Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад комбинированного вида № 5»

Организация работы по инновационному проекту физкультурно-оздоровительной направленности «ГТО в детский сад. Возрождение традиций»

Методические рекомендации

г. Приозерск, 2023 год

Авторы-составители: Шкелтиньш О.Р. заместитель заведующего по воспитательной работе МДОУ «Детский сад комбинированного вида № 5», Кичапина И.Н. инструктор по физической культуре.

Разработка и оформление методической продукции: Методические рекомендации / сост. Шкелтиньш О.Р., Кичапина И.Н. МДОУ «Детский сад комбинированного вида № 5». Приозерск, 2023 г. – 35 с.

Методические рекомендации включают необходимую информацию для возможной реализации инновационного проекта в дошкольных образовательных организациях.

Предназначены для педагогических работников дошкольного образования.

Шкелтиньш О.Р., Кичапина И.Н. 2023 г.

МДОУ «Детский сад комбинированного вида № 5», 2023 г.

Содержание

№		Стр.
1.	Пояснительная записка	4
2.	Основная часть	6
3.	Заключение	10
4.	Приложение 1. «Дорожная карта» по внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в МДОУ детский сад № 5	13
5.	Приложение 2. Методические материалы для воспитателей	15
6.	Приложение 3. Методические рекомендации по сдаче нормативов первой ступени ВФСК «ГТО»	15
7.	Приложение 4. Анкета для родителей «Какое место вашей семье занимает физкультура и спорт?»	15
8.	Приложение 5. Анкета для родителей «Навстречу ВФСК «ГТО»	16
9.	Приложение 6. Методические материалы для родителей (законных представителей) воспитанников	16
10.	Приложение 7. Спортивное развлечение «Нам со спортом по пути, «ГТО» ждет впереди»	16
11.	Приложение 8. Модель системы работы по внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в МДОУ детский сад № 5	16
12.	Приложение 9. Организационно-управленческая модель по внедрению ВФСК «ГТО» в МДОУ детский сад № 5	20
13.	Приложение 10. Комплекс методических материалов для работы с воспитанниками	20

Пояснительная записка

Проблема физического развития подрастающего поколения одна из самых актуальных в современном обществе. В последние годы в Российской Федерации отмечается положительная тенденция в развитии физической культуры и спорта, растет количество молодежи, у которой стало нормой вести активный, здоровый образ жизни.

Одним из факторов позитивных изменений является возрождение комплекса ГТО в образовательных организациях. Но, если в школах этот процесс идет активно, то в дошкольных учреждениях заметных сдвигов в данном вопросе не отмечается. Хотя именно в дошкольном детстве закладываются основы физического развития, двигательных умений ребенка, этот период можно по праву считать фундаментом для приобщения воспитанников к здоровому образу жизни.

Педагоги дошкольного образования пытаются найти ответы на вопросы: Как укрепить здоровье детей? Как мотивировать дошкольников и их родителей к занятиям спортом, привить навыки здорового образа жизни? Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО может помочь педагогам найти ответы на поставленные вопросы, успешно решать задачи физического развития, так как структура комплекса включает первую ступень испытаний и нормативы их выполнения для детей 6-7 лет, значит, воспитанники подготовительных групп могут стать равноправными участниками ГТО.

Коллектив нашего дошкольного учреждения проводит работу по подготовке и участию детей в сдаче норм «ГТО». Анализ условий для внедрения ВФСК «ГТО» в образовательном учреждении выявил ряд проблем:

- физкультурные занятия в детском саду регламентированы основной образовательной программой дошкольного учреждения и не позволяют инструктору по физической культуре и воспитателям подготовительных к школе группам вести целенаправленную работу по подготовке дошкольников к выполнению нормативов первой ступени «ГТО»;

- отсутствие устойчивого интереса участников образовательного процесса к активным видам физкультурно-спортивной деятельности, пассивное отношения родителей к проводимым в образовательной организации спортивно-массовым мероприятиям, к участию в выполнении норм ВФСК «ГТО».

Для решения данных проблем педагогическому коллективу необходимо было реализовать комплекс мероприятий с воспитанниками и родительской общественностью по приобщению к спорту, мотивировать к участию в выполнении нормативов ГТО на этапе завершения дошкольного образования, поэтому было принято решение разработать и реализовать проект «ГТО в детский сад. Возрождение традиций».

