



Сегодня, 24 марта, наши воспитанники МБДОУ детский сад №13 "Малыш" стали участниками открытого урока, посвященного Всероссийскому физкультурно-спортивному комплексу "Готов к труду и обороне", на котором вспомнили, что такое правильное питание, порассуждали что такое здоровый образ жизни, и режим дня, а так же поиграли в игру "Вредное-полезное".

Специалисты центра тестирования ВФСК ГТО в первой части урока рассказали, о том для чего нужен комплекс ГТО и какие нормативы нужно выполнить для получения знака отличия. Получив теоретические знания юные участники провели общую разминку и приступили попробовать свои силы в таких нормативах как: прыжок в длину с места толчком двумя ногами, сгибание разгибание рук в упоре лежа на полу, наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье и поднимание туловища из положения лежа на спине. Данные виды упражнений они выполняют с большим удовольствием и по окончании интересуются своим результатом. Именно с этого возраста дети выделяются своей выносливостью и гиперреактивностью. По завершению занятия все воспитанники получили именные карточки со своими результатами.

Хочется надеяться, что после таких встреч дети и их родители станут активными участниками движения ВФСК ГТО, и с гордостью будут носить заработанные знаки отличия.

А уже 15 апреля для воспитанников дошкольных учреждений пройдет фестиваль "Мой первый ГТО"







Инструктор по физической культуре Т.В.Гаранина.