Проект «ГТО в детский сад».

Тип проекта: образовательный, творческий, игровой.

Участники проекта: инструктор по физической культуре, воспитатели, дети старшего возраста, родители.

**Возраст дошкольников:** от 5 до 7 лет;

**Продолжительность проекта**:   долгосрочный

Сроки реализации: октябрь 2020 - февраль 2021 г

Актуальность проблемы.

Интеграция ВФСК «ГТО» в систему дошкольного образования связана с выделением в комплексе 1-й ступени (от 6 до 8 лет): дети подготовительных групп (6 лет) уже могут сдавать нормативы ВФСК «ГТО». У детей необходимо не только развивать физические способности, но и формировать представление о ВФСК  «ГТО».

Такой подход к организации физического воспитания, позволит мотивировать и вовлекать детей и родителей в систематические занятия физической культурой с учетом их индивидуальных, психологических и физических особенностей. Предлагаемые формы занятий физической культурой позволят дошкольникам не только выполнить нормы комплекса «Готов к труду и обороне», но и будут способствовать их личностному развитию и повышению уровня патриотического самосознания.

**Цель и задачи проекта.**

Цель проекта: Приобщение к здоровому активному образу жизни, создание положительной  мотивации у дошкольников для занятий физкультурой и спортом, в условиях внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО». Апробация норм ВФСК «ГТО» I ступени.

**Задачи проекта:**

**Для детей:**

Формировать у дошкольников первоначальные знания о ВФСК «ГТО»;

Приобщать дошкольников к массовому спортивному движению «Готов к труду и обороне!»

Приобщать дошкольников к физической культуре и здоровому образу жизни.

Воспитывать патриотизм, гордость за свою страну, позитивное отношение к занятиям спортом и физической культуре;

**Для родителей:**

 Вовлекать родителей в работу по реализации проекта;

 Создать условия в семье для развития двигательной активности детей, интереса к физической культуре и спорту.

 **Для педагогов:**

 Повысить профессиональную компетенцию педагогов по вопросам ГТО;

 Создать условия для повышения двигательной активности детей

 Формировать ценностное отношение к здоровью, активной гражданской позиции, желание сдать нормы  «ГТО».

Провести информационную кампанию о значимости внедрения комплекса ГТО среди детей, их родителей и сотрудников ДОУ;

Развивать стремление к укреплению и сохранению своего собственного здоровья посредством формирования культуры здорового образа жизни.

Совершенствовать физические способности и двигательные навыки в совместной двигательной деятельности детей

Содействовать развитию интереса к занятиям физической культурой и спортом у воспитанников, их родителей и сотрудников ДОУ.

**Содержание проекта**

Проект «ГТО в детский сад» разработан с учётом возрастных особенностей дошкольников, ФГОС дошкольного образования.

При разработке проекта учитывалось наличие спортсооружений, состояние территории и помещений детского сада, Физкультурно-оздоровительная работа в учреждении ведется в нескольких направлениях:

- элементарный туризм

- здоровое и правильное питание

- использование здоровьесберегающих технологий.

Оптимизация режима:

Учет индивидуальности и возрастных особенностей детей.

Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима.

Определение оптимальной индивидуальной образовательной нагрузки на ребенка.

Распределение двигательной нагрузки в течение дня.

Организация правильного питания:

Питание по 10-ти дневному меню.

Организация второго завтрака (соки, фрукты).

Строгое соблюдение питьевого режима.

Организация двигательной деятельности:

Утренняя гимнастика.

Артикуляционная гимнастика.

Физкультурные занятия.

Музыкально-ритмические занятия.

Оздоровительные игры на прогулке.

Физкультура на улице.

Бодрящая гимнастика после сна.

Физкультминутки.

Подвижные игры.

Спортивные досуги.

Дни здоровья.

Индивидуальная работа с детьми.

Детский туризм.

Система закаливания:

Водные процедуры.

Облегченная форма одежды.

Умывание рук и лица прохладной водой.

Подвижные игры с элементами спорта.

Упражнения для профилактики нарушения осанки.

Дыхательные упражнения.

Психорегулирующие упражнения и игры.

Упражнения для профилактики плоскостопия.

Босохождение.

Мониторинг:

 Педагогический мониторинг изучения индивидуального развития детей по образовательной области «Физическое развитие».

 Анализ заболеваемости.

 Анализ состояния здоровья.

 **Ожидаемый результат:**

стремление к формированию здорового образа жизни у детей, родителей и педагогов

повышение интереса детей к физическим упражнениям и спорту

выполнение норм ГТО всеми желающими участниками образовательного процесса

повышение профессионального мастерства педагогов дошкольного учреждения в вопросах здоровьесбережения

участие социума в спортивной жизни ДОУ

проведение флешмоба, спортивного праздника «За здоровый образ жизни»

выявление физической и психологической предрасположенности дошкольника к какому-либо виду спорта.

План реализации

Подготовительный этап:

1. Ознакомить педагогов, родителей, детей о задачах проекта;

2. Беседа с детьми о пользе занятий спортом или физическими упражнениям.

