**Комплекс ГТО как условие физического и трудового воспитания личности**

Содержание

[Введение 3](#_Toc441226196)

[История ГТО 5](#_Toc441226197)

[Цели и принципы комплекса ГТО на современном этапе 10](#_Toc441226198)

[Подготовка к комплексу ГТО в ДОУ 14](#_Toc441226199)

[Заключение 19](#_Toc441226200)

[Литература 20](#_Toc441226201)

# Введение

В настоящее время специалисты в области физического воспитания и спорта все настойчивее обращают внимание на то, что задачи модернизации российского образования выдвигают новые требования к системе физического воспитания учащихся. Воспитательная роль физической культуры, особенно в отношении молодого поколения, неизмеримо велика. Поэтому преподавательская деятельность в школе направлена на эффективную организацию учебного процесса, который способствует психологическому и социально-культурному становлению учащихся, путем создания условий для формирования осознанной потребности в занятиях физическими упражнениями и повышением уровня физической подготовленности.

Физическое состояние, уровень физической подготовленности, ухудшение здоровья учащихся предопределяют невозможность противостояния неблагоприятным условиям внешней среды и трудностям, связанным с изменением социально-политического и экономического устройства общества. От физического и психического здоровья, социального благополучия во многом зависит работоспособность будущих специалистов с высшим образованием, тот вклад, который они призваны внести в возрождении России.

24 марта 2014 г. вышел Указ Президента Российской Федерации о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне». В нем говорится о том, что для дальнейшего совершенствования государственной политики в области физической культуры и спорта в Российской Федерации с 1 сентября 2014 г. вводится в действие Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне».

Более двадцати последних лет учебные программы школы строились без учета задач и содержания комплекса ГТО. Внедрение нового Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в практику учебных заведений потребует совершенствования государственных образовательных стандартов образования и программ по дисциплине «Физическая культура», поиска новых форм и методов практической работы.

В настоящее время тема возрождения **комплекса «ГТО»** является актуальной, так как содержит нормативную основу физического воспитания и является критерием определения уровня физической подготовленности.

Основные задачи:

* определение уровня физической подготовленности учащихся, владение практическими умениями и навыками физкультурно-оздоровительной и прикладной направленности;
* организация массового физкультурно-спортивного досуга учащихся;
* пропаганда здорового образа жизни среди учащихся;
* повышение интереса молодежи к развитию физических и волевых качеств, готовности к труду и защите Родины.

Целью внедрения Комплекса ГТО в настоящее время является повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма и гражданственности, улучшении качества жизни граждан Российской Федерации.

# История ГТО

Развитие физической культуры и обучение населения военным навыкам стали в СССР приоритетными задачами, выполнение которых контролировалось первыми лицами государства. В первый же год советской власти ВЦИК РСФСР приняло декрет «Об обязательном обучении военному искусству». Начиная с апреля 1918 года мужчины и женщины от 18 до 40 лет обязаны обучаться военному делу по месту работы.

Для этих целей в 1920 году при академии РККА в Москве, а затем и в других учебных военных заведениях создается военно-научное общество (ВНО) и его отделения. Председателем ВНО избирается нарком по военным и морским делам М.Фрунзе. В 1923 и 1924 годах организуются Общество друзей воздушного флота (ОДВФ) и Общество друзей химической обороны и химической промышленности (ДОБРОХИМ).

Перед всеми этими организациями стояла по сути одна задача, сформулированная М.Фрунзе на первом Всесоюзном совещании ВНО в мае 1925 года: «Нам нужно покрепче внедрить в сознание всего населения нашего Союза представление о том, что современные войны ведутся не одной армией, а всей страной в целом, что война потребует напряжения всех народных сил и средств, что война будет смертельной, войной не на жизнь, а на смерть, и что поэтому к ней нужна всесторонняя тщательная подготовка еще в мирное время».

В 1927 году путем слияний и реорганизаций нескольких военно-спортивных объединений в СССР создается самая крупная из специализированных общественных организаций – Общество содействия обороне, авиационному и химическому строительству (ОСОАВИАХИМ).

Уже к началу 1928 года эта организация насчитывает около 2 млн. человек. По всей стране под эгидой ОСОАВИАХИМа строятся тиры, стрельбища, создаются аэроклубы и военно-спортивные кружки, где молодежь проходит подготовку по таким специальностям, как радист, телеграфист, парашютист, моторист, санитар, медсестра, пилот и др.

