

Областной семинар #PROбезопасность

**Формирование здорового образа
жизни дошкольников
через участие во ВФСК ГТО**



**Инструктор по физической культуре Ботвина Людмила Николаевна
МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида № 2 «Берёзка» г. Никольск**

17.04.2024 г.



*«На чемпионатах побеждают, конечно, единицы.
Но прочный фундамент их успехов — это массовый спорт.*

*Вовлечение в спортивную жизнь наших граждан
с самого раннего детства -
это одна из ключевых задач, которая стоит перед нами»*

В.В. Путин

Указ Президента Российской Федерации

№172 от 24 марта 2014г.

«О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)»



УКАЗ ПРЕЗИДЕНТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе
«Готов к труду и обороне» (ГТО)

В целях дальнейшего совершенствования государственной политики в области физической культуры и спорта, создания эффективной системы физического воспитания, направленной на развитие человеческого потенциала и укрепление здоровья населения, постановляю:

1. Ввести в действие с 1 сентября 2014 г. в Российской Федерации Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) – программную и нормативную основу физического воспитания населения.

2. Правительству Российской Федерации:

а) утвердить до 15 июня 2014 г. положение о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО);

б) начиная с 2015 года представлять Президенту Российской Федерации ежегодно, до 1 мая, доклад о состоянии физической подготовленности населения.

3. Правительству Российской Федерации совместно с органами исполнительной власти субъектов Российской Федерации:

а) разработать и утвердить до 30 июня 2014 г. план мероприятий по поэтапному введению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), а также принять меры по стимулированию различных возрастных групп населения к выполнению нормативов и требований



2 34014 10201 4

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) –

полноценная программная и нормативная основа физического воспитания населения страны, нацеленная на развитие массового спорта и оздоровление нации.

Цель комплекса ГТО – увеличение продолжительности жизни населения с помощью систематической физической подготовки.

Принципы – добровольность и доступность системы подготовки для всех слоев населения, медицинский контроль, учет местных традиций и особенностей.





ОБНОВЛЁННЫЕ ВОЗРАСТНЫЕ СТУПЕНИ КОМПЛЕКСА ГТО

ПЕРВАЯ СТУПЕНЬ от 6 до 7 лет

ВТОРАЯ СТУПЕНЬ от 8 до 9 лет

ТРЕТЬЯ СТУПЕНЬ от 10 до 11 лет

ЧЕТВЕРТАЯ СТУПЕНЬ от 12 до 13 лет

ПЯТАЯ СТУПЕНЬ от 14 до 15 лет

ШЕСТАЯ СТУПЕНЬ от 16 до 17 лет

СЕДЬМАЯ СТУПЕНЬ от 18 до 19 лет

ВОСЬМАЯ СТУПЕНЬ от 20 до 24 лет

ДЕВЯТАЯ СТУПЕНЬ от 25 до 29 лет

ДЕСЯТАЯ СТУПЕНЬ от 30 до 34 лет

ОДИННАДЦАТАЯ СТУПЕНЬ от 35 до 39 лет

ДВЕНАДЦАТАЯ СТУПЕНЬ от 40 до 44 лет

ТРИНАДЦАТАЯ СТУПЕНЬ от 45 до 49 лет

ЧЕТЫРНАДЦАТАЯ СТУПЕНЬ от 50 до 54 лет

ПЯТНАДЦАТАЯ СТУПЕНЬ от 55 до 59 лет

ШЕСТНАДЦАТАЯ СТУПЕНЬ от 60 до 64 лет

СЕМНАДЦАТАЯ СТУПЕНЬ от 65 до 69 лет

ВОСЕМНАДЦАТАЯ СТУПЕНЬ от 70 лет и старше

Цель: формирование здорового образа жизни у всех участников образовательного процесса посредством подготовки к сдаче нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Задачи:

- Познакомить педагогов, детей и родителей с программой ГТО и традицией их проведения;
- Расширить и закрепить знания детей и родителей о здоровом образе жизни;
- Развивать физические качества дошкольников в процессе подготовки к сдаче нормативов ГТО;
- Содействовать развитию интереса к занятиям физической культурой и спортом;
- Повысить профессиональное мастерство педагогов дошкольного учреждения по теме «здоровый образ жизни».
- Разработать методические рекомендации по внедрению нормативов ВФСК ГТО в условиях дошкольной организации;
- Расширить спортивную инфраструктуру детского сада.