Цель проекта: создание условий для подготовки дошкольников к выполнению нормативов первой ступени ВФСК «ГТО», проведение систематических занятий физической культурой и спортом.

Для реализации цели были сформулированы следующие задачи:

- Разработать дорожную карту внедрения ВФСК «ГТО» в дошкольном образовательном учреждении.
- Создать оптимальные условия для мотивации всех субъектов образовательного процесса (родителей, детей, педагогов и специалистов) к выполнению первой ступени норм ГТО в ДОУ.
- Формировать у детей старшего дошкольного возраста первоначальные представления о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне», стимулировать к занятиям в спортивных секциях города.
- Принять участие в выполнении нормативов первой ступени Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса на этапе завершения дошкольного образования.

Анализ существующих в настоящее время программ, методических пособий и рекомендаций по физическому развитию детей дошкольного возраста свидетельствует о неоднородности взглядов авторов на решение проблемы формирования основ здорового образа жизни, развитие двигательных способностей ребенка-дошкольника.

Современные подходы к формированию потребности в здоровом образе жизни предлагают Н.Дик и Е. В. Жердева в методическом пособии «Развивающие занятия по физической культуре и укреплению здоровья дошкольников». В работе дано описание нетрадиционных физкультурно – оздоровительных мероприятий со схемами – рисунками к каждому занятию по программе Н.Н. Ефименко «Театр физического воспитания и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста».

М.Д.Маханева в методических рекомендациях «С физкультурой дружить - здоровым быть!» утверждает следующее «…в центре работы по полноценному физическому развитию и укреплению здоровья детей должны находиться, во-первых, семья и условия ее проживания; во–вторых,

образовательное учреждение, т.е. «вторая семья»…» (М.Д. Маханева «С физкультурой дружить - здоровым быть!» ТЦ «Сфера»,2009г,с.4).

В программу В.Н.Зимониной «Росинка» включен раздел «Расту здоровым». Автор ставит перед педагогами задачу не только обеспечить необходимый уровень знаний детей по теме, но и сформировать у дошкольников потребность в здоровом образе жизни: «Актуальность программы обусловлена необходимостью создания эффективной здоровьесберегающей педагогической системы в дошкольных учреждениях разного вида …» (В.Н.Зимонина. «Воспитание ребенка –дошкольника. Расту здоровым», Москва «Владос»,2004г. с 7).

Основная часть

Реализация инновационного проекта «ГТО в детский сад. Возрождение традиций» началась в 2021-2022 учебном году. Одной из задач являлась создание оптимальных условий для мотивации всех субъектов образовательного процесса (родителей, детей, педагогов и специалистов) к выполнению первой ступени норм ГТО в ДОУ.

Работа в данном направлении проходила в два этапа: первый организационный, второй – практический. На первом этапе была создана рабочая группа, в состав которой вошли воспитатели, инструктор по физической культуре, педагог-психолог, заместитель заведующего по воспитательной работе. Рабочая группа составила дорожную карту поэтапного внедрения и реализации физкультурно-спортивного комплекса (Приложение 1).

Для более глубокого изучения рассматриваемой проблемы для педагогов ДОУ был организован семинар-практикум «Физкультурно-образовательное пространство дошкольного учреждения как условие подготовки детей к сдаче норм комплекса ГТО». В работе обучающего семинара приняли участие все педагогические работники учреждения. Целью проведения семинара-практикума явилось повышение профессиональных компетентностей педагогов по сохранению и укреплению здоровья детей дошкольного возраста, создание оптимальных здоровьесберегающих условий в детском саду для внедрения комплекса ГТО. В ходе работы педагоги обсудили, что такое ГТО, его историю, количество ступеней и требования к сдаче нормативов ГТО. Также педагоги рассмотрели проблему воспитания положительного отношения к комплексу ГТО у детей и родителей, повышения

интереса воспитанников к развитию физических и волевых качеств, воспитания гражданственности и патриотизма, осознание участниками образовательных отношений значимости физкультурно-оздоровительной работы на любом возрастном этапе (Приложение 2).

Инструктором по физической культуры для воспитателей ДОУ были разработаны методические рекомендации по сдаче первой ступени ВФСК «ГТО» (Приложение 3).

Для определения отношения родителей к занятиям физической культурой и спортом, участию детей в выполнении нормативов первой ступени ГТО на этапе завершения дошкольного детства было проведено анкетирование семьи по теме «Роль физкультуры и спорта в жизни Вашей семьи». (Приложение 4).