24 мая 1930 года газета «Комсомольская правда» опубликовала материалы о необходимости введения единого критерия для оценки всесторонней физической подготовленности молодежи. Предлагалось установить специальные нормы и требования, а тех, кто их выполнит, награждать значком. Инициатива Ленинского комсомола получила признание в широких кругах общественности, и по поручению Всесоюзного Совета физической культуры при ВЦИК СССР был разработан проект комплекса ГТО, который в марте 1931 года после обсуждения в различных общественных организациях страны был утвержден.

Впервые введенный комплекс ГТО состоял из одной ступени, которая включала 15 нормативов по различным физическим упражнениям (бег, прыжки, метания, плавание, лыжи и др.). Кроме того, сдающие комплекс должны были знать основы советского физкультурного движения и военного дела.

В 1931 году вводится Всесоюзный физкультурный комплекс «Готов к труду и обороне СССР» (ГТО), который становится программной и нормативной основой системы физического воспитания для всей страны. Цель вводимого комплекса – «дальнейшее повышение уровня физического воспитания и мобилизационной готовности советского народа, в первую очередь молодого поколения…». Основное содержание комплекса ГТО было ориентировано на качественную физическую подготовку сотен миллионов советских людей.

Начиная с 1931 года активисты ОСОАВИАХИМа ведут широкую пропагандистскую деятельность, проводят занятия по противовоздушной и противохимической обороне на заводах и фабриках, в государственных учреждениях и учебных заведениях. К обязательным занятиям привлекаются все учащиеся общеобразовательных школ, профессионально-технических, средних специальных и высших учебных заведений, личный состав Вооружённых Сил СССР, милиции и некоторых других организаций. Желающие заниматься физкультурой и спортом в свободное от работы и учёбы время посещают учебно-тренировочные занятия и участвуют в спортивных соревнованиях. Очень быстро спортивно-оборонный комплекс становится популярен. Проводятся масштабные соревнования на звание Чемпионов комплекса ГТО по отдельным его видам, которые по популярности не уступают Спартакиадам и центральным футбольным матчам сезона.

Высокая идейная и политическая направленность комплекса ГТО, простота и общедоступность физических упражнений и видов спорта, включенных в его нормативы, их очевидная польза для укрепления здоровья и развития навыков и умений, необходимых в повседневной жизни, сделали комплекс ГТО популярным среди населения и особенно среди молодежи. В 1931 году значкистами ГТО стали 24 тысячи физкультурников, в 1932-м — 465 тысяч и в 1933 году 835 тысяч физкультурников. К весне 1935 года количество значкистов ГТО достигает 1,2 миллионов человек.

В 1932 году была введена 2-я ступень комплекса ГТО, содержащая 25 норм: 3 теоретических требования и 22 практических испытания по различным видам физических упражнений. Она была значительно сложнее. Сдать все нормативы можно было только при условии систематических тренировок.

В 1934 году был учрежден значок «Будь готов к труду и обороне» для школьников 14-15 лет, который состоял из 16 норм спортивно-технического характера и требований по санитарной подготовке. Значкист БГТО, кроме того, должен был уметь провести занятия по одному из видов спорта, знать правила и уметь судить спортивные игры.

В зависимости от уровня достижений сдающие нормативы каждой ступени награждаются золотым или серебряным значком «ГТО», выполняющие нормативы в течение ряда лет — «Почётным значком ГТО». Для коллективов физкультуры предприятий, учреждений, организаций, добившихся особых успехов по внедрению комплекса ГТО, учреждается специальный знак отличия - «За успехи в работе по комплексу ГТО».

В августе 1935 года ЦК ВКП(б) и СНК СССР призывают ОСОАВИАХИМ направить максимум усилий на подготовку резервов для армии и флота.

Важным этапом в истории отечественного спорта явилась введенная в 1937 году всесоюзная спортивная классификация, в которую были включены нормы и требования по 10 видам спорта: легкой атлетике, гимнастике, тяжелой атлетике, боксу, борьбе, плаванию, теннису, фехтованию, конькобежному и стрелковому спорту. К концу 1939 года в СССР было подготовлено свыше 100 тысяч спортсменов-разрядников, в том числе 6420 спортсменов первого, 18 798 — второго и 76 892 — третьего разрядов.

К концу 30-х годов стал вопрос об улучшении содержания комплекса ГТО. Его нормативы тщательно обсуждались научными и практическими работниками физического воспитания и в 1939 году был разработан новый комплекс ГТО, который 26 ноября 1939 года был утвержден специальным постановлением Совета Народных Комиссаров СССР «О введении нового физкультурного комплекса «Готов к труду и обороне СССР».

