Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад комбинированного вида№10 «Дюймовочка»

Рассмотрено: Утверждено:

На педагогическом совете Приказом заведующего

МДОУ №10 «Дюймовочка» МДОУ №10 «Дюймовочка»

Протокол № 1 от \_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Журавлевой

№\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

От**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Проект**

**«Первые шаги к ГТО».**

Автор разработки:

Инструктор по физической культуре

МДОУ №10 «Дюймовочка»

Кузнецова М.С.

**Саянск 2020г**

**«Первые шаги к ГТО».**

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» - это программа физической подготовки.

**Цель комплекса ГТО** - увеличение продолжительности жизни населения с помощью систематической физической подготовки.

**Задача ГТО** - массовое внедрение комплекса ГТО, охват системой подготовки всех возрастных групп населения.

**Принципы ГТО** - добровольность и доступность системы подготовки для всех слоев населения, медицинский контроль, учет традиций и особенностей.

**Образовательная область:** «Физическое развитие».

**Вид(Тип) проекта:** Физкультурно-оздоровительный , практико-ориентированный, информационный.

**Сроки реализации проекта:** долгосрочный.

**Участники проекта:**

1. Инструктор по физической культуре
2. Воспитанники подготовительных к школе групп
3. Педагоги дошкольного учреждения
4. Родители (законные представители), ближайшие родственники воспитанников

**Актуальность проекта:**

Сохранение и укрепление здоровья воспитанников, их физического психического и духовно-нравственного развития, формирование основ безопасного образа жизни являются приоритетными направлениями работы образовательной организации, реализующей проект «Первые шаги к «ГТО». Принять дополнительные меры по увеличению двигательной активности воспитанников, особенно детей 6-8 лет (участников реализации проекта). Развитие личности средствами спорта начинается с детского возраста, где движущей силой включения в спортивную деятельность выступает мотивация. Психологические условия развития спортивной мотивации, побуждающие детей участвовать в соревнованиях, интенсивно тренироваться, работать над собой, взаимодействовать со сверстниками, отказываться от некоторых привлекательных видов досуга в пользу тренировок и спортивных состязаний, прилагать усилия для преодоления трудностей, пока еще остаются не до конца изученным явлением. Еще менее исследованным процессом в структуре развивающейся личности остается формирование спортивной мотивации средствами игровой деятельности. Это существенно осложняет решение задачи не только вовлечь детей дошкольного и школьного возраста в занятия спортом, но и поддерживать их спортивную активность на достаточно высоком уровне, не давая ей снижаться в ситуациях, связанных с неудачами на соревнованиях, разочарованиями в полученных результатах, монотонностью и напряженностью тренировок.

Возрождение комплекса ГТО в образовательных организациях, сегодня, на мой взгляд, является актуальным и принципиальным. Целью вводимого комплекса является дальнейшее повышение уровня физического воспитания и готовности людей, в первую очередь молодого поколения к труду и обороне. Именно так закладывался ранее, и будет закладываться сейчас фундамент для будущих достижений страны. Будучи уникальной программой физкультурной подготовки, комплекс ГТО должен стать основополагающим в единой системе патриотического воспитания подрастающего поколения. Как бы в подтверждение общественной значимости и актуальности данного проекта, отмечу, что все люди разные. Однако, у всех, кто добровольно решит пройти испытание комплексом ГТО, есть одна общая черта, – целеустремлённость. Именно эта черта является наиболее важной для людей XXI века. Только целеустремлённые и физически подготовленные люди смогут добиться успеха в условиях конкуренции на рынке труда, а наша задача помочь им в этом, т.к. их достижения будут иметь не просто личностный, а социальный смысл. 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. Все это и натолкнуло меня на мысль о создании проекта по реализации комплекса ГТО.

**Аннотация проекта:**

Проект предусматривает подготовку и мотивацию детей 6-8 лет к сдаче первой ступени норм ГТО (подготовительные к школе возрастные группы ДОО). Создание материально-технической базы для развития и совершенствования физических качеств современного дошкольника, привлечение родителей (законных представителей) воспитанников, ближайших родственников к активному участию в спортивной жизни детского сада; формирование потребности в здоровом образе жизни; воспитание нравственно-патриотических чувств и толерантной личности.