В анкетировании приняли участие 69 человек, что составляет 65% от общего числа респондентов. Данные анкетирования родителей детей старшего дошкольного возраста, посещающих образовательное учреждение, показали, что только 47% родителей являются положительным примером для ребенка, мотивируют детей к занятиям спортом и физической культуре.

Для определения отношения родителей к занятиям физической культурой и спортом, участию детей в выполнении нормативов первой ступени «ГТО» на этапе завершения дошкольного детства было проведено анкетирование семьи «Навстречу ВФСК «ГТО» (Приложение 5).

В анкетировании приняли участие 71 человек, что составляет 69 % от общего числа респондентов. 73 % участников положительно оценивают введение ВФСК «ГТО» в ДОУ, в Приозерском районе, в стране. 88 % родителей готовы помочь своему ребенку в подготовке сдачи норм «ГТО». 46 % участников уверены в получении знака отличия своего ребенка, 86 % участников дали согласие на выполнение нормативов детьми «ГТО».

В рамках работы был проведен медицинский мониторинг, по организации медицинского сопровождения воспитанников, который показал, что 86,75% воспитанников имеют первую группу здоровья, 8,75 % воспитанников имеют 2 группу здоровья. Таким образом 95,5 % воспитанников могут принимать участие в сдаче 1 ступени ВФСК «ГТО». Был проведен педагогический мониторинг и сделан вывод по образовательной области «Физическое развитие» среди воспитанников подготовительных групп, который показал, что только у 60% воспитанников сформированы ключевые признаки развития, у 35 % - сформированы частично, 5% - не сформированы.

Сложившаяся ситуация стимулировала коллектив к поиску новых нетрадиционных форм и методов работы, которые поддерживают интерес детей, вызывают у родителей желание к совместной деятельности. Работа с воспитанниками строилась по блокам. Первый из которых был блок «Здоровье». В рамках этого направления были организованы мероприятия, способствующие обогащению представлений воспитанников о составляющих здорового образа жизни, прежде всего это образовательные проекты, которые позволяли подойти к вопросу комплексно. Были реализованы краткосрочные проекты «Овощи и фрукты – здоровые продукты», «Чистота – залог здоровья», «Молочные реки, творожные берега», проводились викторины, сюжетно-ролевые игры, развлечения.

Следующий блок был призван обогатить представления воспитанников о разных видах спорта. В рамках данного направления педагоги делали упор на повышение двигательной активности воспитанников через организацию подвижных игр с элементами того или иного вида спорта, которые помогали детям упражняться в меткости, беге, прыжках, развитии силовых качеств. Инструктор по физической культуре, воспитатели групп подбирали игры, которые помогают детям упражняться в меткости, беге, прыжках, развитии силовых качеств. Для того чтобы добиться необходимого результата был разработан план мероприятий, в который включены игры, викторины, цикл бесед с воспитанниками о спорте, физкультуре, правильном питании, режиме дня. Педагоги подготовительных к школе групп регулярно включали беседы о здоровом образе жизни, презентации по знакомству детей с видами спорта, спортивными играми, встречи со спортсменами города, дидактические и интерактивные игры.

Основной блок работы «Что такое «ГТО»? начался с постановки проблемы. Так было выявлено, что большинство воспитанников слабо представляют, что такое ВФСК «ГТО». Педагоги групп разработали познавательные презентации и в доступной форме познакомили детей с историей «ГТО», с установленными нормативами (тестами), которые предстояли выполнить воспитанникам. Кроме познавательного компонента педагоги включали в режимные моменты минутки «ГТО», структура физкультурных занятий частично была изменена и дополнена актуальными упражнениями, педагог дополнительного образования, который ведет у нас в ДОУ игровую и адаптивную физкультуру тоже активно включилась в работу и выстраивала свои занятия с учетом приоритетного направления.

Дальнейшая деятельность коллектива в данном направлении была ориентирована и на работу с семьей, так как одним из условий участия детей в выполнении нормативов является согласие родителей. В работе с семьей по пропаганде комплекса «ГТО» мы выделили два направления информационно-просветительское и физкультурно-спортивное. В раках ковидных ограничений информационно-просветительское направление для родителей воспитанников подготовительных групп было организовано в группах в формате стендовой информации: консультации, листовки, буклеты о ВФСК «ГТО» (Приложение 6).