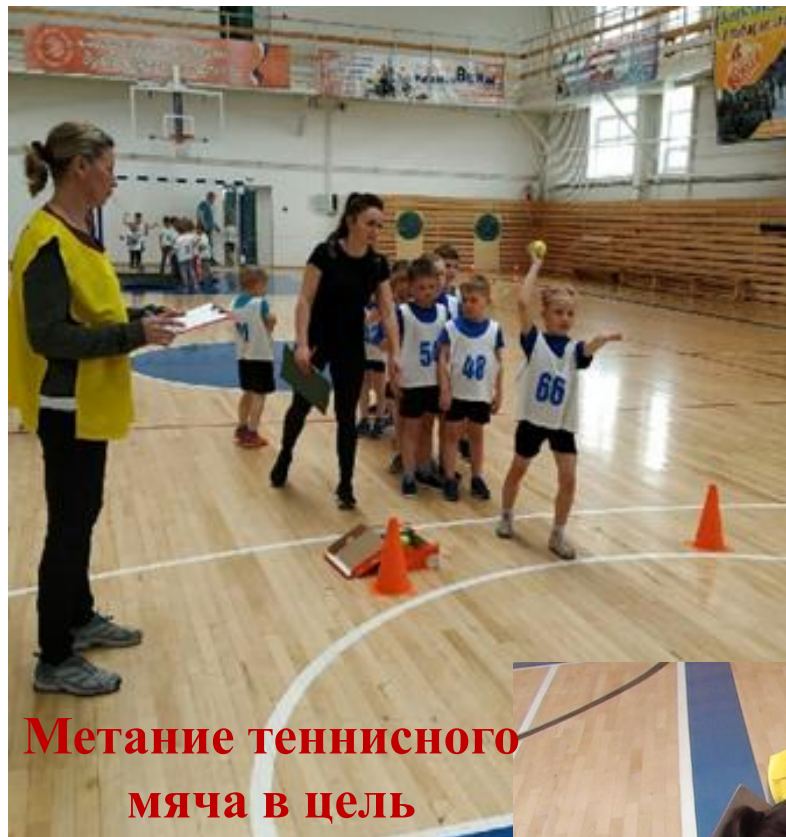


**Фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» (ГТО) «Первые шаги» среди
воспитанников дошкольных образовательных организаций**





Прыжок в длину с места



Метание теннисного мяча в цель

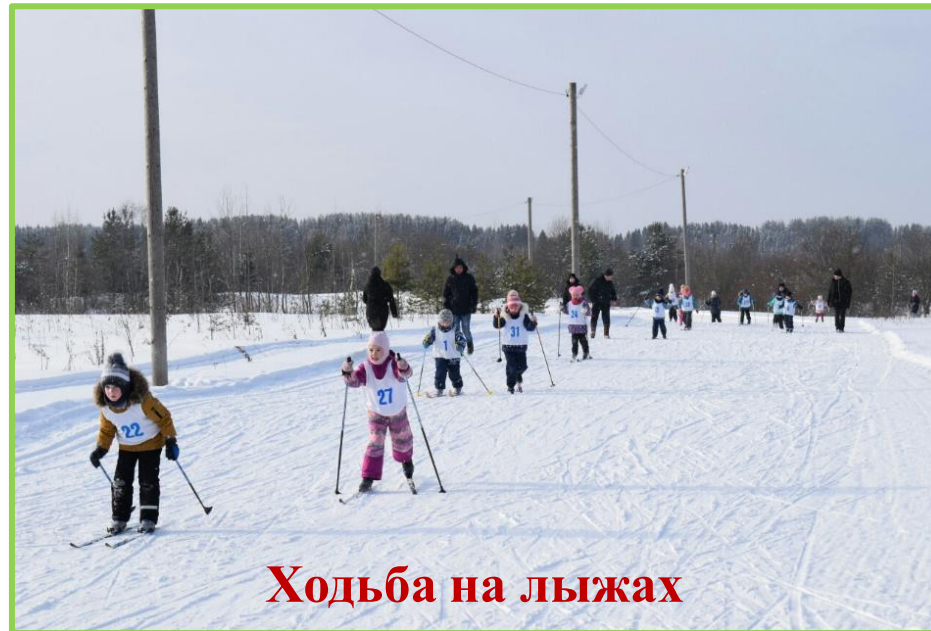


Подъём туловища из положения лёжа на спине



Всероссийский
физкультурно-спортивный комплекс
«Готов к труду и обороне»

