

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
Детский сад общеразвивающего вида №39
Усть - Кутского муниципального образования

ПРОЕКТ

«ГТО в детский сад. Возрождение традиций»

Вид проекта: познавательный - оздоровительный

Сроки реализации: 1 год (01.09.2021 -15.05.2022 уч. Год)

Место реализации проекта:

МДОУ ДС №39 УКМО,

Подготовительные к школе группы.

Руководитель проекта:

Инструктор по физической культуре

Иванова Анастасия Владимировна

Участники проекта:

воспитатели, родители,

дети подготовительных к школе групп

МДОУ ДС № 39 УКМО

г. Усть-Кут
2022 г.

Оглавление

Актуальность.....	3
Паспорт педагогического проекта	4
I План график мероприятий	6
II Приложения	10

Актуальность

Сохранение и укрепление здоровья воспитанников, их физического психического и духовно - нравственного развития, формирование основ безопасного образа жизни являются приоритетными направлениями работы образовательной организации, реализующей проект «ГТО в детский сад. Возрождение традиций». Принять дополнительные меры по увеличению двигательной активности воспитанников, особенно детей 6-7 лет (участников реализации проекта). Развитие личности средствами спорта начинается с детского возраста, где движущей силой включения в спортивную деятельность выступает мотивация. Психологические условия развития спортивной мотивации, побуждающие детей участвовать в соревнованиях, интенсивно тренироваться, работать над собой, взаимодействовать со сверстниками, отказываться от некоторых привлекательных видов досуга в пользу тренировок и спортивных состязаний, прилагать усилия для преодоления трудностей, пока еще остаются не до конца изученным явлением. Еще менее исследованным процессом в структуре развивающейся личности остается формирование спортивной мотивации средствами игровой деятельности.

Возрождение комплекса ГТО в образовательных организациях, сегодня, на мой взгляд, является актуальным и принципиальным. Целью вводимого комплекса является дальнейшее повышение уровня физического воспитания и готовности людей, в первую очередь молодого поколения к труду и обороне. Именно так закладывался ранее, и будет закладываться сейчас фундамент для будущих достижений страны. Будучи уникальной программой физкультурной подготовки, комплекс ГТО должен стать основополагающим в единой системе патриотического воспитания подрастающего поколения.

Как бы в подтверждение общественной значимости и актуальности данного проекта, отмечу, что все люди разные. Однако, у всех, кто добровольно решит пройти испытание комплексом ГТО, есть одна общая черта, - целеустремлённость. Именно эта черта является наиболее важной для людей XXI века. Только целеустремлённые и физически подготовленные люди смогут добиться успеха в условиях конкуренции на рынке труда, а наша задача помочь им в этом, т.к. их достижения будут иметь не просто личностный, а социальный смысл. Именно в дошкольном возрасте закладывается основа для физического развития, здоровья и характер человека в будущем. Этот период детства характеризуется постепенным совершенствованием всех функций детского организма. Ребенок этого возраста отличается чрезвычайной пластичностью. Все это и натолкнуло меня на мысль о создании проекта по реализации комплекса ГТО.

Паспорт педагогического проекта

Тема проекта	ГТО в детский сад. Возрождение традиций
Вид проекта	Познавательный – оздоровительный
Постановка проблемы	В настоящее время отмечается резкое ухудшение показателей физического развития, снижение функциональных возможностей организма, увеличение заболеваемости, ухудшение социальных условий жизни, отмечается малоподвижный образ жизни взрослых и детей.
Цель проекта	Создание системы внедрения комплекса ГТО в ДОУ, используя социальное партнерство, как условие для успешного развития современного дошкольника.
Задачи проекта	Задачи для детей: 1. Познакомиться с помощью родителей со спортивными объектами в городе; 2. Подобрать иллюстрации с любимыми видами спорта; 3. Повысить интерес к спорту с помощью родителей в домашних условиях.
	Задачи для родителей: 1. Оказать помощь детям в достижении положительных результатов; 2. Принять участие в поиске вместе с детьми познавательного материала; 3. Помочь детям в организации подготовки сдачи норм ГТО; 4. Формировать положительный опыт общения и совместной деятельности с детьми.
	Задачи для педагогов: 1. Разработать ресурсное обеспечение проекта; 2. Изучить нормативно–правовую базу, определяющую правовое поле процесса внедрения комплекса ГТО в образовательном учреждении; 3. Разработать календарный план внедрения комплекса ГТО в образовательном учреждении; 4. Разработать рекомендации по реализации системы внедрения комплекса ГТО в дошкольных учреждениях; 5. Повысить профессиональное мастерство педагогов ДОУ 6. Проанализировать теоретическую основу и практику использования комплекса ГТО в образовательных организациях РФ;

Методы и формы	Игровые, познавательные. Информационно – аналитические, просветительно – профилактические, информационно – наглядные, коллективные, индивидуальные.
Ожидаемый результат	1. Выявление физической и психологической предрасположенности дошкольника к какому – либо виду спорта; 2. Пополнение знаний о комплексе «ГТО»; 3. Повышение мотивации и интереса к занятиям физической культуре; 4. Положительная результативность при сдаче норм «ГТО»; 5. Эмоциональное сближение детей и родителей; 6. Активное взаимодействие родителей и педагогов; 7. Приобретение опыта взаимодействия с социальными партнёрами;
Риски проекта	1. Потеря интереса у детей в занятиях по физической культуре; 2. Занятость родителей на работе; 3. Нежелание родителей участвовать в совместной деятельности.

