

## Комплекс "ГТО" в начальной школе

Совсем еще, казалось бы, недавно вступил в свои права новый Федеральный Государственный Образовательный Стандарт, в котором идет речь о воспитании ребенка как всесторонне развитой личности. Одним из критериев развития является физическое воспитание.

Физическое развитие ребенка – это, прежде всего, двигательные навыки. Именно в школьном возрасте закладывается основа для физического развития, здоровья и характера человека в будущем. Этот период детства характеризуется постепенным совершенствованием всех функций детского организма.

Но в последние годы наблюдается негативная динамика состояния здоровья учащейся молодёжи. Здоровьем сегодня «не блещут» ни старшеклассники, загруженные уроками, ни первоклашки, у которых все нагрузки еще впереди. Много учеников страдают хроническими заболеваниями органов дыхания, пищеварения. Вследствие малоподвижного образа жизни подростки все чаще страдают искривлением осанки, сколиозом, отмечается тотальное снижение остроты зрения. Подростки стали менее сильными, лишь половина 17-летних мальчиков и девочек способны выполнить возрастные нормативы физической подготовки. Проблема в том, что учащихся, которые активно занимаются спортом, очень мало.

Чтобы исправить эту ситуацию с физическим воспитанием детей в России, Президент РФ В.В. Путин 24 марта 2014 года на заседании совета по развитию физкультуры и спорта заявил, что подписал указ о возрождении ГТО, благодаря которому «выросло не одно поколение активных, здоровых людей». По словам В.В. Путина, прежнее название решили сохранить как дань традициям.

Возрождение комплекса призвано способствовать повышению уровня физического воспитания, формированию здорового образа жизни, готовности к труду и обороне у подрастающего поколения. Оценка физического развития строится на сравнении индивидуальных показателей со средним значением, принятым для данной группы. Сдача тестов ГТО позволяет более качественно проводить мониторинг состояния здоровья учащихся, отслеживать динамику изменения здоровья (учитывать их спортивный прогресс), понимать его причины. Кроме того, данный комплекс способствует развитию не только физической функции организма, но и умственной.

Регулярные занятия физическими упражнениями и вовлечение подростков в осознанное ведение здорового образа жизни будут фундаментом для укрепления здоровья населения России.

Сдача нормативов ГТО по разным категориям интересный и занимательный процесс. Народная поговорка гласит: «Быстрого и ловкого болезнь не догонит». Все хотят быть физически здоровыми, а занятия физической культурой - основа в достижении этой цели.

В нашей станице взрослые и школьники сдают нормы ГТО уже третий год. В первый год в сдаче норм ГТО приняло участие небольшое количество детей, с каждым годом количество желающих получить значок ГТО возрастает.

В связи с этим было принято решение начать подготовку наших гимназистов. Учителя физической культуры начальной школы рассказали детям историю возникновения физкультурного комплекса «ГТО». Кроме того, познакомили детей с нормативами, которые им предстоит сдавать. Сделали основной акцент на укрепление здоровья, возможности при постоянной поддержке физической подготовки стать спортсменом и выступать на олимпиадах. И упомянули о перспективах для поступления в вузы для тех школьников, которые имеют достижения по ГТО. Были показаны

презентации, способствующие развитию детского интереса к спортивным мероприятиям, показывающие актуальность физической подготовки во взрослой жизни.

Ребята спросили у своих бабушек и дедушек, каким было занятие под названием «Готовность к труду и обороне» в их школьное время. Детям тема была интересна, они активно участвовали в обсуждении. На вопрос: «А как вы считаете, для чего вам нужно стремиться к выполнению нормативов ГТО?», были получены интересные, достойные ответы маленьких граждан нашей страны:

«Мне не главное получить значок, я просто хочу подготовить себя физически».

«Подготовить себя, чтобы в любой момент встать на защиту нашей Родины».

Ни один ребенок не сказал, что не нужно сдавать нормативы «ГТО». Так что, с гордостью можно сказать, что наша гимназия выбрала правильное направление в воспитании ребят. У моих учеников уже есть первые результаты: Ходыкин Максим - золотой значок, Родина Алиса и Сенякина Полина - серебряный значок, Середа Ростислав - бронзовый. Эти достижения - повод для гордости и уверенности в своих силах.

Занятия спортом с раннего детства - залог успешности человека в будущем! Как школьнику сдать ГТО? Безусловно, без основ правильной физической подготовки, ГТО в школах покажется сдать нереально. Поэтому детям рекомендуется помимо посещения уроков физической культуры следить за своим двигательным режимом в течение недели. Что такое недельный двигательный режим школьника? Это ежедневный труд по созданию своего здорового организма, который должен включать следующие аспекты: ежедневную утреннюю гимнастику (зарядку); занятия в образовательных учреждениях; двигательную активность в процессе учебного дня (наличие физкультминуток), особенно в начальной школе; занятия в секциях и кружках спортивного характера; активные занятия физической подготовкой в самостоятельном режиме (игровая деятельность ребенка - футбол, хоккей, волейбол, баскетбол, теннис, плавание). Осуществление данного вида деятельности во многом зависит от участия в нем родителей ребенка. Только участие на добровольной основе в данном проекте может помочь добиться поставленной цели.

Добровольное участие в сдаче нормативов ГТО может происходить через осознание человеком всей значимости данного мероприятия. Если ребенок с малого возраста будет заниматься спортом, то вопросы по табакокурению, алкогольной зависимости и употреблению наркотических средств в будущем должны сойти к минимуму. А это и есть главный аспект воспитания здоровой нации - основной цели государства .

### **Список литературы**

1. . Фокина Е. Какие нормативы ГТО поставят перед школьниками
2. Постановление Правительства РФ от 11.06.2014 N 540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)»//СПС
3. Приказ Минспорта России от 08.07.2014 N 575 «Об утверждении государственных требований к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)»//СПС ГТО в начальной школе.