Только за 1938-39 гг. нормы ГТО 1 и 2 ступени и БГТО («Будь готов к труду и обороне») сдают более 2,5 млн. человек. Количество спортивных сооружений в стане увеличивается с 39 тысяч в 1936 году до 83 тысяч к концу 1939 года. К этому же времени в стране действует 62 тысячи физкультурных коллективов, объединявших 5 млн. человек. В системе противовоздушной и противохимической обороны только за 1939 год прошло обучение почти 8 млн. человек.

Перед Великой Отечественной войной подготовку в ОСОАВИАХИМ прошли до 80% военнослужащих сухопутных войск и флота и до 100% авиации. В 1938 году в одном из писем Сталин писал: «...Нужно весь наш народ держать в состоянии мобилизационной готовности перед лицом опасности военного нападения, чтобы никакая «случайность» и никакие фокусы наших внешних врагов не могли застигнуть нас врасплох...»

Благодаря ГТО миллионы советских людей получили навыки маршевой, лыжной, стрелковой подготовки, плавания, метания гранат, преодоления водных преград и препятствий, что имело огромное значение в годы Великой Отечественной войны.

Принятая в 1931 году программа комплекса ГТО состоит из двух частей – БГТО для школьников младших и средних классов (4 ступени) и ГТО для людей старше 16-ти лет (3 ступени). Далее нормативы и классификация ГТО непрерывно совершенствуются. Определенные изменения в комплекс ГТО были внесены в 1940, 1947, 1955, 1959, 1965 годах.

В 1966 году по инициативе ЦК ДОСААФ была разработана и введена в действие еще одна ступень комплекса ГТО – «Готов к защите Родины» (ГЗР). Она была рассчитана на юношей допризывного возраста и включала выполнение ряда требований по спортивно-техническим видам спорта и овладение одной из военно-прикладных специальностей (моториста, шофера, мотоциклиста, радиста).

В 1972 специальным постановлением ЦК КПСС и Совета Министров СССР введён новый комплекс ГТО, в котором появляются ступени для школьников 10—13 лет и трудящихся 40—60 лет. Это позволяет расширить возрастные рамки комплекса ГТО и охватить население с 10 до 60 лет.

Каждой из пяти ступеней нового комплекса ГТО дано свое название:

1-я ступень - «Смелые и ловкие»

2-я ступень — «Спортивная смена»

3-я ступень — «Сила и мужество»

4-я ступень — «Физическое совершенство»

5-я ступень — «Бодрость и здоровье».

К началу 1976 года наша страна насчитывала свыше 220 млн. значкистов ГТО всех ступеней.

Последний Всесоюзный физкультурный Комплекс «Готов к труду и обороне СССР» (ГТО) был введен в январе 1985 года. Он был адресован людям от 16 до 60 лет.

В Вооружённых Силах СССР с 1972 г. действовал военно-спортивный комплекс, соответствующий 4-й ступени ГТО.

С 1974 года проводились Всесоюзные первенства по многоборьям ГТО (в 1975 году в массовых стартах участвовали 37 000 000 чел., в финале — около 500 чел.; призёрам 4-й ступени присваивалось звание мастера спорта международного класса). За семь лет существования соревнований по многоборью ГТО свыше 350 000 юношей и девушек стали чемпионами районов, городов, областей, республик, 7 человек носят почетный титул чемпиона мира по многоборью ГТО, один человек стал первым в истории советского физкультурного движения мастером спорта СССР по многоборью.

# Цели и принципы комплекса ГТО на современном этапе

Министерством спорта Российской Федерации совместно с Министерством образования и науки Российской Федерации во исполнение Указа Президента России В.В. Путина от 24 марта 2015. № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне (ГТО)» разработаны и утверждены:

- план поэтапного внедрения комплекса ГТО в Российской Федерации;

- положение о комплексе ГТО;

- государственные требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении норм ГТО;

- методические рекомендации по организации проведения тестов, входящих в комплекс ГТО.

В качестве научно-практической и методической основ комплекса принято исследование, проведенное ВНИИФК в 2006-2009 годах на базах 11 федеральных экспериментальных площадок.

