МДОУ «Детский сад №135»

2022-23 учебный год

ПРОЕКТ

«ГТО в детский сад.

Возрождение традиций»

Ответственный: инструктор по физкультуре Протасова Е.В.

Содержание:

1. Концепция проекта.

2. Цель и задачи проекта.

3. Актуальность проблемы.

4. Аннотация проекта.

5. Обоснование.

6. Пути реализации проекта.

7. Ожидаемые результаты реализации проекта.

8. Нормативно-правовые основания.

9. Место реализации проекта.

10.Этапы проекта.

11.Разработка и реализация плана укрепления и развития материальнотехнического обеспечения и программы по формированию здорового и безопасного образа жизни.

12.Список использованных источников.

13.Приложения.

**Название проекта:** «ГТО в детский сад. Возрождение традиций!» **Образовательная область**: физическое развитие. **Тип проекта:** информационный, познавательно-оздоровительный, практикоориентированный, долгосрочный. **Участники проекта**: воспитанники старших и подготовительных групп, родители (законные представители), инструктор по физической культуре, воспитатели, педагог-психолог, специалисты детского сада. **Сроки реализации**: 2019 – 20 учебный год **Цели проекта**: Подготовка детей старшего дошкольного возраста к выполнению нормативов первой ступени физкультурно- спортивного комплекса ГТО. Активное включение всех участников образовательных отношений в подготовку и сдачу нормативов ГТО в соответствии с возрастными ступенями. **Задачи:** Пропаганда ЗОЖ, формирование у детей и родителей потребности в ЗОЖ, стремление к сохранению и укреплению своего здоровья средствами физической культуры. Познакомить детей и родителей с программой ГТО и традицией их проведения. Массовое внедрение комплекса ГТО. Усилить мотивационную деятельность всех участников образовательного процесса (дети, родители (законные представители), педагогический коллектив) с целью организации сдачи норм ГТО в ДОО, организовать работу с семьями обучающихся по формированию ЗОЖ. Создать комфортные условия для занятий физической культурой в ДОУ, поднять и поддержать интерес у детей к физкультурно-оздоровительным занятиям. Совершенствовать физические способности детей в совместной двигательной деятельности.

**Актуальность проблемы**:

Проблема здорового образа жизни в современном обществе сегодня является одной из самых актуальных. Эта проблема требует к себе особого внимания. Нужно сформировать у населения осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом и ведении здорового образа жизни. С внедрением Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО) должна произойти модернизация системы физического воспитания и системы развития массового детско-юношеского спорта в образовательных организациях.

Значимость внедрения комплекса является: повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма и гражданственности, улучшении качества жизни граждан Российской Федерации. Развитие личности средствами спорта начинается с детского возраста, где движущей силой включения в спортивную деятельность выступает мотивация. Актуальность данной проблемы определяется не только совершенствованием и широким распространением новых здоровьесберегающих технологий в воспитательном процессе ДОУ, но и созданием целостной практикоориентированной системы здраво- созидательного образа жизни, направленных на формирование у воспитанников представлений о биологическом и социальном, физическом и духовном началах личности, умении учитывать это в своем поведении, владеть доступными средствами и методами укрепления здоровья.

В соответствии со «Стратегией развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года» и Государственной программой Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта» доля населения, систематически занимающегося физической культурой и спортом, к 2020 году должна достигнуть 40%, а среди обучающихся – 80%. Поэтому необходимо создать современную и эффективную государственную систему физического воспитания населения. Еѐ системообразующим элементом призван стать Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс. Концепция Комплекса разработана в соответствии с поручением Президента Российской Федерации от 4 апреля 2013 года. Она определяет цель, задачи и механизмы реализации Комплекса.

Таким образом, общественное обсуждение проекта Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса привлекло внимание общественности к актуальным вопросам физической культуры и спорта, помогло внести необходимые коррективы, осознать и активно включиться в этап внедрения комплекса и участникам образовательного процесса МДОУ «Детский сад №135». Сохранение и укрепление здоровья воспитанников, их физического психического и духовно-нравственного развития, формирование основ безопасного образа жизни являются приоритетными направлениями работы образовательной организации МДОУ «Детский сад №135», реализующей проект «ГТО в детский сад. Возрождение традиций».

В соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 24 марта 2014 года о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) Комплекс начал свое действие на территории нашей страны. Комплекс предусматривает подготовку и непосредственное выполнение установленных нормативов населением различных возрастных групп от 6 до 70 лет и старше. В качестве испытаний определены бег, прыжки, подтягивание, плавание и другие дисциплины, направленные на развитие быстроты, силы, выносливости, гибкости и координации. В основе этой работы заложено поэтапное внедрение реализации Комплекса, что не позволит навредить физическому состоянию здоровья. Не надо ставить сверх задачи и всем сразу выполнять нормативы. Этому в обязательном порядке должна предшествовать подготовка к сдаче нормативов и тестов. Приказом Министерства спорта РФ от 11 июня 2014 г. № 471 утверждены Государственные требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне». Комплекс содержит в себе не только тесты для определения уровня физической подготовленности (силовых, скоростных, координационных способностей, выносливости, гибкости), но и предъявляет требования к выполнению целостных двигательных действий прикладного характера, которые пригодятся любому человеку в практической жизни (плавание, стрельба, бег, метания, бег на лыжах). Кроме того, в Комплексе указаны необходимый объем и формы двигательной активности в соответствии с возрастом человека. Первая ступень ГТО начинается с возраста 6 лет, т.е. должна являться как бы итогом работы дошкольного учреждения по развитию физических качеств детей.

**Обоснование:**

осведомленность родителей о важности физического воспитания

низкая спортивная активность, малоподвижный образ жизни детей и их семей, отсутствие понимания культуры спорта

невнимание родителей к здоровому образу жизни в семье

негативная статистика по образу жизни в семье (сниженная активность, несбалансированное питание, несоблюдение режима дня, растущие факторы риска, отсутствие полезных привычек)

**Аннотация проекта**:

Проект предусматривает разработку инновационных методов и форм подготовки и формировании мотивации детей 6-7 лет к сдаче первой ступени ГТО (подготовительные к школе группы ДОУ); 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; формирование эколого-валеологического сознания детей; воспитание нравственно-патриотических чувств и толерантной личности.

**Пути реализации проекта**:

наличие полноценной спортивной площадки ДОО

оснащение необходимым спортивным оборудованием прогулочных участков ДОУ

создание спортивных уголков в группах

обеспечение физкультурного зала необходимым спортивным оборудованием

оптимизация двигательного режима в ДОУ

мониторинговые процедуры (диагностика особенностей развития физических качеств и освоения основных движений у дошкольников)

спортивные соревнования различного уровня

индивидуальная работа по физкультуре с детьми

проведение игр, эстафет, конкурсов спортивной направленности привлечение родительской общественности и социума для реализации физкультурно-спортивной модели ДОУ

консультации, практикумы для родителей и педагогов

контроль за состоянием здоровья каждого ребенка

систематическое применение различных методов закаливания и оздоровления детей.

Реализация проекта предусматривает: обеспечение повышения двигательной активности воспитанников, реализация физкультурно-оздоровительных программ, развитие физической культуры и спорта в условиях внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО в рамках образовательного пространства ДОУ.

Суть новых образовательных задач (результатов) состоит в поэтапном становлении воспитанника в качестве субъекта воспитательно-образовательной деятельности на основе реализации концепции системно - деятельностного подхода:

укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию и всесторонней физической подготовленности; развитие основных физических качеств, жизненно важных двигательных умений и навыков; формирование первоначального двигательного опыта; овладение общеразвивающими и корригирующими физическими упражнениями, освоение знаний о движениях человека; воспитание познавательной активности и интереса к занятиям физическими упражнениями; культуры общения на этих занятиях.

