КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«ГТО в детском саду»

Разработала:
Ашихмина Светлана Васильевна
инструктор по ФК

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

С марта 2023 года на основании Постановления Правительства Российской Федерации увеличено количество ступеней на выполнение нормативов ВФСК ГТО и получение знаков отличия

Прежде всего стоит отметить, что произошли изменения в первой ступени, которая касается именно дошкольников, где теперь установлен возраст – 6-7 лет, а также разработаны совершенно новые требования к выполнению на знак отличия, которые соответствуют навыкам, получаемым в детском саду.

При успешном выполнении дети получают золотой, серебряный или бронзовый знак отличия.

Для того чтоб принять участие в выполнении нормативов и претендовать на получения знака, соответствующего первой ступени (6 – 7 лет), необходимо прежде всего зарегистрировать на официальном сайте www.gto.ru

Центр тестирования города Бердска наделил полномочиями по приему нормативов ГТО 1 ступени непосредственно дошкольные образовательные учреждения нашего города. Стоит отметить, что инфраструктура нашего детского сада, а также возможности близлежащих образовательных учреждений позволяет проведению тестирования по обязательным испытаниям и части испытаниям по выбору.

Уважаемые родители, воспитанников в возрасте 6-7 лет предлагаем вам пройти регистрацию вашего ребенка на официальном сайте ГТО **до 30 октября 2023 года**, сообщить своему воспитателю присвоенный УИН (уникальный идентификационный номер) и дать возможность вашему ребенку попробовать свои силы в получении первого в своей жизни Знака ГТО.

Вручение завоеванных значков и удостоверений состоится в конце мая 2024 года.

Напоминаем, что участие в выполнении нормативов ГТО является добровольным.

1-я ступень (6 - 7 лет) Испытания (тесты)		-Normativov.net- Нормы ГТО с 2023 г.						
		Мальчики			Девочки			
Обязательные испытания								
1	Бег 10 м (с)	3,8	3,4	3,3	4,0	3,6	3,3	скорость
	Бег на 30 м (с)	10,1	8,6	8,3	9,6	9,1	8,8	
2	Шестиминутный бег (м)	400	600	800	300	500	700	выносливость
	Ходьба на лыжах (м)	600	1000	1400	500	900	1300	
	Смешанное передвижение по пересеченной местности (м)	200	400	600	180	280	480	
3	Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы, см	210	220	305	145	155	250	скоростно-силовые
	Подъемы туловища из положения лежа на спине, к-во раз за 30 сек.	11	12	15	10	11	14	
	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами, см	85	95	115	77	87	107	
4	Наклон вперед стоя на гимн. скамье от уровня скамьи, см	+1	+3	+7	+3	+5	+9	гибкость
Испытания (тесты) по выбору								
5	*Метание теннисного мяча в цель на 5 м, к-во попаданий*	2	3	4	1	2	3	координация
	Челночный бег 3х10 м, сек	11,2	10,8	9,9	11,7	11,3	10,8	
6	Плавание, м	12	18	25	12	18	25	прикладные
Количество оцениваемых качеств		5	5	5	5	5	5	
Количество испытаний (тестов), на знак ГТО		5	5	5	5	5	5	

Normativov.net