Физкультурно-спортивное направление раскрывалось силами родителей в домашней обстановке, родителям было предложено вместе с детьми выполнять физкультурные минутки, минутки «ГТО», спортивно-физкультурные челленджеры, спортивные выходные и др.

Итоговым мероприятием в работе с воспитанниками стало спортивное развлечение «Нам со спортом по пути, «ГТО» ждет впереди» (Приложение 7).

Выполнение нормативов разделено на два этапа. В мае 2022 года на базе МДОУ детский сад № 5 был организован первый этап муниципального Фестиваля ВФСК «ГТО» для дошкольников I ступени. В тестировании приняли участие воспитанники подготовительных к школе групп на основании медицинского допуска к Фестивалю. Ребята выполнили нормативы по следующим видам испытаний: прыжок в длину с места толчком двумя ногами, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами.

Второй этап прошел в июне 2022 года, дети выполняли нормативы: метание мяча в цель, бег на 30 метров, смешенное передвижение на 1 км.

Получены сводные протоколы по результатам выполнения всех тестов: 1 ребенок справился с нормативными требованиями, соответствующими золотому знаку отличия и 7 воспитанников справились с требованиями, соответствующими серебренному знаку отличия. Справились с испытаниями 8 воспитанников МДОУ детский сад № 5, это дошкольники, которые посещают занятия по подготовке к выполнению испытаний ВФСК «ГТО», регулярно занимающиеся в спортивных секциях и те дети, у которых родители пропагандируют ЗОЖ собственным примером привлекая детей, к совместным семейным занятием физической культурой. Не справились с испытаниями на знак отличия ВФСК «ГТО» 5 детей. Но участие в Фестивале ВФСК «ГТО» повышает интерес детей к физической культуре и здоровому образу жизни, стимулирует к дальнейшему участию в сдаче нормативов

ВФСК «ГТО» и получения знака отличия на этапе обучения в начальной школе.

Заключение

Результаты проделанной работы подтверждают эффективность и необходимость использования разработанной в дошкольной образовательной организации системы работы по внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в МДОУ детский сад № 5 (Приложение 8).

Среди основных положительных результатов следует отметить: положительную динамику физического развития воспитанников: сравнительный анализ данных педагогического мониторинга по образовательной области «Физическое развитие» в подготовительных группах показал, что прослеживается существенная динамика развития ключевых признаков при освоении детьми образовательной области «Физическое развитие», у 92 % воспитанников на конец учебного года сформированы ключевые признаки развития по образовательной области «Физическое развитие». Также среди положительных результатов следует отметить создание организационно-управленческой модели по внедрению ВФСК «ГТО» в ДОУ (Приложение 9); разработка комплекса методических материалов для работы с воспитанниками (Приложение 10); организация системы работы, ориентированной на подготовку воспитанников к выполнению нормативов ГТО.

В рамках проделанной работы проведена информационно-разъяснительная работа о ВФСК «Готов к труду и обороне» I ступени среди педагогов и родителей; пополнена и обогащена РППС физкультурного зала, ориентированная на подготовку ВФСК «ГТО». Инструктор по физической культуре ДОУ выступила на районной творческой группе «Физическое развитие детей дошкольного возраста», где предоставила опыта работы МДОУ детский сад № 5 по проекту «ГТО в детский сад. Возрождение традиций». Достойным результатом следует считать и результаты участия воспитанников в фестивале ВФСК «ГТО» - один ребенок получил золотой знак отличия и 7 воспитанников - серебряные знаки отличия.

Следует отметить, что за период реализации проекта в ДОУ были апробированы программы дополнительного образования, которые проходили в формате кружковой работы – это программа по валеологии «Познай себя», и

программа «Школа мяча», проведены ряд образовательных проектов физкультурно-оздоровительной направленности.

Главным результатом реализации инновационного проекта можно считать желание получить результат, выполнить нормативы на лучший знак, получать знаки в каждой ступени, а благодаря этому у детей развивается сила, выносливость, гибкость, координация, улучшается здоровье, повышается самооценка. И реализации цели данной работы помогает дошкольнику сделать первый шаг на пути к новым спортивным достижениям.

