

**Муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение детский сад №145»**

ПРОЕКТ
«Первые шаги к ГТО»



**Подготовила: инструктор по ФИЗО
Пестерева И.А.**

г. Барнаул

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»

- **Указ Президента Российской Федерации «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) от 24 марта 2014 года №172**
- **Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс будет внедряться в три этапа. В мае 2014 года – декабре 2015 года ГТО начнут внедрять в учебных заведениях 12 субъектов РФ**
- **Внедрять ГТО среди всех категорий населения во всей стране планируется с 2017 года. По расчетам Правительства РФ, в 2014-2017 годах принять участие в сдаче норм ГТО должны до 10 млн. человек**

Президент Владимир Путин предложил:

- **воссоздать систему ГТО в новом формате с современными нормативами, которые будут соответствовать уровню физического развития ребёнка.**
- **вносить оценку уровня физической подготовки школьника в аттестат и учитывать её при поступлении в вузы.**



Актуальность проекта

В настоящее время особую актуальность имеет проблема состояния здоровья и физического развития детей дошкольного возраста. Одной из приоритетных задач современного общества всегда называли воспитание здорового человека, стремящегося быть успешным в жизни. Сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения превратилось в первоочередную социальную проблему. Возрождение комплекса Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (далее-ВФСК ГТО) в образовательных организациях, является актуальным.

Проект ориентирован на создание новых моделей физического воспитания детей старшего дошкольного возраста в современной образовательной среде. В последние годы проявляется тенденция спада двигательной активности детей, что приводит к снижению уровня их здоровья и физической подготовленности.

Интеграция ВФСК ГТО в систему физического воспитания детей дошкольного возраста связана с выделением в комплексе 1 ступени (от 6 до 8 лет). Воспитанники подготовительных групп уже могут сдавать нормативы ВФСК ГТО.

Программы ДО не включают физические упражнения: подтягивание из виса на высокой перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Уровень развития силовых качеств не позволяет дошкольникам достичь требуемых в ВФСК ГТО показателей.

Таким образом, необходима организация дополнительной физической подготовки детей к участию в сдаче ВФСК ГТО.



Цель и задачи



- **Цель проекта ГТО** – Обеспечение комплексного развития физических качеств детей дошкольного возраста и результативность в подготовке к сдаче нормативов ВФСК ГТО.
- **Задачи проекта ГТО:**
 - Воспитать ценностное отношение к традициям системы физического воспитания;
 - Формировать представление о комплексе ГТО;
 - Формировать двигательные умения и навыки в выполнении тестовых испытаний;
 - Обогащать двигательный опыт воспитанника с учетом возрастных возможностей и индивидуальных особенностей;
 - Мотивировать к самостоятельным занятиям физической культурой;
 - Воспитывать инициативность, активность, самостоятельность и другие личностные качества.



Содержание проекта

Проект в МБДОУ «Детский сад №145» реализуется с 2019 года. В 2022 году в Проект были внесены корректировки.

Блок нормативно-правового обеспечения (разработка нормативных документов по внедрению комплекса ГТО)

Блок программно-методического обеспечения внедрения комплекса ВФСК ГТО (осуществление методического сопровождения педагогов по вопросам внедрения комплекса ГТО, обеспечение учебными пособиями)

Блок информационного сопровождения и проведения информационно-разъяснительной кампании (обеспечение присутствия информации о комплексе ГТО в планах работы, готовящихся мероприятиях для контингента родителей воспитанников ДОУ)

Блок мониторинговых процедур, обеспечивающих внедрение ГТО (предусматривает общую оценку уровня индивидуального развития детей по образовательной области «Физическое развитие»), виды испытаний (тесты) и нормативные требования ГТО для детей 6 – 8 лет)

Блок организации и проведения мероприятий спортивной направленности



Планируемые результаты

- ▶ повышение индекса здоровья воспитанников;
- ▶ снижение заболеваемости;
- ▶ формирование представления о комплексе ГТО, как о мероприятиях, направленных на укрепление здоровья с помощью систематической физической подготовки;
- ▶ проявление самостоятельности и инициативности в освоении содержания тестов комплекса ГТО
- ▶ развитие основные физические качества, координационные и ритмические способности, гибкость, ловкость, выносливость, чувство динамического равновесия;
- ▶ овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья;
- ▶ развитое у детей стремление к укреплению и сохранению своего собственного здоровья посредством занятий физической культурой.