**Проблема:**

Недостаточная осведомленность родителей о важности физического воспитания. Низкая спортивная активность, малоподвижный образ жизни детей и их семей, отсутствие понимания культуры спорта. Негативная статистика по образу жизни в семье (сниженная активность, несбалансированное питание, несоблюдение режима дня, растущие факторы риска, отсутствие полезных привычек). Для того, чтобы повысить уровень физической подготовленности, снизить число часто болеющих детей, увеличить количество детей и родителей регулярно занимающихся физической культурой и спортом необходимо значительно повысить эффективность системы физического воспитания дошкольников.

**Цель проекта:**

Создание условий в ДОО для успешной подготовки детей дошкольного возраста к сдаче норм ГТО первой ступени

**Задачи проекта:**

1. Познакомить детей с программой ГТО и традицией их проведения;
2. Расширить и закрепить знания детей и родителей о здоровом образе жизни;
3. Продолжать развивать двигательные навыки и физические качества детей;
4. Совершенствовать физические способности в совместной двигательной деятельности детей;
5. Содействовать развитию интереса к занятиям физической культурой и спорту;
6. Разработать комплекс мер для эффективной и комплексной сдачи норм ГТО первой ступени с детьми 6-8 лет;
7. Повысить профессиональное мастерство педагогов дошкольного учреждения по теме «здоровый образ жизни»;
8. Создать единое воспитательно-образовательное пространство на основе доверительных партнерских отношений сотрудников ДОО с родителями.

**Новизна проекта:**

Создание в дошкольном учреждении системы по подготовке к проведению испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО. Совместная деятельность дошкольного учреждения и семьи с целью приобщения ребенка к здоровому образу жизни и обогащению его социального опыта.

**Принципы:**

Принципы образования дошкольников в области физической культуры и принципы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» неразрывно связаны между собой.

***Принцип оздоровительной направленности*** *-* обеспечить рациональный общий и двигательный режим в дошкольном учреждении, создать оптимальные условия для игр и занятий детей.

***Принцип социализации ребенка*** *-* дошкольник постоянно вовлечен в групповую двигательную деятельность, способствующую обогащению эмоционально-волевой сферы и формированию межличностных отношений и организационных умений.

***Принцип всестороннего развития личности*** *-* обеспечивать согласованное, соразмерное развитие всех физических качеств, разностороннее формирование двигательных навыков и овладение детьми специальными знаниями.

***Принцип единства с семьей*** *–* соблюдение единых требований дошкольного учреждения и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, формирования культурно-гигиенических навыков, развития движений детей.

***Принцип региональный специфики образова****ния -*предполагает физическое воспитание детей с учетом климатогеографических условий и культурных традиций региона, а также этнических особенностей как одного из факторов духовного и их физического развития.

***Принцип доступности*** **-** соответствие уровню социального, психического и физического развития ребенка, его возможностями способностям.

**Практическая значимость:**

Реализация данного проекта не только повысит профессиональную компетенцию воспитателей, но и повысит осведомленность родителей важности физического воспитания и приобщения детей к ЗОЖ.

Физические нагрузки позволят развить у наших воспитанников выносливость, смелость, физические качества, выявить психологическую предрасположенность воспитанников к различным видам спорта, оказать поддержку детям, отстающим в физическом развитии от сверстников. Все вышеперечисленное должно повлиять на повышение качества образовательного процесса, снижение заболеваемости дошкольников.

**Инновационная направленность:**

Комплекс ГТО должен стать основополагающим в единой системе патриотического воспитания подрастающего поколения.

**Интеграция образовательных областей:**

«Познавательное развитие»,

«Речевое развитие»,

«Художественно-эстетическое развитие»,

«Физическое развитие»,

«Социально-коммуникативное развитие».

**Формы работы:**

Игровая, познавательная, творческая.

**Ожидаемые результаты:**

- Выявление физической и психологической предрасположенности дошкольника к какому-либо виду спорта;

- Пополнение знаний о комплексе ГТО.

- Повышение мотивации и интереса к занятиям физической культурой и спортом;

- Положительная результативность в сдаче норм «ГТО»;

- Рост спортивных достижений;

- Эмоциональное сближение детей и родителей;

- Рост профессиональной компетенции педагогов;

- Активное взаимодействие родителей и педагогов;

- Обогащение педагогического опыта родителей;

- Формирование у родителей осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, ведение здорового образа жизни;

- Обогащение методической базы и развивающей среды в ДОО;

- Приобретение опыта взаимодействия с социальными партнёрами;

- Повышение привлекательности детского сада в глазах родителей и коллег.