**Ожидаемый результат**:

у детей сформирована потребность в здоровом образе жизни, стремление к сохранению и укреплению своего здоровья средствами физической культуры

повышение интереса детей, их родителей и сотрудников к физическим упражнениям и спорту

повышение интереса родителей и сотрудников ДОО в здоровом образе жизни

выполнение норм ГТО всеми желающими участниками образовательного процесса

эффективное функционирование физкультурного зала, групповых прогулочных участков и физкультурной площадки ДОУ

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

**Нормативно-правовые основания внедрения** **Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО:**

1. Конвенция о правах ребенка

2. Конституция Российской Федерации

3. Закон Российской Федерации «Об Образовании в Российской Федерации»

4. Положение об общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи.

5. ФГОС ДО, СанПиН.

6. Образовательная программа ДОУ.

7. Приказ МО и НРТ от 10.07.2014 года №3907/14 «Внедрение ГТО»

**Место реализации проекта**: МДОУ «Детский сад №135» физкультурный зал; групповые прогулочные участки; физкультурная площадка.

**Этапы реализации проекта.**

**Подготовительный этап**: сентябрь - октябрь

Задачи:

* Постановка проблемы, определение цели и задачи проектной деятельности. Проектирование совместно организованной деятельности в условиях реализации в ДОУ проекта «ГТО в детский сад. Возрождение традиций»
* Разработка проекта
* Создание условий по внедрению проекта
* Формирование нормативно-правовой базы
* Укрепление материально-технической базы
* Информирование воспитанников и их родителей, сотрудников в области здоровьесбережения и основ безопасного и здорового образа жизни: рациональное питание; двигательная активность; правильная организация выходного дня; соблюдение гигиенических правил.

**Основной этап:** ноябрь - апрель

Задачи: Создание системы воспитательно-образовательных мероприятий по теме проекта. Сдать нормативы по ГТО.

**Заключительный этап**: май.

Задачи: Подвести итоги по сдаче норм ГТО. Наградить воспитанников грамотами.

**Этапы реализации проекта.**

**1 – подготовительный.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Содержание работы** | **Результат работы** | **Ответственные** |
| 1 | Анализ условий для реализации проекта. | Повышение профессиональной компетентности через изучения технологии проектирования. | Инструктор по физ. культуре,  воспитатели. |
| 2 | Подбор методической научно-популярной литературы, иллюстративного материала по теме проекта. |
| 3 | Знакомство и изучение нормативов испытаний (тестов) ВФСК «ГТО» 1 ступень (от 6 до 8 лет) | Реализация материала по проектной деятельности | Инструктор по физ. культуре,  воспитатели,  родители. |
| 4 | Оформление стенда «ГТО – возродим традиции» | Воспитатели, родители. |
| 5 | Беседа «Что такое ГТО?»  Фильм «История возникновения ГТО» | Инструктор по физ. культуре, воспитатели. |
| 6 | Подборка спортивного инвентаря для  проведения тестов, физкультурных занятий и спортивных развлечений | Создать условия для реализации проекта. | Инструктор по физ. культуре, воспитатели. |
| 7 | Разучивание  тестов по «ГТО» | Инструктор по физ. культуре, дети. |
| 8 | Консультация: «Как сдаются нормативы по ГТО?» | Просвещение  родителей по теме проекта. | Инструктор по физ. культуре, воспитатели. |
| 9 | Диагностика по физическому развитию детей | Подведение итогов диагностики по физ. развитию детей на начало учебного года. | Инструктор по физ. культуре, воспитатели, врач. |

