**Подготовка к ГТО**

Популяризация массовой физической культуры и здорового образа жизни является сегодня наиболее актуальной задачей.

Забота о здоровье граждан выдвигается в качестве главного приоритета внутренней политики государства, о чем свидетельствует Федеральный Закон об образовании, реализуемый Правительством РФ национальный проект «Здоровье», Федеральная целевая программа «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2016-2020 годы».

На необходимость развития потребности в здоровом образе жизни неоднократно указывал Президент РФ В.В. Путин. Существенный вклад в данном направлении вносит внедрение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в школах.

Необходимость введения комплекса ГТО вновь объясняется тем, что большинство населения России не занимается активно спортом, ведет нездоровый образ жизни (малоподвижный образ жизни, увлеченность компьютерами, алкоголизм, курение, наркомания), поэтому цель возрождения ГТО – попытка привить школьникам привычку к здоровому образу жизни и массовому спорту. Система стимулирования к сдаче норм ГТО выстроена следующим образом: школьники, которые выполнят нормативы комплекса, будут отмечены золотыми, серебряными или бронзовыми знаками отличия, а также получат спортивные звания. Обладание такими знаками отличия даёт бонусы при поступлении в высшие учебные заведения.

Повышению качества подготовки учащихся к сдаче норм ГТО способствуют:

- создание и постоянное развитие в нашей школе здоровьесберегающей среды и введение учащихся в активный организованный познавательно - деятельностный процесс освоения принципов здорового образа жизни (ЗОЖ) и роли комплекса ГТО в формировании знаний и практических навыков ведения ЗОЖ. Для создания такой среды в школе внедрены в образовательный процесс здоровьесберегающие технологии: медико-профилактические технологии, физкультурно-оздоровительные технологии, технологии социально-психологического благополучия ребенка. Отношение к здоровью учащихся является важным звеном социализации детей, т.к. от уровня сохранения здоровья зависит успешность развития личности ребенка, его творческого потенциала. Процесс подготовки к сдаче норм комплекса ГТО способствует формированию у учащихся навыков и знаний по ведению ЗОЖ, использованию средств физической культуры вне стен школы с целью активного отдыха и оздоровления организма;

- оснащение школы современными средствами материально-технического обеспечения школьных уроков, обеспечивающих учащимся качественное освоение программного материала. На сегодняшний день это наиболее значимая и уязвимая проблема повышения качества физкультурной подготовки. К сожалению, на данный момент в РФ уделяется большое внимание финансированию в сфере спорта высших достижений и катастрофически мало – развитию массового спорта;

- изменение вариативной части рабочей программы за счет внесения в ее содержание элементов, направленных на подготовку учащихся к сдаче норм ГТО. Наличие в программе вариативной части позволяет учитывать индивидуальные особенности детей, климатические особенности и материально-техническое обеспечение образовательного процесса. Виды испытаний в комплексе ГТО составлены таким образом, что элементы подготовки включаются в любой раздел рабочей программы;

- организация целенаправленного взаимодействия преподавателя и учащихся в условиях учебно-воспитательного процесса школы, которая предполагает интеграцию урочной и внеурочной деятельности по формированию ценностного отношения к своему здоровью и здоровому образу жизни, устойчивого интереса к занятиям физкультурой и участию в сдаче норм ГТО. Для этого используются беседы, мастер-классы, праздники по формированию ценностного отношения к ЗОЖ.

Значительная роль в формировании здорового образа жизни у детей отводится школе. Ей доверено воспитание нового поколения россиян. Только здоровый ребенок может успешно учиться, продуктивно проводить свой досуг, стать в полной мере творцом своей судьбы. Нам необходимо продолжить работу по вовлечению учащихся их родителей в занятия спортом и подготовку к сдаче нормативов ГТО. Хочется верить, что родители учащихся, глядя на успехи своих детей, проявят заинтересованность к занятиям спортом, здоровому образу жизни. Если нам удастся убедить учащихся и их родителей в том, что заниматься спортом модно и престижно, что человек, занимающийся спортом – это человек, достойный уважения, им самим захочется подражать спортсменам. Дети будут здоровыми. А здоровый ребёнок – успешный ребёнок!

Система ГТО является мощным стимулом для занятий физической культурой и спортом. Подготовка к выполнению нормативов развивает все группы мышц, увеличивает выносливость, координацию, умение рассчитывать свои силы и потенциал.

Эффективность образовательного процесса, направленного на усвоение УУД оценивается по конечному его результату. Если использовать УУД на уроках физической культуры, то это обеспечивает повышение общеучебных умений и навыков, дает толчок для развития самостоятельности учащихся в учебной деятельности, тем самым повышает качество знаний по предмету.

Комплекс ГТО - один из тех средств, стимулирующий всестороннюю физическую подготовленность школьников, является той формой, благодаря которой дети приобщаются к систематическим занятиям физической культурой и спортом. Вовлекая молодых людей в массовое физкультурное движение и открывая многим дорогу в большой спорт, тем самым, вносит огромный вклад в развитие и укрепление здоровья.

Нормы должны быть доступны при условии специальной тренировки, формируя физические качества человека, обеспечивающие комфортные возможности жизнедеятельности. То есть стремление к получению знака ГТО должно побуждать к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

Можно сделать вывод, что внедрение и реализация нормативов комплекса ГТО в общеобразовательных школах служит плацдармом для благоприятного повышения общей физической подготовленности школьников и улучшения здоровья населения России.

Развитие физической культуры и спорта является важнейшим инструментом реализации стратегии социального развития страны, так как оно способствует формированию здорового гармонично развитого общества, повышению качества рабочей силы, а также увеличению продолжительности жизни и снижению смертности населения.