Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад комбинированного вида № 25 "Рябинка"

ГТО ДЛЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

Работу выполнили воспитатели 1 категории:
Баталова Т.А.
Кисапова Т.В.

г.Бердск,2022

Цели и задачи



- Цель: увеличение продолжительности жизни населения с помощью систематической физической подготовки.
- Задачи:
  1) Повышение уровня физической подготовленности воспитанников;
  2) Повышение уровня заинтересованности родителей об организации занятиях физической культурой и спортом, физическом совершенствовании и введении здорового образа жизни;
  3) Формирование у всех участников образовательного процесса осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и ведение здорового образа жизни.

Обязательные испытания ГТО для дошкольников

- 1) Челночный бег 3х10 м (сек.) или бег на 30 м (сек.);
- 2) Смешанное передвижение (1 км);
- 3) Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз) или или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (кол-во раз);
- 4) Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз);
- 5) Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу (достать пол).



Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)





Поднимание туловища из положения лежа






2-3
БЕРДСК



Интересные факты о ГТО

) Внешний вид значка. Удивительно, но внешний вид значка ГТО был разработан отнюдь не опытными дизайнерами (хотя, в Советском Союзе такой профессии не было), а сделал это обыкновенный школьник, 15-летний Михаил Ягуженский. И изначально значки чеканились из настоящих драгоценных металлов. Обладать значком ГТО было очень почетно.



2) Значок ГТО — был первой ступенью к полету в космос. Конечно, напрямую это не было связанно, но каждый советский космонавт имел свой честно заработанный значок ГТО. Первый покоритель космоса Юрий Гагарин получил свой золотой значок, еще когда учился в ремесленном училище.

3) В 2004 году был проведен эксперимент с участием 6000 девушек и юношей. Который, к сожалению, с треском провалился — только 9% испытуемых сумели выполнить нормативы ГТО, которые родители, бабушки с дедушками легко сдавали во времена своей молодости.