**Нормативно-правовые основания внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО»**

Нормативно-правовая база проекта выстраивается на основе законодательных, программных документов федерального, регионального и муниципального уровней. К наиболее значимым документам, определяющим условия и механизмы внедрения модели воспитательной компоненты на федеральном уровне, относятся:

- Конвенция о правах ребенка.

- Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных Законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 N 6-ФКЗ, от 30.12.2008 N 7-ФКЗ).

- Указ Президента Российской Федерации от 24 марта 2014 г. № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)».

- Проект Постановления Правительства Российской Федерации от 2014г. «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно - спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)».

- Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» на 2013-2020 гг., утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 22 ноября 2012 г. № 2148.

**Этапы реализации проекта.**

**Подготовительный этап.**

1. Знакомство и изучение нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) I ступень (возрастная группа от 6 до 8 лет);
2. Организация кадрового обеспечения;
3. Формирование нормативно-правовой базы;
4. Составление проекта;
5. Определение целей и задач проекта;
6. Создание условий по внедрению проекта;
7. Подборка оборудования, спортивного инвентаря для проведения нормативных испытаний, физкультурных занятий и спортивных праздников.
8. Подбор методической, научно-популярной литературы, иллюстративного материала по теме проекта;
9. Информирование воспитанников и их родителей (законных представителей), сотрудников в области здоровьесбережения и основ безопасного образа жизни;
10. Беседа с воспитателями;
11. «Этапы проекта и его реализация» (Прогнозирование результата, составление плана совместной деятельности с детьми, педагогами, родителями);
12. Подбор материала и оборудования для бесед, презентаций, спортивных праздников, спортивных игр, эстафет;
13. Сотрудничество с родителями

**Основной этап.**

(реализация основных видов деятельности по направлениям проекта)

**Работа с детьми.**

|  |  |
| --- | --- |
| ***Виды деятельности*** | ***Тема*** |
| |  | | --- | | 1. Познавательная деятельность (на познавательных занятиях) | | «Что такое ГТО?»  «Олимпиада и где она возникла?»  «Что нужно знать, чтобы стать знаменитым спортсменом?»  «Что происходит с нашим организмом (сердце, легкие, мышцы) после занятий физической культурой?»  «Каковы мои физические возможности?» |
| 2. Сбор и систематизация информации | 1. Рассматривание картинок и фотографий с изображением разных видов спорта и оформление их в альбом;  2. Использование дидактических игр, посвященных разным видам спорта: «Назови вид спорта», «Спортивное оборудование»;  3. Составление сборника рассказов детей о любимом спортсмене;  4. Фотосессия «Мы занимаемся спортом» (оформление стенда);  6. Фоторепортажи с соревнований. |
| 3. Физкультурная деятельность детей | 1. Непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию воспитанников в зале и на воздухе. 3 раза в неделю. Развивать физические качества (силу, ловкость, гибкость, координацию и т. д.);  2. Прогулки;  3. Подвижные игры;  4. Утренняя гимнастика;  5. Спортивные досуги, праздники;  6. Дни здоровья;  7.Спортивные упражнения;  8.Спортивные игры, эстафеты, соревнования. |
| 4.Творческая деятельность детей | 1. Придумывание рассказов о спорте и спортсменах;  2. Создание рисунков о спорте. Выставки творческих работ |
| 5. Мир музыки | 1. Прослушивание и разучивание песен на спортивную тематику: «Спортивная семья», «Трус не играет в хоккей», «Старт даёт Москва» и т.д. |

**Работа с родителями.**

|  |  |
| --- | --- |
| Собрания | 1. Знакомство с проектом «Первые шаги к ГТО». Презентация проекта.  2. «Как провести выходной день с детьми» |
| Беседы, консультации,  анкеты | 1. Беседы «Спорт в жизни людей»  2. Консультация «Роль семьи в физическом воспитании ребёнка»  3. Консультация «Зачем заниматься утренней гимнастикой и физкультурой?»  4. Консультация для родителей: «Зачем нужно ГТО в дошкольном возрасте?  5. Консультация для родителей: «Нормативные испытания «ГТО» и как их проходить».  6. Анкетирование родителей. Выявить интерес родителей в подготовке детей по выполнению нормативов ГТО.  7. Наглядная агитация, тематические выставки «Спорт и здоровый образ жизни», «Детский сад и спорт», «Виды спорта».  8. Изготовление буклетов «Подготовка детей дошкольного возраста к сдаче ГТО» |
| Практические задания | 1. Систематизация стихов и загадок о спорте (в форме альбома);  2. Фоторепортажи «Семейные спортивные традиции»;  3. Совместное творчество с детьми «Любимый вид спорта»;  4. Экскурсия с родителями на пункты тестирования;  5. Мастер-класс «Делай как я!» для детей подготовительной к школе группы и их родителей по разным видам нормативов «ГТО» (силовые, на гибкость, на скорость и выносливость).  6. Проведение совместных спортивных праздников, развлечений, досугов. Вызвать интерес у родителей к совместным мероприятиям, проводимых в дошкольном учреждении;  7. Мастер-класс для родителей по обучению методам диагностики и контроля уровня физического развития своего ребенка;  8. Конкурс фотографий «Здоровая семья - счастливый ребёнок».  9. Презентация для родителей с использованием мультимедийного оборудования «Выполняем нормы ГТО». |

