Для чего нужен ГТО сейчас ?

Что такое ГТО? Аббревиатура ГТО — известный всем с советских времен комплекс, который расшифровывается как “Готов к труду и обороне”. Нынешние школьники вряд ли точно знают, что это такое, а вот их родители, относящиеся к старшему поколению, прекрасно помнят (бабушки с дедушками — тоже).

Смысл программы заключается в том, чтобы привить населению любовь к тренировкам, заботе о собственном здоровье, физическом благополучии. Всего ГТО включает 11 возрастных групп, каждая из них имеет индивидуальные особенности. Идеология внедрить в сознание граждан абсолютно иной тип человека — неравнодушного, с активной позицией, сильным характером. Личностные качества во многом развиваются благодаря спорту. Гражданин должен обладать навыками самозащиты, уметь воспользоваться возможностями тела в нужный момент.

Конечно, основная целевая аудитория — молодежь, люди, достигшие совершеннолетия, потому что именно они уже дошли до осмысленного возраста и в то же время полны сил, энтузиазма. Именно они являются трудоспособной частью населения, которая будет защищать страну при необходимости.

В детях — наше будущее, поэтому воспитание играет важную роль. Человек должен с малых лет интересоваться физической культурой, воспитывать в себе твердый характер, стремиться к гармонии духа и тела. Уроки физкультуры в школах помогают юным спортсменам всесторонне развиваться, учат упорству, помогают осуществить “перезагрузку” после занятий за партой.

В столь юном возрасте сдача нормативов — это полезное занятие во всех отношениях.

Ошибочно считать, что нормы ГТО направлены лишь на повышение физической нагрузки и программа имеет “развлекательный” характер. Наша страна, как известно, находится в стадии постоянного развития во всех сферах жизни. Улучшение жизни зависит от многих факторов — в том числе и от здоровья граждан. Они сами должны показывать заинтересованность в этом. Активная жизненная позиция формируется не только из наличия собственного мнения, но и благодаря постоянному самосовершенствованию. Народ начинает участвовать в соревнованиях, различных мероприятиях, которые должны укреплять дух и создавать между заинтересованными людьми крепкие дружеские взаимоотношения.

Раньше значок ГТО являлся предметом особой гордости его обладателя, поскольку путь к нему был нелегким, тернистым: нормативы подразумевали наличие основательной подготовки, упорных тренировок.

Требовалась хорошая гибкость, выносливость, реакция. Однако исторические, экономические изменения в жизни страны многое изменили. Отмечается колоссальное снижение интереса ко многим видам деятельности школьников и молодежи в целом. Поэтому в РФ решили возродить нормы ГТО — не в столь строгом виде, как это было в Советском Союзе. Цель — доказать людям, что спорт является полезным и интересным занятием, объединяющим членов семьи и друзей. А нормы ГТО показывают, насколько человек здоров. Нормы не одинаковы для всех: мужчины и женщины, молодые и старики сдают ГТО по-разному.

Для чего ГТО нужно детям?

У родителей школьников возникает справедливый и вполне закономерный вопрос: зачем ГТО нужен детям, если у них и без того огромное количество экзаменов и тестирований по другим предметам? Ведь многие занимаются спортом даже без дополнительной агитации со стороны, просто потому, что так принято в семье… Или спорт вызывает у ребенка искреннюю заинтересованность.

ГТО включает в себя целый комплекс нормативов, что в свою очередь, показывает на сколько ребенок сможет защитить себя и других, на сколько он решителен, а физическая подготовленность, явно не будет лишней и пригодятся в течение жизни.

Это именно тот необходимый минимум, который однажды спасет человека в сложной ситуации или просто позволит сделать существование более комфортным. К сожалению, на уроках безопасности жизнедеятельности в школе этому не всегда учат (и уроки физической культуры порой оставляют желать лучшего). А комплекс ГТО не является “обязаловкой”, поэтому воспринимать его дети будут иначе. Он направлен на укрепление соревновательного духа, патриотизма, силы духа, выносливости.

Дети сейчас не отличаются крепким здоровьем, несмотря на доступность “правильных” продуктов питания, различных медикаментов. Причины самые разнообразные: плохая экологическая обстановка, неудовлетворительное состояние медицины, легкомысленное отношение к собственному благополучию… Но в наших силах избежать усугубления ситуации. Прививать бережное отношение к себе нужно с детства. Комплекс ГТО — неплохое подспорье.

**Комплекс ГТО необходим детям**, чтобы в будущем они могли стать полноценной и всесторонне развитой личностью. И быть готовым к труду и обороне!

Именно такой подход к организации физического воспитания позволит максимально вовлекать и мотивировать детей и родителей в регулярные систематические занятия физической культурой, так, чтобы предлагаемые формы занятий физической культурой не только позволили выполнить нормы **Комплекса***«Готов к труду и обороне»*, но и способствовали их личностному развитию, повышали уровень патриотического самосознания.

Таким образом, **комплекс** ГТО способствует не только физическому развитию дошкольников, повышению индекса здоровья, но и является центром системы спортивно - патриотического воспитания. Путем вовлечения в спортивную деятельность у детей формируется **опыт** патриотического поведения, что в свою очередь способствует формированию ценностных ориентаций в контексте почётного гражданского достижения.