Методологические подходы и принципы

► Подходы:

- личностно-ориентированный подход, содержание которого направлено на развитие личности, позитивную социализацию, индивидуализацию, становление ценностей здорового образа жизни, поддержка развития индивидуальности.
- системно-деятельностный подход, содержание которого направлено на социальное, познавательное развитие воспитанников.
- социокультурологический подход, содержание которого направлено на обеспечение учета национальных ценностей, приобщение ребенка к социально-культурному опыту, традициям, обычаям, нормам, общим правилам.

► Основные принципы:

- принцип оздоровительной направленности, как условие оптимизации социального, психического и физического здоровья детей дошкольного возраста;
- принцип развивающего обучения, ориентированный на насыщение детской жизни новыми яркими впечатлениями, знаниями, образами, представлениями о возможности двигательной деятельности.
- принцип индивидуализации, предполагает реализацию проекта с учетом интересов, потребностей ребенка, его возможностей и состояния здоровья.
- принцип содействия и сотрудничества детей и взрослых, предполагает организацию сотрудничества с семьей в достижении цели и задач проекта.



Работа с детьми

Физкультурно-оздоровительная деятельность в соответствии с содержанием проекта реализуется в режиме дня:

- Самостоятельная двигательная деятельность в течение дня;
- Третье физкультурное занятие;
- Индивидуальная работа.

Следуя принципам ФГОС ДО, занятия проводятся в игровой форме.

Схема построения физкультурных занятий традиционна. Занятие состоит из 3 частей: вводной, основной и заключительной. В вводной части занятия используются специальные приемы создания игровой мотивации.

В первой части каждого занятия проводится разминка, включающая разные виды ходьбы, бега, прыжков и ОРУ.

Основная часть занятия включает серию игровых упражнений и игр, направленных на развитие двигательных качеств, а так же на формирование прикладных умений (подтягивание, метание и др).

В заключительной части занятия проводятся малоподвижные игры.





Работа с педагогами

Задачи:

Повысить профессиональную компетенцию педагогов;

Создать информационную базу.

Работа с педагогами проходит через консультации, беседы.

Темы методических рекомендаций по планированию физических упражнений и подвижных игр, направленных на развитие физических качеств детей:

- Подвижные игры и игровые упражнения на развитие быстроты (тест «Бег на 30м»);
- Подвижные игры и игровые упражнения на развитие выносливости (тест «Смешанное передвижение»);
- Подвижные игры и игровые упражнения на развитие мышц спины, брюшного пресса, рук (тест «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу»);
- Подвижные игры и игровые упражнения на развитие гибкости (тест «Наклон вперед из положения стоя на полу»);
- Подвижные игры и игровые упражнения на развитие скоростно-силовых качеств и меткости (тест «Метание теннисного мяча в цель»);
- Подвижные игры и игровые упражнения на развитие скоростно-силовых качеств (тест «Прыжок в длину с места»).