Сдача норм ВФСК ГТО -первая ступень



Ходьба на лыжах



Наклон вперёд стоя на гимнастической скамье

Регистрация участников на официальном сайте ВФСК ГТО www.gto.ru

Порядок регистрации

1. Заполнить заявку на Всероссийском интернет-портале www.gto.ru (каждому участнику необходимо иметь адрес собственной электронной почты).
2. Получить индивидуальный номер участника (ID-номер)



The banner features the Russian coat of arms and the GTO logo at the top left. The main text reads '5 ШАГОВ ДО ЗНАКА ГТО'. Below this, a list of five steps is provided: 1. register on www.gto.ru, 2. fill out the application, 3. get medical clearance, 4. complete tests, 5. receive a distinction sign. The official website www.gto.ru is mentioned at the bottom right. A large gold GTO medal is shown on the right side of the banner.

**5 ШАГОВ
ДО ЗНАКА ГТО**

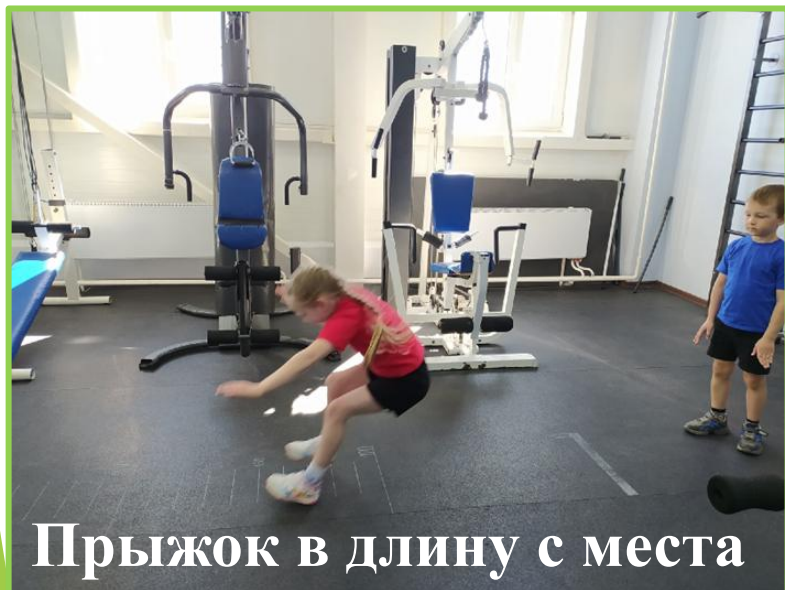
1 шаг - зарегистрируйся на сайте www.gto.ru
2 шаг - заполни заявку
3 шаг - получи медицинский допуск
4 шаг - выполни испытания
5 шаг - получи знак отличия!

Официальный сайт комплекса ГТО:
www.gto.ru

Подготовка к участию во ВФСК ГТО



Смешанное передвижение
по пересеченной местности



Прыжок в длину с места



Бег 30 метров

Шестиминутный бег



Челночный бег



**Метание теннисного мяча
в цель на 5 метров**



**Подъём туловища из
положения лёжа на
спине**



**Подтягивание
из виса на
низкой
перекладине**

Конкурс плакатов на тему: «ГТО-путь к здоровью и успеху!»



1 место



Команды участников Фестивалей ВФСК ГТО «Первые шаги» МБДОУ №2 «Берёзка» г. Никольска

