## ГТО В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ДОШКОЛЬНИКОВ

В дошкольном возрасте закладываются основы здо­ровья, долголетия и гармоничного физического развития. И хотя это развитие является закономерным биологичес­ким процессом, однако на него можно воздействовать в нужном направлении, исходя из анатомо-физиологических и психологических особенностей ребенка.

Известно, что детям в значительно большей степени, чем взрослым, присуща естественная потребность в дви­жениях, которую обязательно нужно удовлетворять. Дви­жение - необходимое условие нормальной жизнедеятель­ности организма человека. Кроме того, во время игр, фи­зических упражнений ребенок познает и активно воспри­нимает окружающий мир. Все это способствует развитию психических процессов, формированию положительных нравственных и волевых качеств.

Поэтому неудивительно, что дети, систематически зани­мающиеся физкультурой, отличаются жизнерадостностью, бодростью духа и высокой работоспособностью.

Правильно организованное физическое воспитание способствует формированию хорошего телосложения, предупреждению различных заболеваний, улучшает деятель­ность внутренних органов и систем детского организма. Без должного внимания к этой важнейшей составной час­ти воспитания нельзя подготовить к жизни подрастающее поколение крепким и гармонически развитым.

К сожалению, некоторые родители полагают, что физи­ческие упражнения и подвижные игры - ненужные дет­ские забавы. Поэтому они не уделяют необходимого вни­мания развитию у ребенка таких качеств, как быстрота, ловкость, сила, считая, что со временем, когда он подрас­тет, все это появится само собой. Они не понимают, что все жизненно важные движения успешно развиваются только тогда, когда ребенку созданы соответствующие ус­ловия для занятий физическими упражнениями.

Популяризация массовой физической культуры и здорового образа жизни является сегодня наиболее актуальной. Забота о здоровье граждан выдвигается в качестве главного приоритета внутренней политики государства, о чем свидетельствуют: Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации», национальный проект «Здоровье», Федеральная целевая программа «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2016 - 2020 годы». На необходимость развития потребности в здоровом образе жизни неоднократно указывал Президент РФ В.В. Путин - «...это общенациональная задача - развитие физической культуры и спорта - это поддержание своего здоровья, что чрезвычайно важно для каждого конкретного человека и для общества в целом». Комплекс ГТО направлен на физическое развитие и укрепление здоровья граждан. В связи с преемственностью между детским садом и школой, с введением сдачи норм ВФСК ГТО в работу общеобразовательных организаций, именно дошкольное образование ориентирует детей и их родителей на сдачу комплекса ГТО.

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 ребёнку следует приступать к занятиям гимнастикой, фигурным катанием, балетом и т. п. Этот период – период самого активного развития ребенка, в двигательном и в психическом развитии. С точки зрения же психологов, динамика физического развития неразрывно связана с психическим и умственным развитием.

Физическое развитие согласно ФГОС ДО включает развитие физических качеств воспитанников, начальные представления о видах спорта, становление ценности здорового образа жизни, что так же отражено в задачах комплекса ВФСК ГТО. Из чего следует, что ФГОС ДО и ВФСК тесно связаны друг с другом через дошкольное образование.

Наша задача не просто сформировать будущего здорового физически и психологически человека, а быть частью системы этого развития. ВФСК ГТО вполне может справиться с этой задачей, мотивируя родителей и общество в раннем возрасте знакомить ребенка с компьютером, радуясь, что он в пять уже читает и знает таблицу умножения, но при этом совершенно не состоятелен в социальном окружении, а развивать сферу его познания в движении, так как познание напрямую связано с хождением, бегом, поворотами и так далее. Сфера познания развивается в движении. Спросив любого творческого человека, поэта или писателя... очень часто их произведения создаются во время ходьбы. Идет стимулирования деятельности мозга. Замечено, что стихи дети лучше всего запоминают, именно двигаясь, например, по пути из детского сада, легче всего выучить стихотворение, заданное для утренника, чем дома, сидя на стуле. Фактически, двигательная активность ребенка и его развитие - это принцип естественного воспитания ребенка, и ГТО весьма органично вписывается в данный процесс, в качестве завершающего фактора. Кроме того, участие в подобного рода мероприятиях повышает интерес к физической культуре и здоровому образу жизни, как детей, так и взрослых. Подготовка и участие в сдаче норм ГТО позволит не только создать условия для укрепления здоровья детей, воспитания волевых качеств, развития стремления к победе и уверенности в своих силах, но и приблизить дошкольников к предстоящим Олимпийским играм, ощутить дух Олимпиады. Во время соревнований дети получают не только радость от своих результатов, но и учатся переживать за товарищей, а также чувствуют себя маленькими участниками огромной команды спортсменов России.

Так что, можно с уверенностью сказать, что нормы ГТО должны существовать в физическом воспитании дошкольников.

Список литературы

1. Величковский, Б. М. Психология восприятия Текст. / Б. М. Великовский, В. П. Зинченко, А. Р. Лурия.

2. Указ Президента Российской Федерации «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне (ГТО)».

3. Нормы ГТО ру/ Нормативы Минспорта РФ [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.gto-normy.ru/.