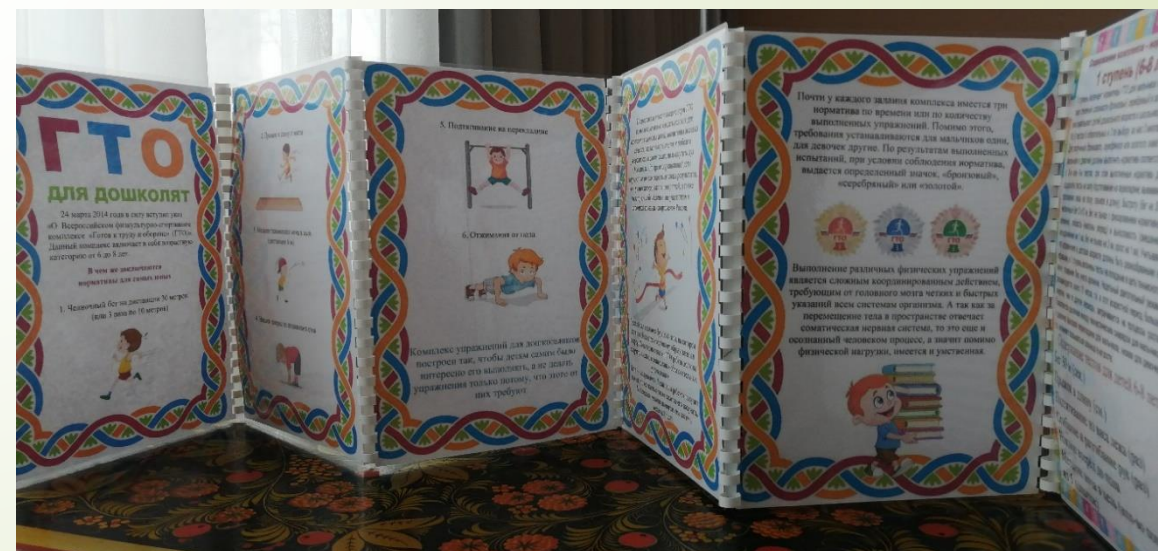
Работа с родителями

Работа по взаимодействию ДООУ и семьи в процессе подготовки к сдаче норм ГТО начинается с анкетирования, направленного на выявление отношения родителей (законных представителей) к занятиям физической культурой и спортом, участием детей в выполнении нормативов первой ступени ГТО.

Дальнейшее взаимодействие с семьей направлено на пропаганду комплекса ГТО.

Основными мероприятиями по взаимодействию ДООУ и семьи в процессе подготовки к сдаче норм ГТО являются:

- индивидуальные и групповые консультации;
- выступления на родительских собраниях;
- распространение информационных буклетов;
- размещение информации на сайте ДООУ.



Сдача нормативов



Результативность реализации проекта

МБДОУ «Детский сад №145» весной 2022 году участвовал в городском фестивале ВФСК ГТО «Юные ГТОшки».

Наши воспитанники в течение года упорно тренировались и шли к намеченной цели.

30 марта 2022 на базе МАДОУ ЦРР «Детский сад №170» прошла сдача нормативов и испытаний ВФСК ГТО.

Тестирование включало обязательные испытания и испытания по выбору, такие как: испытания по челночному бегу 3x10 м, сгибанию-разгибанию рук в упоре лежа на полу, наклону вперед из положения стоя на гимнастической скамье, прыжкам в длину с места толчком двумя ногами, поднятию туловища из положения лежа на спине, метание теннисного мяча в цель.

Во время сдачи нормативов отличился наш воспитанник Александр В., который по итогам сдачи нормативов получил золотую медаль.

Наш детский сад получил кубок участника в командном зачете! Воспитанники показали очень достойные результаты.

Наша команда не только показала свой спортивный класс, но и подготовила визитную карточку, которая не оставила равнодушными никого из присутствующих!

По итогам проекта в команде 2 золотых, 6 серебряных и 2 бронзовых значка из 10 человек.







Желаем удачи и побед! Спасибо за внимание

ГТО – путь к здоровью и успеху

Всероссийский спортивно-оздоровительный комплекс –
УЧАСТВУЕТ ВСЯ СТРАНА!

НАГРАДЫ

- 1 место
- 2 место
- 3 место

БЕГ
на среднюю и длинную дистанции

ПОДЪЯГИВАНИЕ
на перекладине

СТРЕЛЬБА
из пневматической винтовки

БЕГ НА ЛЫЖАХ
в экипировку

МЕТАНИЕ МЯЧА

ПРЫЖОК
в длину

ПЛАВАНИЕ

**РАЗВИВАЙ ТАЛАНТЫ,
ДОБИВАЙСЯ УСПЕХА,
ГОРДИСЬ СВОИМИ ПОБЕДАМИ!**

Ступени норм ГТО для школьников

6-8 лет	9-10 лет	11-12 лет	13-15 лет	16-17 лет
1 ступень	2 ступень	3 ступень	4 ступень	5 ступень