**2 – основной (практический)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Содержание работы** | **Результат работы** | **Ответственные** |
| 1 | Рассматривание с детьми  иллюстраций, фото и видео  материалов по теме проекта. | Углубить и  расширить  спортивные  знания. | Воспитатели |
| 2 | Организация фотовыставки «На встречу рекордам!» | Развить у детей и взрослых интерес к теме проекта. | Воспитатели, родители |
| 3 | Игры – упражнения с  включением обязательных  испытаний (тестов) ВФСК «ГТО». | Закрепить у воспитанников умение выполнять тесты по ГТО. | Инструктор по физ. культуры |
| 4 | Консультация для родителей: «Польза занятий спортом и физ. упражнениями для развития детей» | Сформировать у родителей интерес к теме проекта. | Инструктор по физ. культуре, воспитатели |
| 5 | Анкетирование родителей «Роль семьи в физическом воспитании ребенка» | Обратить внимание взрослых на их роль в физическом развитии детей. | Инструктор по физ. культуре, воспитатели |
| 6 | Изготовление буклетов «Подготовка детей дошкольного возраста к сдаче ГТО» | Расширять знания у родителей по теме проекта | Инструктор по физ. культуре, воспитатели |
| 7 | Чтение с детьми рассказов,  загадывание загадок,  разучивание стихотворений о спорте. | Обсуждение с детьми содержания  рассказов,  анализ поступков,  формирование  выводов. | Воспитатели |
| 8 | Обсуждение с детьми проблемных вопросов и ситуаций: «Зачем люди занимаются спортом?», «Что нужно делать,  чтобы стать спортсменом?»,  «Какие у меня физические возможности?». | Решение с детьми проблемных  вопросов и ситуаций  (поискового характера). | Воспитатели |
| 9 | Проведение с детьми  интеллектуальных и  развивающих игр: «Узнай вид спорта», «Спорт.  оборудование», «Сложи  картинку», «Найди спортсмена  по описанию», «Что  изменилось на спортивной арене?» | Развитие у детей интеллекта, внимания, памяти. | Воспитатели |
| 10 | Беседа с детьми «Какие знаки отличия ГТО ты знаешь?» | Знакомство со знаками отличия по ГТО. | Инструктор по физ. культуре, воспитатели |
| 11 | Беседа с детьми «Какие виды спорта ты знаешь?»  Конкурс рисунков «Мой любимый вид спорта» | Расширять знания детей о видах спорта, развивать любовь к ЗОЖ и спорту | Инструктор по физ. культуре, воспитатели |
| 12 | Назначение комиссии по приему тестов по ГТО в детском саду. | Заполнение протоколов по сдаче детьми тестов по ГТО. | Инструктор по физ. культуре, старший воспитатель, врач, заведующий |
| 13 | Выполнение детьми тестов по ГТО. | Подведение итогов по сдаче норм ГТО. | Инструктор по физ. культуре, дети, ответственные по приему тестов по ГТО и заполнению протоколов |

**3 – итоговый.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Содержание работы** | **Результат работы** | **Ответственные** |
| 1 | Стенгазета для детей и родителей «Выполняем  нормы ГТО» (фотоотчёт по  проведённым мероприятиям в рамках проекта). | Анализ и  обобщение  результатов работы по проекту. | Инструктор по физ. культуре, воспитатели |
| 2 | Презентация проекта | Проведённая работа с детьми и родителями группы в рамках проекта | Инструктор по физ. культуре, воспитатели |
| 3 | Фотоотчёт на сайте детского сада  по проведённым  мероприятиям в рамках проекта. | Проектная деятельность в детском саду по приобщению детей и родителей к ЗОЖ. | Инструктор по физ. культуре, воспитатели |
| 4 | Поощрение воспитанников, принимающих участие в сдаче норм ГТО. | Награждение детей грамотами. | Инструктор по физ. культуре, воспитатели |

**Этапы реализации проекта.**

**Сентябрь. Октябрь.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Деятельность воспитанников** | **Деятельность педагогов** |
| Утренняя гимнастика  Оздоровительный бег на улице в хорошую погоду  Подвижные игры и игровые  упражнения в рамках ОД  Дыхательная гимнастика  Гимнастика после сна и закаливающие процедуры  Фитотерапия (лук, чеснок)  Физкультурные паузы  Выполнение испытаний по  диагностики физической  подготовленности детей  Участие в беседе: «Что такое ГТО?»  Просмотр фильма «История возникновения ГТО» | ОД  Диагностика воспитанников по физическому развитию на начало года  Консультация для родителей «Участие детей в Фестивале «Младше всех». Тесты по ГТО»  Знакомство родителей с результатами по диагностике «Физическое развитие и физическая подготовленность воспитанников на начало учебного года»  Приобретение атрибутов для прохождения тестов Оформление документации для участия детей в ВФСК «ГТО»  Оформление стенда «ГТО – возродим традиции»  Показ детям фильма «История возникновения ГТО»  Проведение с детьми беседы: «Что такое ГТО?» |