Внедрение комплекса ГТО планируется в 3 этапа:

1. С 2014 года по декабрь 2015 года – организационно-экспериментальный этап: внедрение ГТО среди обучающихся в образовательных организациях, среди муниципальных и государственных служащих, государственных учреждений и предприятий;

2. 2016 год - этап введения комплекса у обучающихся и перечисленных раннее категорий населения + все остальные категории граждан;

3. 2017 год – этап повсеместного введения комплекса ГТО

В план поэтапного внедрения комплекса ГТО включают мероприятия по совершенствованию законодательной базы, принятию нормативных актов, стимулированию населения к выполнению нормативов комплекса, обучению кадров, научно-методическому, информационно-пропагандистскому обеспечению, проведению мониторинга.

Новый комплекс ГТО имеет существенные отличия от своего предшественника – ГТО -1985. Внесено более 300 изменений, включая введение бронзового знака отличия.

Комплекс ГТО состоит из двух частей:

1. Нормативно-тестирующая, предусматривает общую оценку уровня физической подготовленности населения;

2. Спортивная, направленная на привлечение граждан к занятиям физической культурой и спортом в целью выполнения разрядных нормативов и получения массовых спортивных разрядов.

Испытания комплекса ГТО направлены на обеспечение объективного контроля уровня развития основных физических качеств: выносливости, силы, быстроты, координации и гибкости, а также уровня овладения прикладными умениями и навыками.

Виды испытаний учитывают возрастные особенности занимающихся от 6 до 70 лет и старше по 11 ступеням (возрастным группам).

Испытания:

- Челночный бег 3\*10 м

- Бег 30, 60, 100 м

- Бег 1000; 1500; 2000; 2500; 3000 м

- Прыжок в длину с места, тройной прыжок в длину с места и прыжок в длину с разбега

- Подтягивания на низкой (из виса лежа) и высокой (из виса) перекладинах, рывок гири, сгибание и разгибание рук в упоре лежа, поднимание туловища из положения лежа на спине

- Сгибание и разгибание рук в упоре лежа

- Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту

- Наклон вперед из положения стоя на полу или гимнастической скамье

- Метание спортивного снаряда в цель и на дальность

- Рывок гири 16 кг

- Плавание 10, 15, 25, 50 м

- Бег на лыжах или кросс по пересеченной местности 1, 2, 3, 5, 10 км

- Стрельба из пневматической винтовки или электронного оружия из положения сидя и положения стоя

- Турпоход

Процесс тестирования предусматривает предварительную подготовку, допуск врача и соревнования по выполнению нормативов.

Бронзовый, серебряный и золотой знаки отличия ГТО соответствуют трём видам сложности. Золотой знак может получить выполнивший нормативы, соответствующие серебряному знаку отличия, и имеющий спортивные звания и разряды не ниже второго юношеского.

Комплекс будет содержать 11 ступеней.

I ступень: 1-2 классы (6-8 лет);

II ступень: 3-4 классы (9-10 лет);

III ступень: 5-6 классы (11-12 лет);

IV ступень: 7-9 классы (13-15 лет);

V ступень: 10-11 классы, среднее профессиональное образование (16-17 лет);

VI ступень: 18-29 лет;

VII ступень: 30-39 лет;

VIII ступень: 40-49 лет;

IX ступень: 50-59 лет;

X ступень: 60-69 лет;

XI ступень: 70 лет и старше.

Обязательные испытания состоят из тестов на быстроту, скоростные возможности, выносливость, скоростно-силовые возможности, гибкость и силу и силовую выносливость. Испытания по выбору состоят из тестов на координационные способности и прикладные навыки. Для подготовки к испытаниям даются рекомендации к недельному двигательному режиму. Комплекс может также содержать оценку знания о гигиене занятий физической культурой, основы истории развития физической культуры и основы методики самостоятельных занятий.

Принципы комплекса ГТО:

1. Государственный характер и оздоровительная направленность;

2. Личностно-ориентированная направленность;

3. Добровольность и доступность;

4. Принцип комплексности оценок, научная доказательность;

5. Обязательность медицинского контроля;

6. Непрерывность и преемственность;

7. Вариативность и адаптируемость;

8. Учет региональных и национальных особенностей.

# Подготовка к комплексу ГТО в ДОУ

Основа для физического развития, здоровья и характера человека в будущем закладывается в дошкольном возрасте. Этот период детства характеризуется постепенным совершенствованием всех функций детского организма. Ребенок этого возраста отличается чрезвычайной пластичностью, поэтому, на наш взгляд, подготовку к выполнению комплекса ГТО нужно начинать уже с дошкольного возраста.

**ЦЕЛЬ ПРОЕКТА**

* повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья нации, начиная с дошкольного возраста, всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма и обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания населения.

