***Консультация для родителей «Первые шаги к ГТО»***

В соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 24 марта 2014 года о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе *«Готов к труду и обороне»* *(ГТО)* Комплекс начал свое действие на территории нашей страны. Комплекс ГТО направлен на физическое развитие и укрепления здоровья подрастающего поколения, является основой системы физического воспитания и призван способствовать развитию массового физкультурного движения в стране.

Почему ГТО стоит прививать, именно, начиная с **дошкольного возраста**?

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 наиболее благоприятным является старший **дошкольный возраст**. Именно в это время ребёнку следует приступать к занятиям гимнастикой, фигурным катанием, футболом и т. д. Этот период – период самого активного развития ребенка, в двигательном, так и в психическом развитии. Игра – это основа жизни ребенка, движение – основа жизни, а вместе, это двигательные игры – то, что занимает примерно 90% времени всей деятельности ребенка **дошкольного возраста**.

Цель Комплекса *(ГТО)* - повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма и гражданственности, улучшении качества жизни граждан Российской Федерации.

Задачи Комплекса:

• Увеличение числа граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом.

• Повышение уровня физической подготовленности, продолжительности жизни граждан.

• Формирование у населения осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании, ведении здорового образа жизни.

• Повышение общего уровня знаний населения о средствах, методах и формах организации самостоятельных занятий, в том числе с использованием современных информационных технологий.

• Модернизация системы физического воспитания и системы развития массового, детско-юношеского, школьного и студенческого спорта в образовательных организациях, в том числе путем увеличения количества спортивных клубов.

Детские сады совместно с **родителями** должны стать фундаментом, на котором в игровой форме с интересом можно приобщать детей к здоровому образу жизни и спорту. Свои первые значки ГТО ребята должны получать именно в **дошкольных** образовательных учреждениях.