**Ноябрь.** **Декабрь.** **Январь. Февраль.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Деятельность воспитанников** | **Деятельность педагогов** |
| Утренняя гимнастика  Оздоровительный бег на улице  Подвижные игры и игровые упражнения в рамках ОД  Спортивные игры и эстафеты  Дыхательная гимнастика  Гимнастика после сна и закаливающие процедуры  Фитотерапия (лук, чеснок)  Физкультурные паузы  Творческие работы детей и родителей «От норм ГТО к олимпийским медалям»  Физкультурные досуги и развлечения («Осенние и зимние старты»)  Физкультурный праздник с участием мальчиков  Чтение с детьми рассказов, загадывание загадок,  разучивание стихотворений о спорте  Обсуждение с детьми проблемных вопросов и ситуаций: «Зачем люди занимаются спортом?», «Что нужно делать, чтобы стать спортсменом?», «Какие у меня физические возможности?»  Проведение с детьми интеллектуальных и  развивающих игр: «Узнай вид спорта», «Спорт.  оборудование», «Сложи картинку», «Найди спортсмена по описанию», «Что изменилось на спортивной арене?»  Беседа с детьми: «Какие виды спорта ты знаешь?», «Какие знаки отличия ГТО ты знаешь?»  Конкурс рисунков «Мой любимый вид спорта» | ОД  Знакомство детей с правилами  безопасного прохождения  этапов при тренировке и  соревнованиях  Оформление фотовыставки «На встречу рекордам!»  Консультация для родителей «Польза занятий спортом и физ. упражнениями для детей»  Анкетирование родителей «Роль семьи в физ. воспитании ребенка»  Проведение индивидуальной работы с детьми по подготовке их к сдаче нормативов по ГТО |

**Март. Апрель.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Деятельность воспитанников** | **Деятельность педагогов** |
| Утренняя гимнастика  Оздоровительный бег на улице в хорошую погоду  Подвижные игры и игровые  упражнения в рамках НОД  Дыхательная гимнастика  Гимнастика после сна и закаливающие процедуры  Фитотерапия (лук, чеснок)  Физкультурные паузы  Выполнение детьми тестов по ГТО | ОД  Назначение комиссии по принятию у воспитанников тестов по ГТО  Принятие у воспитанников тестов по ГТО  Знакомство родителей с результатами по сдаче тестов по ГТО  Диагностика уровня физической подготовленности детей на конец года |

**Май.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Деятельность воспитанников** | **Деятельность педагогов** |
| Получение грамот за участие в Фестивале «Младше всех» и сдаче норм по ГТО | Подведение итогов диагностики уровня физической подготовленности детей на конец года  Стенгазета для детей и родителей «Выполняем  нормы ГТО» (фотоотчёт по  проведённым мероприятиям в рамках проекта)  Презентация проекта  Фотоотчёт на сайте детского сада  по проведённым  мероприятиям в рамках проекта  Награждение воспитанников, принимающих участие в сдаче норм ГТО |

**Методическое содержание:**

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»

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

4. Веракса Н. Е. и А. Н. Проектная деятельность дошкольников.

Пособие для педагогов дошкольных учреждений. М.

МОЗАИКА-СИНТЕЗ 2008г.

5. Картушина М. Ю. Быть здоровыми хотим: оздоровительные и

познавательные занятия для детей подготовительной группы.

М. АРКТИ 2004г.

6. Новикова И. М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Для работы с детьми 5-7 лет.

М. МОЗАИКА-СИНТЕЗ 2010г.

7. Вавилова Е. Н. Укрепляйте здоровье детей. Пособие для воспитателя детского сада.

М. Просвещение 1986г.

8. Вавилова Е. Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу,

выносливость. Пособие для воспитателя детского сада.

М. Просвещение.

9. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду.

Подготовительная к школе группа. М. МОЗАИКА-СИНТЕЗ 2016г.