Список использованной литературы

1. Алямовская, В.Г. Как воспитать здорового ребенка./ В.Г.Алямовская Линка-Пресс, 1993-87с.
2. Зимонина, В.Н.Воспитание ребенка-дошкольника./ В.Н.Зимонина.-М.: «Владос»,2004г. – 267с.
3. Змановский, Ю.Ф. Воспитаем детей здоровыми/ Ю.Ф. Змановский. - М.: Медицина, 2009. – 211с.
4. Карепова, Т.Г. Программа формирования культуры здорового образа жизни у дошкольников «Наша традиция – быть здоровыми!» /Т.Г. Карепова, Т.Ю. Жуковин // Психолог в детском саду, 2006. -№3. - С. 52-80.
5. Картушина, М.Ю. Зеленый огонек здоровья, / М.Ю. Картушина.- Санкт - Петербург, Детство-Пресс,2009г, 223 с.
6. Кудрявцев, В.Физическая культура и развитие здоровья ребёнка/В.Кудрявцев// Дошкольное воспитание, №1. - 2004. - С.81.

Приложение 1

«Дорожная карта» по внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в МДОУ детский сад № 5

№ п/п	Мероприятие	Сроки	Ответственные
Нормативно-правовое и ресурсное обеспечение			
1.	Мониторинг материально – технической базы МДОУ детский сад № 5 для реализации проекта	Сентябрь	Заведующий МДОУ, заместитель заведующего по ВР
2.	Создание рабочей группы по внедрению ВФСК «ГТО» в МДОУ детский сад № 5	Сентябрь	Заведующий МДОУ, заместитель заведующего по ВР
3.	Пополнение материально – технической базы необходимыми ресурсами для обеспечения реализации проекта	Сентябрь-декабрь	Заведующий МДОУ, заместитель по ВР
Программно-методическое, технологическое и организационное обеспечение системы внедрения «ГТО»			
1.	Проведение проблемного семинара по вопросу внедрения в воспитательно- образовательный процесс комплексно-тематического планирования по внедрению ВФСК «ГТО»	Сентябрь	Рабочая группа
2.	Проведение семинара, мастер-класса для педагогов по организации игровых программ, массовых праздников физкультурно-оздоровительной направленности	Октябрь	Рабочая группа
3.	Формирование системы стимулов для участников образовательного процесса к регулярным занятиям физической культурой, участию в общественной и спортивной жизни	Ноябрь	Рабочая группа

	образовательного учреждения, успешному прохождению тестирования по ВФСК «ГТО»		
4.	Регистрация участников на официальном сайте ВФСК «ГТО» и получение УИН	Ноябрь	Воспитатель подготовительных групп, родители воспитанников
Моделирование учебного плана МДОУ детский сад № 5			
5.	Спортивный досуг «Бегуны», в честь Всероссийского Дня бега «Кросс наций»		Воспитатели подготовительных групп
6.	Организация подвижных игр - с бегом - с прыжками - на развитие гибкости - с мячом (с элементами футбола, баскетбола) - упражнения на лыжах - с нестандартным оборудованием для силовых упражнений	Сентябрь-май	Воспитатели подготовительных групп
7.	Проведение лекций, семинаров и круглых столов, а также выставок для воспитанников, их родителей, педагогов на тему физкультуры и спорта, оздоровления, здорового питания и т.п.	Сентябрь-декабрь	Воспитатели подготовительных групп
8.	Семейное направление: упражнения, игры, бег на лыжах на скорость и по пересеченной местности 1,5 км	Сентябрь	Воспитатели подготовительных групп, родители воспитанников
9.	Создание информационного стенда «Нам со спортом по пути, ГТО ждет впереди»	Октябрь	Воспитатели подготовительных групп
10.	Семейное направление: упражнения, игры, бег на лыжах на скорость и по пересеченной местности 1,5 км	Декабрь-февраль	Воспитатели подготовительных групп, родители воспитанников
11.	Создание спортивного досуга «Нам со спортом по пути, ГТО ждет впереди»	Апрель	Инструктор по ФК
12.	Организация сдачи нормативов ВФСК ГТО в центре испытаний	Апрель	Инструктор по ФК

13.	Участие в муниципальном фестивале «Дошкольники сдают ГТО»	Май	Инструктор по ФК
Мониторинговые процедуры, обеспечивающие внедрение ВФСК «ГТО»			
1.	Медицинский мониторинг, организация системы медицинского сопровождения воспитанников, наблюдение за состоянием здоровья	Сентябрь, май	Медицинская сестра
Информационная поддержка			
1.	Создание на официальном сайте МДОУ детский сад № 5 вкладки и в социальной сети ВКонтакте группы «Движение «ГТО» (#Движение ГТО_МДОУ5), предполагающую публикацию новостей, анонса событий, результатов соревнований, фотоотчетов	Сентябрь - май	Рабочая группа