3. Изучить нормативно - правовые документы по внедрению ВФСК ГТО.

4. Ознакомить детей и родителей с историей, нормативами и методическими рекомендациями ВФСК ГТО

 5. Через информирование на сайте вызвать интерес у родителей к совместным мероприятиям, проводимых в дошкольном учреждении;

Основной этап:

Проведение ежедневной утренней зарядки с включением игр и упражнений для подготовки к сдаче норм ГТО;

 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.)*

Подвижные игры с элементами спорта.

Подвижные игры с бегом, эстафеты с различными видами бега

 Подвижные игры и упражнения на гибкость и силу

 Развитие силы и гибкости

 Подвижные и спортивные игры с метанием.

Заключительный этап:

1. Спортивно - игровой флешмоб с участием педагогов –февраль.

2. Изготовление стенгазет (с привлечением детей и родителей воспитанников на возрастных группах, включившихся в реализацию проекта;

 3.Выставка рисунков, фотографий «Быстрее, выше, сильнее!»

|  |
| --- |
|   Организация и сроки проведение мероприятий |
| № | Мероприятия | Сроки выполнения | Ответственные |
| 1. | Проведение занятий согласно утвержденным планам, графикам, методическим рекомендациям | В течение года | Инструктор по физкультуре |
| 2. | Организация спортивных мероприятий, досугов, викторин | В течение года | Инструктор по физкультуре |
| 3. | Организация ООД и подготовки дошкольников к предстоящим состязаниям. | В течение года | Инструктор по физкультуре |
| 4. | Мониторинг физической подготовки дошкольников | Февраль 2021 | Инструктор по физкультуре |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 5. | Проведение спортивного праздника «От значка ГТО –к  спортивным медалям» | Февраль 2021 | Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель воспитатели |
| 6. | Фотоотчёт на сайте ДОУ по проведённым мероприятиям в рамках проекта | Февраль 2021 | Инструктор по физкультуре воспитатели |

                    Перспектива развития проекта.

Внедрение ВФСК «ГТО» в общеобразовательные организации и его наградная система прекрасно подходит для детей - его соревновательный дух и достижимые цели являются доступными и понятными каждому. Направленность комплекса «ГТО», общедоступность физических упражнений, включенных в его нормативы, их очевидная польза для укрепления здоровья и развития навыков и умений, необходимых в повседневной жизни, сделают ВФСК « ГТО» популярным среди детей.

Тесное сотрудничество с родителями, с социумом в целях сохранения и укрепления здоровья детей, формирования потребностей в занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании и ведении здорового образа жизни, участие сдаче норм ВФСК «ГТО».

Список литературы:

Веракса Н. Е., Веракса А. Н. Проектная деятельность дошкольников. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2008; Картушина М. Ю. Быть здоровыми хотим: оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы. –      М.:АРКТИ, 2004;

Материалы официального сайта ВФСК «ГТО»;

Новикова И. М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Для работы с детьми 5-7 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2010

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

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

**Постановление Правительства РФ от 11.06.2014 N 540 (ред. от 29.11.2018) "Об утверждении** Положения **о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО)"**

ПРАВИТЕЛЬСТВО РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ПОСТАНОВЛЕНИЕ

от 11 июня 2014 г. N 540

ОБ УТВЕРЖДЕНИИ ПОЛОЖЕНИЯ

О ВСЕРОССИЙСКОМ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОМ КОМПЛЕКСЕ

"ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ" (ГТО)

Во исполнение [Указа](https://legalacts.ru/doc/ukaz-prezidenta-rf-ot-24032014-n-172/#100009) Президента Российской Федерации от 24 марта 2014 г. N 172 "О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО)" Правительство Российской Федерации постановляет:

1. Утвердить прилагаемое [Положение](https://legalacts.ru/doc/postanovlenie-pravitelstva-rf-ot-11062014-n-540/#100009) о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО).

2. Рекомендовать органам исполнительной власти субъектов Российской Федерации и органам местного самоуправления при формировании проектов бюджетов на очередной финансовый год и плановый период предусматривать финансовое обеспечение расходов на реализацию мероприятий, предусмотренных планом мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО).

Председатель Правительства

Российской Федерации

Д.МЕДВЕДЕВ

Утверждено

постановлением Правительства

Российской Федерации

от 11 июня 2014 г. N 540

ПОЛОЖЕНИЕ

О ВСЕРОССИЙСКОМ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОМ КОМПЛЕКСЕ

"ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ" (ГТО)

I. Общие положения

1. Настоящее Положение определяет цель, задачи, структуру, содержание и организацию работы по внедрению и дальнейшей реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО) - программной и нормативной основы системы физического воспитания населения (далее - Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс).

2. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс устанавливает государственные требования к уровню физической подготовленности населения.

3. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс предусматривает подготовку к выполнению и непосредственное выполнение различными возрастными группами (от 6 до 70 лет и старше) населения Российской Федерации (далее - возрастные группы) установленных нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса по 3 уровням сложности, соответствующим золотому, серебряному или бронзовому знакам отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса (далее - нормативы испытаний (тестов)).