непросто,
Ты ловким, сильным должен быть,
Чтоб нормативы победить,
Значок в итоге получить.*