Приложение 2

Методические материалы для воспитателей

Семинар - практикум «Физкультурно-образовательное пространство дошкольного учреждения как условие подготовки детей к сдаче норм комплекса ГТО»

Презентация к семинару практикуму «Физкультурно-образовательное пространство дошкольного учреждения как условие подготовки детей к сдаче норм комплекса ГТО»

Приложение 3

Методические рекомендации по сдачи нормативом первой ступени ВФСК «ГТО»

Приложение 4

Анкета для родителей "Какое место вашей семье занимает физкультура и спорт?"

Приложение 5

Анкета для родителей "Навстречу ВФСК "ГТО"

Приложение 6

Методические материалы для родителей (законных представителей) воспитанников

Консультация для родителей "ГТО - готов к труду и обороне "

Консультация для родителей "Развитие гибкости у ребенка"

Консультация для родителей "Организация двигательной активности ребенка дома и на улице"

Консультация для родителей "Мяч в жизни дошкольника"

Консультация для родителей "Развитие выносливости у ребенка"

Журнал "Азбука здоровья"

Выпуск 1 "Основные принципы сохранения здоровья"

Выпуск 2 "Движение для дошкольника"

Выпуск 3 "Как научить ребенка кататься на велосипеде"

Выпуск 4 "Уроки физкультуры для дошкольников"

Выпуск 5 "Физическая активность ребенка на улице"

Выпуск 6 "Спорт для дошкольника. Как выбрать спортивную секцию"

Выпуск 7 "Правила здорового питания"

Выпуск 8 "Нормы "ГТО" в дошкольном возрасте"

Приложение 7

Спортивное развлечение «Нам со спортом по пути, «ГТО» ждет впереди»

Цель: популяризация спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди детей старшего дошкольного возраста.

Задачи:
1. Формировать у детей понятия о комплексе ГТО.
2. Познакомить детей с системой тестирования в рамках комплекса ГТО.
3. Приобщать детей к здоровому образу жизни.
4. Развивать физические качества: силу, ловкость, меткость, быстроту, выносливость,
гибкость.
5. Совершенствовать волевые качества, стремление выполнять задания четко и быстро.
6. Воспитывать стойкий интерес к физкультуре и спорту, личным спортивным достижениям, «здорового духа соперничества».
7. Определить уровень развития двигательных навыков, интересов и способностей каждого ребёнка.

Участники: воспитанники подготовительной к школе группы.
Подготовительная работа: разучивание стихов, подготовка презентации на тему «Знакомство с ГТОшкой», мультразминка.
Инвентарь и оборудование: мишени для метания – 1 шт., гимнастические маты - 2 шт., обручи большие - 1 шт., скамейка -1 шт., теннисный мяч -3 шт.; ноутбук, экран, проектор, секундомер, сантиметровая лента.

Ход праздника:

Звучит музыка Физкульт-ура! Дети заходят в зал и строятся в колонны.

Ведущий: Добрый день, дорогие друзья! Мы начинаем спортивный праздник «Будь готов!», посвященный Всероссийскому физкультурно-спортивному комплексу «Готов к труду и обороне».

Ребенок:
Растит страна могучих чемпионов.
И мастеров стремительных атак,
В краях чужих, на разных стадионах
Мы поднимаем свой спортивный флаг.

Ведущий: Ребята скажите, быть здоровым человеком – это хорошо? (Ответы детей).

Ведущий: А какие необходимо соблюдать правила, чтобы быть здоровым? (Ответы детей).

Ведущий: Молодцы! Все правильно! А ещё, ребята, люди, которые следят за своим здоровьем, очень долго живут. До ста лет и даже больше. Ребята, а как

вы думаете, когда нужно начинать заниматься физкультурой и спортом. (Ответы детей).

Ведущий: Ребята, скажите, кто из вас занимается в спортивной секции? (Ответы детей).

