**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА "СОЛНЫШКО"**

**Проект**

**«ГТО в детский сад.  Навстречу здоровью»**



Подготовила:

Костылева Е.С.

инструктор физической культуры

2023 г

**Проект « ВФСК ГТО»**

**Тип проекта: познавательный, оздоровительный**

**Продолжительность проекта:** краткосрочный.

**Сроки реализации проекта:** 1 неделя (13.11.2023-20.11.2023).

**Целевая аудитория:** дети в возрасте 6-7 лет.

**Участники проекта:** инструктора по физической культуре, воспитатели подготовительных группы , воспитанники подготовительных  группы .

**Актуальность:** В настоящее время прослеживается 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).

 Сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения превратилось в первоочередную социальную проблему. За последние десятилетия состояние здоровья дошкольников резко ухудшилось. Из-за образа современной жизни у большинства взрослых слабый мотивационный аспект двигательной активности и низкий уровень представлений о здоровом образе жизни, о спорте*.*Проблемы детского здоровья нуждаются в новых подходах, доверительных партнерских отношений  сотрудников ДОУ с родителями.

**Цель проекта:** приобщение к здоровому активному образу жизни,  развитие физической культуры и формирование интереса к спорту  через физкультурно-оздоровительную организованную модель в ДОУ в условиях внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО».

**Задачи проекта:**

-Обеспечить условия для внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО;

-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;

**Ожидаемый результат:**

- Стремление к формированию  здорового образа жизни у детей, родителей и педагогов;

- Повышение интереса детей к физическим упражнениям и спорту;

- Выполнение норм ГТО 1 ступени участниками образовательного процесса;

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

**Продукт проекта:**

- Дидактические пособия «Виды спорта»;

- Фотоотчёт«ГТО в детский сад.  Навстречу здоровью»;

- Презентация «История ГТО»;

- 1 ступень – нормы ГТО для дошкольников 6-7 лет.

**I ЭТАП - Подготовительный:**

1.Подбор методической, научно-популярной литературы, иллюстративного материала по теме проекта.

2.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);

3.Беседа с детьми о пользе занятий спортом и физическими упражнениями, ежедневно.

**II ЭТАП - Основной:**

1.Тестирование детей по нормативам ГТО 1 ступени.

2.Подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.

**III ЭТАП - Заключительный:**

1.Спортивные эстафеты «Все на старт».

2.Вручение грамот и медалей.

**Условия для реализации проекта:**

Проект **« ВФСК ГТО »**  разработан с учётом возрастных особенностей дошкольников, ФГОС дошкольного образования.

Для успешной реализации проекта  существуют  благоприятные условия:   музыкально-физкультурный зал, необходимое спортивное оборудование, в группах создана комфортная пространственная среда, имеются центры и уголки двигательной активности во всех возрастных группах, уголки здоровья, «дорожки здоровья». В дошкольном учреждении работает квалифицированный кадровый потенциал: инструктора по физической культуре , воспитатели, медицинский работник, учитель - логопед, педагог-психолог,  музыкальный руководитель.

**Организация двигательной деятельности:**

- Утренняя гимнастика.

- Артикуляционная гимнастика.

- Физкультурные занятия.

- Музыкально-ритмические занятия.

- Оздоровительные игры на прогулке.

- Физкультура на улице.

- Физкультминутки.

- Подвижные игры.

- Спортивные досуги.

- Дни здоровья.

**Система закаливания:**

- Оздоровительный бег.

- Облегченная форма одежды.

- Умывание рук и лица прохладной водой.

- Упражнения для профилактики нарушения осанки.

- Упражнения для профилактики плоскостопия.

Также проводится дополнительное образование (кружковая работа)  по   развитию дошкольников в различных областях деятельности.

**Перспективный план работы с детьми**

|  |  |
| --- | --- |
| Число/день недели | Содержание проводимой образовательной деятельности. |
| Понедельник | Подбор методической, научно-популярной литературы, иллюстративного материала по теме проекта.  Знакомство и изучение нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) I ступень (возрастная группа от 6 до 7 лет); |
| Вторник | Беседа с детьми о пользе занятий спортом или физическими упражнениями, ежедневно.  Беседа «История возникновения ГТО». |
| Среда | Тестирование детей по нормативам ГТО 1 ступени. (Сдача норм ГТО).  Подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. |
| Четверг | Тестирование детей по нормативам ГТО 1 ступени. (Сдача норм ГТО).  Подвижные игры на развитие гибкости и ловкости. |
| Пятница | Спортивные эстафеты «Все на старт».  Награждение детей, вручение грамот и медалей. |

**ОТЧЁТ** **о реализации проекта**

В ноябре 2023 года я реализовала проект **« ВФСК ГТО».**

**Тип проекта: познавательный, оздоровительный**.

**Продолжительность проекта:** краткосрочный.

**Продолжительность проекта:** 1 неделя (13.11.2023-20.11.20223).

**Участниками проекта стали:**

инструктор по физической культуре, воспитатели и дети подготовительных групп.

**Цель проекта:** приобщение к здоровому активному образу жизни,  развитие физической культуры и формирование интереса к спорту  через физкультурно-оздоровительную организованную модель в ДОУ в условиях внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО».

Для реализации цели я ставила следующие задачи:

-Обеспечивать условия для внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО;

-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;

-Согласно перспективному плану, мною были проведены мероприятия:

|  |  |
| --- | --- |
| Число/день недели | Содержание проводимой образовательной деятельности. |
| Понедельник  13.11.2023 г. | Подбор методической, научно-популярной литературы, иллюстративного материала по теме проекта.  Знакомство и изучение нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) I ступень (возрастная группа от 6 до 7 лет); |
| Вторник  14.11.2023 г. | Беседа с детьми о пользе занятий спортом или физическими упражнениями, ежедневно.  Беседа «История возникновения ГТО». |
| Среда  15.11.2023 г. | Тестирование детей по нормативам ГТО 1 ступени. (Сдача норм ГТО).  Подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. |
| Четверг  16.11.2023 г. | Тестирование детей по нормативам ГТО 1 ступени. (Сдача норм ГТО).  Подвижные игры на развитие гибкости и ловкости. |
| Пятница  17.11.2023 г. | Спортивные эстафеты «Все на старт». |
| Суббота  18.11.2023 г. | Продолжаем тестирование детей по нормативам ГТО 1 ступени. (Сдача норм ГТО). |

В ходе проекта я изучила следующую литературу:

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

В процессе работы над данным проектом были проведены беседы с детьми с целью     расширения и обогащения представлений детей о пользе занятий спортом и физическими упражнениями, ежедневно, о роли спорта в жизни каждого человека.

Дети подготовительной группы 2 приняли участие в тестировании по нормативам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО» I ступени (возрастная группа от 6 до 7 лет), а так же приняли участие в спортивной эстафете «Все на старт».

Организованная образовательная деятельность по выбранной теме проводилась в игровой форме.

В ходе реализации проекта поставленные задачи решены, а цель достигнута. Проделанная работа помогла пробудить больший интерес детей к занятий спортом и физкультурой ежедневно. Ребята узнали много нового и интересного, с гордостью рассказывали о видах спорта, которыми они занимаются, а так же старательно выполняли нормативы ВФСК «ГТО».  Награждение детей грамотами и являлось еще большим мотиватором в занятиях спортом и физической культуре.

**Заключение**

Проект является практически значимым для системы образования.

Идея проекта состоит в  получении адаптированной к веяниям времени системы внедрения комплекса ВФСК ГТО в дошкольное образование,  рекомендаций по ее реализации, а также  возможности  реализации данного проекта в любом образовательном учреждении.