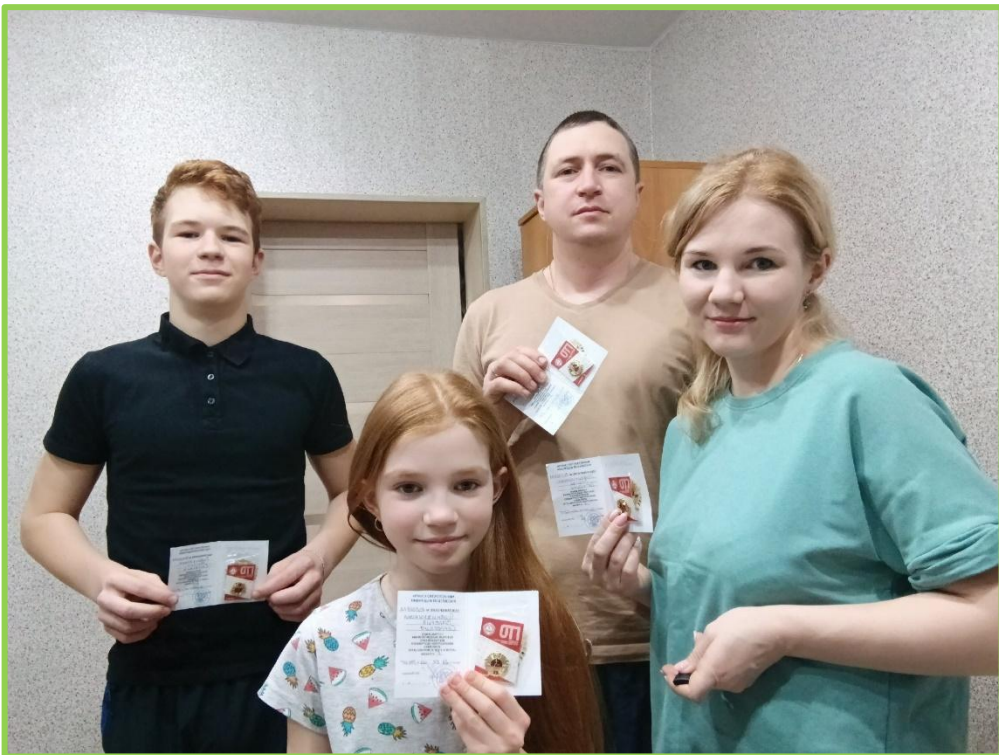


Количество участников и знаки отличия присвоенные на ВФСК ГТО

Год сдачи ГТО	Знаки отличия		
	золотой	серебряный	бронзовый
2017/ 8 детей	-	5	3
2018/ 9 детей	1	7	1
2019/13 детей	2	9	2
2021/18 детей	6	10	2
2022/26 детей	7	18	1
2023/16 детей	7	8	1



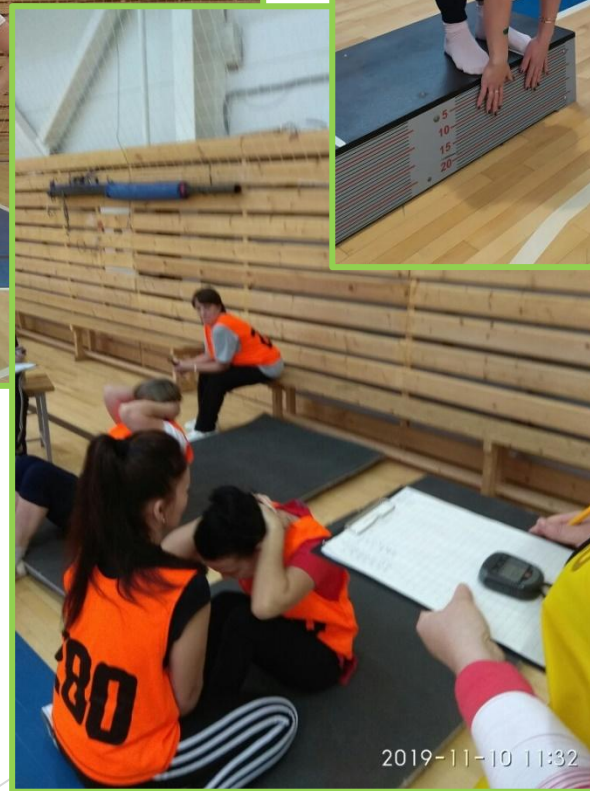
Семьи воспитанников МБДОУ «Детского сада №2 «Берёзка», принявшие участие в сдаче норм ГТО



ГТО

Всероссийский
физкультурно-спортивный комплекс
«Готов к труду и обороне»

Педагоги МБДОУ «Детского сада №2 «Берёзка» г.Никольска, принявшие участие в сдаче норм ГТО



ГТО

Всероссийский
физкультурно-спортивный комплекс
«Готов к труду и обороне»

Награждена золотыми знаками отличия ВФСК ГТО в 7-8 степенях





ГТО

Всероссийский
физкультурно-спортивный комплекс
«Готов к труду и обороне»



**ГТО-ЭТО Я! ГТО-МЫ!
ГТО-ЭТО БУДУЩЕЕ
НАШЕЙ СТРАНЫ!**



**ЗДОРОВАЯ
РОССИЯ**

Спасибо за внимание!



**ЗДОРОВАЯ
РОССИЯ**