



Детский сад является фундаментом, на котором дети приобщаются к здоровому образу жизни и спорту. Свои первые значки ГТО ребята должны получать именно в дошкольных образовательных учреждениях. Дети – подражатели. Если один ребенок получит значок, то остальные также захотят его получить. А взрослые должны помогать им достичь желаемой цели.



Комплекс упражнений для дошкольников построен так, чтобы детям самим было интересно его выполнять, а не делать упражнения только потому, что этого от них требуют.

Почти у каждого задания комплекса имеется три норматива по времени или по количеству выполненных упражнений. Помимо этого, требования устанавливаются для мальчиков одни, для девочек другие. По результатам выполненных испытаний, при условии соблюдения норматива, выдается определенный значок, «бронзовый», «серебряный» или «золотой».

 МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ		 Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»		 ДЕПАРТАМЕНТ физической культуры и спорта МИНИСТЕРСТВА образования и науки		 РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ		
Нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)								
ПЕРВАЯ СТУПЕНЬ (возрастная группа от 6 до 7 лет включительно)								
№ п/п	Наименование испытания (теста)	Нормативы						Оценки за качество выпол- нения навыко- вой подготовки в ГТО
		Мальчики			Девочки			
								
Испытания (тесты) по выбору								
5.	Метание теннисного мяча в цель, дистанция 5 м (количество попаданий)	2	3	4	1	2	3	Координационные способности
	Челночный бег 3x10 м (с)	11,2	10,8	9,9	11,7	11,3	10,8	
6.	Плывание (м)	12	18	25	12	18	25	Прикладные навыки
Количество физических качеств, способностей, прикладных навыков, оценка которых необходима для получения знака отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее – Комплекс)		5	5	5	5	5	5	
Количество испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака Комплекса		5	5	5	5	5	5	

 8-800-350-00-00

 www.gto.ru

 vk.com/vfsk_gto

