

Проект «ГТО в детском саду»

Срок реализации: сентябрь-май (2024-2025)

Возраст: Старшая, подготовительная группа.

Инструктор по физической культуре: Фоминых Ирина Алексеевна

Актуальность проблемы.

Проблема здорового образа жизни в современном обществе сегодня является одной из самых актуальных. Эта проблема требует к себе особого внимания. С внедрением Всероссийского **физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне"** должна произойти модернизация системы **физического** воспитания и системы развития массового **детско-юношеского** спорта в образовательных организациях. Поэтому внедрение комплекса «ГТО» в **детском саду** решит многие проблемы в **физическом** и психическом развитии ребенка-дошкольника. Главное, что мы должны сделать сейчас как педагоги образовательного учреждения - это активно внедрять «ГТО» в нашу жизнь среди детей и родителей.

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

Именно такой подход к организации **физического воспитания**, позволит максимально 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. В связи с этим был разработан данный **проект**.

Гипотеза проекта:

Данный **проект** позволит максимально вовлекать и мотивировать детей и родителей в регулярные систематические занятия **физической культурой**, выполнять нормы Комплекса «*Готов к труду и обороне*», способствовать их личностному развитию, развитию социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания, а так же заинтересует детей и родителей сдавать нормативы ГТО сейчас и в будущем.

Цель:

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:

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**;

Вовлекать родителей в работу по реализации **проекта**;

Тип **проекта** : практический, игровой, оздоровительный

По продолжительности– долгосрочный.

По составу участников **проекта** – **дети старшей**, подготовительной группы, родители.

Ресурсное обеспечение **проекта**

1. Кадровое обеспечение.

Участники **проекта** :инструктор по физической культуре, дети старшей, подготовительной группы, воспитатели группы, родители воспитанников (*совместная деятельность*), ДЮСШ.

2. Информационное обеспечение.

Использование здоровьесберегающих технологий.

Утренняя гимнастика.

Физкультурные занятия.

Оздоровительные игры на прогулке.

Физкультура на улице.

Подвижные игры.

Спортивные досуги.

Дни здоровья.

Подвижные игры с элементами спорта.

Упражнения для профилактики нарушения осанки.

Дыхательные упражнения.

Упражнения для профилактики плоскостопия.

-наглядно-дидактические пособия, книги.

3. Материально-техническое обеспечение.

-фотоаппарат;

-компьютер;

-музыкальный центр;

-интернет-ресурсы и др.

Этапы реализации проекта :

1. этап: Организационно-Подготовительный

- Изучение литературы;

- Составление плана работы;

- Разработка содержания **проекта**.

- работа с родителями (*привлечение родителей в **проект** по мере необходимости*)

2 этап: Рефлексивно диагностический

Внесение необходимых изменений в план мероприятий в свете проделанной работы. Анализ своих профессиональных возможностей и предполагаемых затруднений по теме **проекта**.

3 этап: Практический

Работа над **проектом по плану с детьми**, педагогами, родителями, дюсш.

Содержание работы:

Сентябрь

Разработка плана мероприятий совместной деятельности детей, инструктора по **физической культуре**, педагогов.

Подбор литературы, методического материала по теме **проекта**

«*Навстречу рекордам*» (сдача норм ГТО: челночный бег, бег на 30 м, прыжки в длину, гибкость).

Октябрь

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. Регистрация детей на сайте ГТО (*родители*)

3. Презентация с использованием мультимедийного оборудования «*История возникновения ГТО*».

4. Презентация «*Знаки отличия и символика ГТО*»

5. Информация в родительский уголок по теме **проекта**

6. Совместное мероприятие «*Арбузник-ГТО*»

Ноябрь

1. Презентация «*Легкая атлетика – королева спорта*».

2. Подвижные и спортивные игры с прыжками

3. Решение с детьми проблемных вопросов и ситуаций «*Зачем люди занимаются спортом?*» «*Что нужно делать, чтобы стать спортсменом?*» «*Какие у меня **физические возможности?***».

4. Сдача норм ГТО (*ДЮСШ*)

Декабрь

1. Подвижные игры и упражнения на гибкость и силу

2. Презентация: «Зимние виды спорта»

3. Презентация о спорте и ЗОЖ

4. Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6м (*количество попаданий*)

Январь

1. Неделя гибкости и силы (сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (*количество раз, (сгибание и разгибание туловища в упоре лежа на спине)*)

2. Презентация о спорте и ЗОЖ, ГТО

3. поднимание туловища из положения лежа на спине (*количество за 1 минуту*)

4. Сдача норм ГТО (*ДЮСШ*)

Февраль

1. Презентация о спорте и ЗОЖ,

2. совместное творчество «Я за ГТО»

3. Игры – упражнения с включением обязательных испытаний (*тестов*) ВФСК «ГТО»

4. Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6м (*количество попаданий*)

Март

1. Презентация «ЗОЖ и дети»

2. Игры – упражнения с включением обязательных испытаний (*тестов*) ВФСК «ГТО»

3. Игры – упражнения «прыжки в длину с места»

Апрель

1. Подвижные игры с бегом, эстафеты с различными видами бега.

2. Смешанное передвижение на 1000 м (*мин. с*)

3. Презентация «Спорт, спорт, спорт».

4. Сдача норм ГТО (*ДЮСШ*)

Май

1.«Навстречу рекордам» (сдача норм ГТО: челночный бег, бег на 30 м, прыжки в длину, гибкость).

2. Сдача норм ГТО (*ДЮСШ*)

3. Итоговое мероприятие по ГТО

В **проект** могут вноситься дополнения и изменения.

4 этап: Заключительный

Презентация **проекта**.

Ожидаемые результаты реализации **проекта** :

1. У детей повысится уровень **физической** подготовленности и укрепится здоровье;
2. Сформируется представление о комплексе ГТО, как о мероприятиях, направленных на укрепление здоровья с помощью систематической **физической подготовки**;
3. Родители информированы о комплексе ГТО; принимают активное участие в спортивных мероприятиях;

Риски:

- Несоблюдение сроков реализации **проекта**.
- Недостаточность оборудования.
- Посещаемость детьми **детского сада**.
- другое.