Ведущий: Очень хорошо! Здоровыми, спортивными должны быть и взрослые, и дети. Именно поэтому наш президент В. В. Путин подписал Указ: ввести в нашей стране физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне! (ГТО). Ребята, а вы знаете, что такое ГТО? (Ответы детей)

Ведущий: Правильно! Обязательно нужно сдавать нормы ГТО, и не просто для того, чтобы быть сильным и ловким, а для того, чтобы учиться побеждать и достигать поставленных целей. И своим примером показывать другим, что нужно заниматься спортом, ведь это так здорово!

Ребенок:
Комплекс ГТО, друзья.
Без него никак нельзя.
Учит Родину любить.
Сильным, статным, крепким быть.
Быстро бегать, прыгать ввысь.
Жизненных высот достичь.

Показ презентации «Знакомство с ГТОшкой».
Выбегает под музыку «ГТОшка».

Гтошка: Здравствуйте, мои друзья!
Очень рад вас видеть я!
Все в порядке?
Все здоровы?
Бегать, прыгать, все готовы?

Ведущий: Ребята, посмотрите, кто к нам прибежал. Это ведь Гтошка.
- Мы с ребятами сегодня собрались пройти испытания и сдать нормы ГТО.

Гтошка: Как здорово, что я успел на ваш праздник. Я с большой радостью помогу вам пройти все испытания.

Ведущий: Любые спортивные состязания начинаются с разминки. Давайте не будем отставать от традиций и сделаем под музыку комплекс упражнений.

Гтошка: Подождите, не спишите.
Прежде чем соревноваться,

Вы скорее должны размяться!
Упражнения выполняйте,
За мною дружно повторяйте.

Музыкальная разминка. Дети выполняют мультзарядку.

Ведущий: Молодцы! Разминка прошла успешно.
Начинаем испытания,
Желаем вам нас удивить,
Преодолеть все на пути преграды
И в каждом виде спорта победить!

Первый испытание – Отжимания: сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу кол-во раз. Дети выполняют отжимания, касаясь грудью бруска.

Второе испытание - Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамье – см). Перед тем как, зафиксировать наклон, необходимо сделать 2 предварительных наклона. Дети выполняют наклоны вперед.

Третье испытание - Метание теннисного мяча (выполняется на расстояние 6 метров от цел и в подвешенный на стене обруч, диаметром 90 сантиметров) Дети выполняют метание мяча в цель.

Четвертое испытание – Прыжкам в длину с места (расстояние в см). Дети выполняют прыжок в длину с места, отталкиваясь 2 ногами одновременно.

Пятое испытание - Поднимание туловища из положения, лежа на спине за 1 мин. Дети выполняют подъем туловища.

Ведущий: Ребята, вы – большие молодцы. Сегодня показали нам, какие вы смелые, ловкие, сильные и быстрые. И доказали, что можете упорно идти к победе.

Гтошник: Все ребята – молодцы,
Чемпионы и бойцы!
Больше спортом занимайтесь,
Будьте здоровы! Закаляйтесь!

Гтошка награждает детей золотыми значками ГТО.

Ведущий: Ребята, теперь вы знаете, что:

ГТО – это движение.
ГТО – это успех.
ГТО – это здоровье.
ГТО – это для всех.

Под музыку дети выходят из зала.

Приложение 8

Модель системы работы по внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в МДОУ детский сад № 5

Приложение 9

Организационно-управленческая модель по внедрению ВФСК «ГТО» в МДОУ детский сад № 5

Приложение 10

Комплекс методических материалов для работы с воспитанниками

Интерактивная беседа для детей «Готов к труду и обороне»

Виртуальное путешествие в Государственный музей спорта

Видео путешествие «Олимпийские игры»

Конспект ООД по познавательному развитию «Что происходит с нашим организмом (сердце, лёгкие, мышцы) после занятий физической культурой»

Интерактивная беседа «Путешествие по стране ГТО»

Дидактическая игра «Угадай вид спорта»

Картотека стихов о спорте для детей дошкольного возраста

Конспект ООД физкультурно-познавательной направленности «Нужна ли гимнастика человеку?

Дидактическая игра «Найди отличия. Спорт»

Картотека спортивных игр для детей дошкольного возраста в летний период

Раскраски для детей дошкольного возраста о спорте

Мультфильм «Чемпион» (Союзмультфильм, Москва, 1948 г.)

Сборник рассказов и сказок о пользе физкультуры и спорта для детей дошкольного возраста

Детские песни о спорте и физкультуре

Картотека про спорт, спортсменов, физкультуру

Методическая разработка «Мы сдаем ГТО»