**ЗАДАЧИ ПРОЕКТА:**

* Повышение нравственного воспитания граждан, воспитание патриотизма.
* повышение уровня физической подготовленности, укрепления здоровья
* формирование у дошкольников осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, ведении здорового образа жизни
* повышение общего уровня знаний дошкольников о средствах, методах и формах организации самостоятельных занятий физической культурой и спортом
* модернизация системы физического воспитания в ДОУ.

**РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА**

ПЕРВЫЙ ЭТАП *(сентябрь-ноябрь)*

Постановка проблемы и задач исследовательской деятельности.

**ПРОБЛЕМА:**

* Что такое ГТО?
* Значки ГТО.
* Участники ГТО
* Нормативы ГТО

**ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ:**

* народные игры, подвижные игры, спортивные игры
* игровые упражнения, игровые задания
* гимнастика пальчиковая
* гимнастика для глаз
* динамическая пауза
* релаксация
* прогулка
* утренняя гимнастика
* закаливание
* бодрящая гимнастика
* индивидуальная профилактическая работа
* свободная двигательная активность.

ВТОРОЙ ЭТАП *(декабрь-февраль)* *(3р в неделю по 30мин)*

Организация деятельности детей в рамках проекта

**Виды деятельности:**

1. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

* Познавательные эксперименты *(на познавательных занятиях)*
* Физические соревнования ***«Быстрее. выше, сильнее»***

***«Что нужно знать, чтобы стать знаменитым спортсменом?»***

***«Что происходит с нашим организмом (сердце, легкие, мышцы) после занятий физической культурой?»***

***«Каковы мои физические возможности?»***

2. СБОР И СИСТЕМАТИЗАЦИЯ ИНФОРМАЦИИ

1. Рассматривание картинок и фотографий с изображением значков и др. символики ГТО
2. Использование дидактических игр, посвященных разным видам спорта: ***«Назови вид спорта»***, ***«Спортивное оборудование»***.
3. Составление сборника рассказов детей о любимом спортсмене.
4. Фотосессия ***«Мы занимаемся спортом»*** *(оформление стенда в физкультурном зале)*.
5. Беседы: ***«Что такое ГТО?»*** ***«Участники ГТО»***
6. Фоторепортажи с соревнований.
7. Физкультурная деятельность детей
8. Физкультурные занятия;
9. Прогулки;
10. Подвижные игры;
11. Утренняя и бодрящая гимнастики;
12. Спортивные досуги, праздники;
13. День здоровья;
14. Спортивные упражнения;
15. Спортивные игры, эстафеты, соревнования.
16. Творческая деятельность детей
17. Придумывание рассказов о спорте и спортсменах.
18. Создание рисунков о спорте. Выставки рисунков и оформление альбома ***«Наше творчество»***.
19. Мир музыки:. Прослушивание и разучивание песен на спортивную тематику: ***«Спортивная семья»***, ***«Трус не играет в хоккей»***, ***«Старт даёт Москва»*** и т. д.

РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ

Собрания 1. ***«Как провести выходной день с детьми»***

Беседы, консультации, анкеты

1.. ***«Спорт в жизни людей»***

2. ***«Роль семьи в физическом воспитании ребёнка»***

3. ***«Детский фитнес дома»***

4. ***«Зачем заниматься утренней гимнастикой и физкультурой?»***

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ

1. Систематизация стихов и загадок о спорте *(в форме альбома)*;
2. Фоторепортажи ***«Семейные спортивные традиции»***;
3. Разработка символики ГТО. Выставка работ;
4. Совместное творчество с детьми ***«Любимый вид спорта»***.
5. Участие в спортивном развлечении ***«Папа, мама, я – спортивная семья»***

РАБОТА С ПЕДАГОГАМИ

1. Перспективное планирование по теме.
2. Конспекты занятий по теме проекта.
3. Альбомы с художественным словом.
4. ***«Большая энциклопедия ГТО»***.
5. Презентация проекта.

ТРЕТИЙЭТАП *(март-май)* *(один раз в месяц)*

Презентация материалов проекта

1. Выставка рисунков детей на тему ***«Галерея спорта»***;
2. Сборник стихов, загадок о разных видах спорта *(при участии родителей)*;
3. Выставка коллажей ***«Мой любимый вид спорта»***;
4. Презентация проекта.
5. Спортивное развлечение ***«Папа, мама. я –спортивная семья»*** -
6. Сдача норм ГТО — итог проекта.