**Работа с педагогами.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1. Знакомство с перспективным планированием по теме  2. Подбор музыкальных произведений на спортивную тематику;  3. Индивидуальные консультации по коррекционно-развивающей работе.  4. Организация педсовета по теме «Здоровье ребёнка в наших руках».  5. Подбор альбомов с художественным словом о спорте;  6. Презентации «Физкультура в ДОУ», «Дыхательная гимнастика», «История Олимпиады»;  7. Презентация с использованием мультимедийного оборудования «История возникновения ГТО»;  8. Презентация проекта и создание методических рекомендаций для педагогов других ДОО;  9. Подбор музыкального репертуара, изготовление новых атрибутов, подготовка и оформление зала к спортивным праздникам;  10. Семинар-практикум для педагогов: «Физкультурно-образовательное пространство дошкольного учреждения как условие подготовки детей к сдаче норм комплекса ГТО».  11. Консультация для педагогов: «Что такое ГТО?»;  12. Консультация для педагогов: «Внедрение комплекса ГТО в ДОО.  Ознакомить педагогов с требованиями и методическими рекомендациями ВФСК ГТО;  13. Анкетирование «Нужно ли ГТО для дошкольников» | | | |
| **Работа с социальными партнёрами.** | | | |
| 1. Размещение конспектов спортивных мероприятий на сайтах организаций;  2. Публикации в печатных изданиях;  3. Совместные спортивные мероприятия с начальной школой, другими ДОО;  4. Участие в городских спортивных мероприятиях;  5. Экскурсии детей детского сада в спортивный зал школы;  6. Встреча со спортсменами города Саянска. | | | |
| № | Содержание деятельности | Срок выполнения |
| 1.  2.  3. | Диагностика уровня физической подготовленности детей;  Презентация с использованием мультимедийного оборудования «История возникновения ГТО»;  Конкурс рисунков «Эмблема здоровья нашей семьи». | Сентябрь |
| 1.  2.  3.  4. | Оформление стенда «ГТО – возродим традиции!».  Чтение с детьми рассказов, загадывание загадок, разучивание стихотворений о спорте.  Беседа с детьми о пользе занятий спортом или физическими упражнениями. Определить знания детей о роли спорта в жизни человека.  Осенний марафон «Самый быстрый» | Октябрь |
| 1.  2.  3.  4. | Проведение с детьми интеллектуальных и развивающих игр: «Узнай вид спорта», «Спортивное оборудование», «Сложи картинку», «Найди спортсмена по описанию», «Что изменилось на спортивной арене?».  Рисование по теме: «Выполним нормы ГТО!», «Спорт и спортивные атрибуты»; «Вперед к победам».  Неделя зимних игр и забав  Соревнование « Чтобы был успех надо бросить дальше всех» | Ноябрь |
| 1.  2.  3.  4. | Беседа «Виды спорта»  Конкурс рисунков «Зимние забавы»  Оформление фотоальбома «Зимние виды спорта», «Как мы дружим со спортом»  Совместное мероприятие «Мама, папа, я – спортивная семья». | Декабрь |
| 1.  2.  3.  4. | Оформление газеты, совместно с родителями  « Олимпийские игры»  Беседы «Значение занятий спортом для укрепления здоровья», «Что такое ГТО?»  Встреча со спортсменами  Соревнования «Ловкие прыгуны» | Январь |
| 1.  2.  3.  4. | Презентация «История олимпийских игр»  Выставка совместного творчества детей и родителей «От норм ГТО – к олимпийским медалям!».  Сборник рассказов детей об их любимом спортсмене (при участии родителей);  Спортивно- игровой квест по физическому воспитанию детей подготовительных к школе групп «Путешествие по спортивному городу». Пропаганда здорового образа жизни и вовлечение детей к подготовке выполнения нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» | Февраль |
| 1.  2.  3.  4. | Выставка детских рисунков, газет на тему «Галерея спорта»  Сборник стихов, загадок о разных видах спорта (при участии родителей)  Фотовыставка «Навстречу рекордам».  Мастер-класс «Делай как я!» для детей подготовительной к школе группы и их родителей по разным видам нормативов «ГТО» (силовые, на гибкость, на скорость и выносливость). | Март |
| 1.  2.  3.  4.  5. | Выставка коллажей «Мой любимый вид спорта»; Спортивное развлечение «От норм ГТО – к олимпийским медалям»  Презентация для детей с использованием мультимедийного оборудования «Выполняем нормы ГТО».  Разработка сценария спортивного праздника «ГТО – наш верный друг»  Изготовление эмблем к спортивному празднику | Апрель |
| 1.  2.  3.  4.  5.  6. | Диагностика уровня физической подготовленности детей.  Демонстрация материалов по проекту на сайте ДОО.  Трансляция результатов  Презентация проекта.  Анализ мониторинга работы по проекту «Навстречу рекордам».  Проведение спортивного праздника «ГТО – наш верный друг». | Май |

