**ПЕРВЫЕ ШАГИ К ГТО**

Почему ГТО стоит прививать, именно начиная с дошколят.

Физическое развитие ребенка – это, прежде всего двигательные навыки. 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 сенситивным является, старший возраст именно в это время ребенку следует приступать к занятиям гимнастикой, фигурным катанием, балетом и.т.д.

Этот период, период самого активного развития ребенка, в двигательном, так и в психическом и умственном развитии.

Очень важно с дошкольного возраста прививать любовь к спорту, здоровому образу жизни. Необходимо чтобы дети, понимали важность здорового образа жизни важность оптимистического настроения для счастливого будущего желание быть здоровым заниматься спортом, закаляться стремиться, никогда не унывать быть веселым. Не забывайте, « Движение – это жизнь!» ГТО – друг здоровья!