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

**Для детей:**

1. Сформированность у детей представления о комплексе ГТО, как о мероприятиях направленных на укрепление здоровья с помощью систематической физической подготовки.
2. Повышение у детей интерес к занятиям физической культурой и спортом,
3. Развитое у детей стремление к укреплению и сохранению своего собственного здоровья посредством занятий физической культурой.
4. Воспитанная у детей целеустремленность, организованность, инициативность, трудолюбие.

**Для педагогов:**

1. Созданная информационная база
2. Созданы условия для благополучного и комфортного состояния детей на спортивных мероприятиях.
3. Повышение профессионального мастерства педагогов дошкольного учреждения в здоровьесбережении;
4. Создание единого воспитательно–образовательного пространства на основе доверительных партнерских отношений сотрудников ДОУ с родителями;
5. Участие социума в спортивной жизни ДОУ;
6. Сформированность осознанного отношения к своему собственному здоровью;
7. Пополнение знаний о комплексе ГТО;

**Для родителей:**

- Информированность о комплексе ГТО;

- Проявление интереса к занятиям физкультурой и спортом совместно с детьми.

- Развитые творческие и физические способности в спортивной деятельности.

# Заключение

Физическое развитие ребенка – это, прежде всего двигательные навыки. Координацию движений определяют развитием мелкой и большой моторики. 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 сензитивным является старший дошкольный возраст. Именно в это время ребенку следует приступать к занятиям гимнастикой, фигурным катанием, балетом и т.д.

Этот период – период самого активного развития ребенка, как в двигательном, так и в психическом развитии. С точки зрения психологов, динамика физического развития неразрывно связана с психическим и умственным развитием.

Включение занятий по подготовке к комплексу ГТО формирует у дошкольников мотивацию к занятиям физической культурой, помогает приобретать навыки новых двигательных действий, меняет ценностные ориентации, обогащает духовный мир, повышает жизненный тонус, физическое и психическое здоровье, следовательно, открывает возможности позитивного изменения биологического и социального статуса.

В заключение хотелось бы привести слова Николая Валуева, чемпиона мира по боксу:

*«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. Для «ясельной группы» ГТО достаточно придумать «Веселые старты». В них не должно быть проигравших.*

*Дети – подражатели. Если один ребенок получит значок, то остальные также захотят его получить. И мы должны помогать им достичь желаемой цели».*

# Литература

1. Аверина И.Е. – Физкультурные минутки и динамические паузы в дошкольных образовательных учреждениях: практ. пособие / И.Е. Аверина. – 3-е изд. – М.: Айрис-пресс, 2007. – 144 с.
2. Баранова А.Г. Формирование физического воспитания у детей дошкольного возраста (от 4 до 6 лет) «Навстречу комплексу ГТО»: проект // Сайт «Дошкольник» Режим доступа http://doshkolnik.ru/sport-trenirovki/15228-formirovanie-fizicheskogo-vospitaniya-u-deteiy-doshkolnogo-vozrasta-ot-do-let-navstrechu-kompleksu-gto.html
3. Занозина А.Е., Гришанина С.Э. – Перспективное планирование физкультурных занятий с детьми 6-7 лет. – М.: ЛИНКА – ПРЕСС, 2008. – 80 с.
4. Картушина М.Ю. – Сценарии досугов для детей 3-4 лет. М.: ТЦ Сфера, 2005. – 96 с.
5. Пензулаева Л.И. – физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа детского сада. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2011. – 112 с.
6. Пензулаева Л.И. – Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. Комплексы оздоровительной гимнастики. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2010. – 128 с.
7. Фролов В.Г. – Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке: Пособие для воспитателя. – М.: Просвещение, 1986. – 159 с.
8. Харченко Т.Е. – Утренняя гимнастика в детском саду. Упражнения для детей 2-3 лет. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2009 – 88 с.
9. Шебеко В.Н. – Физкультурные праздники в детском саду: творчество в двигательной деятельности дошкольника: Кн. для воспитателей дет. сада / В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак. – 3-е изд. – М.: Просвещение. 2003. – 93 с.
10. Шишкина В.А. Движение +движение: Кн. для воспитателя дет. сада. – М.: Просвещение, 1992. – 96 с.
11. Ярцева Н.В. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) в процессе физического развития дошкольников // Актуальные проблемы внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в системе образования. – С. 204-206 [Электронный ресурс] Режим доступа - http://cyberleninka.ru/article/n/vserossiyskiy-fizkulturno-sportivnyy-kompleks-gotov-k-trudu-i-oborone-gto-v-protsesse-fizicheskogo-razvitiya-doshkolnikov