**Заключительный этап.**

Обобщение результатов работы, фотоотчёт на сайте детского сада по проведённым мероприятиям в рамках проекта.

**Итог проекта.**

Сдача норм ГТО первой ступени детьми 6-в лет на пунктах тестирования ЮВАО.

Добровольная сдача норм ГТО родителями воспитанников и педагогами ДОО.

**Ожидаемые результаты.**

*Для детей:*

• Повышение уровня физического развития и укрепления здоровья детей;

• Повышение интереса детей, их родителей и к физическим упражнениям, спорту и здоровому образу жизни;

• Вовлечение детей в систематические занятия спортом, выявление их склонности и пригодности для дальнейших занятий спортом, воспитание устойчивого интереса к ним;

• Сформировать у детей представления о комплексе ГТО, как о мероприятиях, направленных на укрепление здоровья с помощью систематической физической подготовки;

• Воспитанная у детей целеустремленность, организованность, инициативность, трудолюбие.

*Для педагогов:*

• Выполнение норм ГТО всеми желающими участниками образовательного процесса;

• Привлечение родительской общественности и социума для реализации физкультурно-спортивного направления ДОО;

• Повышение профессионального мастерства педагогов ДОО в здоровьесбережении;

• Создание единого воспитательно–образовательного пространства на основе доверительных партнерских отношений сотрудников ДОО с родителями;

• Участие социума в спортивной жизни ДОО;

• Сформированность осознанного отношения к своему собственному здоровью;

• Пополнение знаний о комплексе ГТО.

*Для родителей:*

• Информированность о комплексе ГТО;

• Проявление интереса к занятиям физкультурой и спортом совместно с детьми;

• Методическое обеспечение;

• Активное участие родителей в детсадовских спортивных мероприятиях;

• Соблюдение единства требований воспитателей и родителей в воспитании здорового подрастающего поколения;

• Приобщение к спорту и физической культуре через семью.

**Используемая литература.**

1. Материалы официального сайта ВФСК «ГТО»;

2. Указ Президента РФ от 24.03.2014 г. № 172 о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО);

3. Положение о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) от 11.06.2014 г. № 540;

4. Веракса Н. Е., Веракса А. Н. Проектная деятельность дошкольников. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2008;

5. Картушина М. Ю. Быть здоровыми хотим: оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы. – М.:АРКТИ, 2004;

6. Пензулаева Л.И. – физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа детского сада. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2011. – 112 с.

7. Пензулаева Л.И. – Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. Комплексы оздоровительной гимнастики. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2010. – 128 с.

8. Фролов В.Г. – Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке: Пособие для воспитателя. – М.: Просвещение, 1986. – 159 с.

9. Шебеко В.Н. – Физкультурные праздники в детском саду: творчество в двигательной деятельности дошкольника: Кн. для воспитателей детского сада / В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак. – 3-е изд. – М.: Просвещение. 2003. – 93 с.

10. Шишкина В.А. Движение: Кн. для воспитателя детского сада. – М.: Просвещение, 1992. – 96 с.