I. План график мероприятий

I этап предварительный		
Деятельность педагога	Деятельность воспитанников	Деятельность родителей
Создание условий по внедрению проекта. Изучение нормативных документов по внедрению ГТО, изучение опыта работы образовательных учреждений дошкольного образования, подготовка агитационной видеоинформации, изготовление стендов «Что такое ГТО?» и др. Изучение и проведение анкетирования родителей, педагогов, мониторинг полученных результатов. Проведения мониторинга физической подготовленности воспитанников. Подбор материала и оборудования для бесед, презентаций, спортивных праздников, спортивных игр, эстафет. Подборка оборудования, спортивного инвентаря для проведения нормативных испытаний, физкультурных занятий и спортивных праздников.	Участие в мониторинге физической подготовленности. Рассмотрение иллюстрации видов спорта (летние, зимние виды спорта). Проявление заинтересованности к новым общеразвивающих упражнений.	Ответы на вопросы анкеты для родителей. Ознакомление родителей с нормативными документами и таблицей результатов. Помощь оформления стенда ГТО

II этап основной		
<i>Организирующий раздел</i>		
Составление плана проекта, определение сроков реализации и ответственных за отдельные этапы проекта. Разработка конспектов занятий, спортивных праздников, соревнований, презентаций, бесед. Подбор подвижных игр, музыкального сопровождения в спортивных праздниках. Обсуждение проблемы с родителями о значимости, задачах, путях решения, сроках проведения.	Активное участие в формах работы по теме Принятия детьми проблемы	Проведение бесед с родителями, консультаций по теме проекта и реализации задач. Принятие родителями проблемы
<i>Формирующий раздел</i>		
Проведение родительского собрания Утверждение плана работы с семьей по проекту «ГТО в детский сад. Возрождение традиций». Анкетирование родителей. Выявить интерес родителей в подготовке детей по выполнению нормативов ГТО. Конкурс фотографий «Здоровая семья - счастливый ребёнок». Презентация для родителей с использованием мультимедийного оборудования «Выполняем	Беседа о видах спорта, закрепление знаний о олимпийских играх. Занятия на улице «Все на лыжню» Отгадывание загадок на спортивную тематику. Разучивание стихотворений о спорте Оформление фотовыставки «Здоровая семья - счастливый	Принятие плана работы по проекту «ГТО в детский сад. Возрождение традиций». Ответы на вопросы анкеты Беседы с детьми о любимых видах спорта. Совместное просматривание мультфильмов о спорте. Посещение с детьми спортивных объектов (спортзал, бассейн, стадион)

нормы ГТО». Консультация для педагогов: «Что такое ГТО?», «Внедрение комплекса ГТО в ДОУ. Ознакомить педагогов с требованиями и методическими рекомендациями ВФСК ГТО. Беседа с детьми о пользе занятий спортом или физическими упражнениями. Определить знания детей о роли спорта в жизни человека. Проведение с детьми интеллектуальных и развивающих игр: «Узнай вид спорта», «Спортивное оборудование», «Сложи картинку», «Что изменилось на спортивной арене?» Совместное мероприятие «Мама, папа, я – спортивная семья». Спортивные мероприятия «Ловкие прыгуны», «Зарница», «Путешествие по спортивному городу», «Малые олимпийский игры» и др. Выставка детских рисунков, газет на тему «Галерея спорта», «Здоровое питание» и др.	ребёнок». Составление совместного творческого рассказа о любимом виде спорта. Создание рисунков о спорте, здоровом питании. Создание папки - рисунков для детей младшего возраста.	Прогулки с детьми в вечернее время. Помощь в разучивании стихотворений на спортивную тематику. Участие в спортивном мероприятии «Мама, папа, я – спортивная семья» Участие в организации фотовыставки, выставки детских рисунков.
III Заключительный		
<i>Подведение итогов</i>		
Оформление выставки, стенгазет «Галерея	Оформление выставки рисунков:	Оказана помощь в создании выставки

спорта». Подготовка детей к сдаче норм ГТО	«Здоровая семья - счастливый ребёнок» Созданы рисунки о спорте. Участие в акции «Физическая культура и спорт – альтернатива пагубным привычкам».	рисунков: «Здоровая семья - счастливый ребёнок». Оказана помощь в участии акции «Физическая культура и спорт – альтернатива пагубным привычкам». Оказана помощь в подготовки сдаче норм ГТО.
Итоговое анкетирование родителей по подготовке детей по выполнению нормативов ГТО Участие в муниципальном спортивном мероприятии сдаче норм ГТО среди дошкольников детских садов города Усть – Кута.		

Нормативы испытаний Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



Всероссийский
физкультурно-спортивный комплекс
«Готов к труду и обороне»



ДИРЕКЦИЯ
СПОРТИВНЫХ
И СОЦИАЛЬНЫХ
ПРОЕКТОВ

Нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)

I. СТУПЕНЬ (возрастная группа от 6 до 8 лет)*

№ п/п	Испытания (тесты)	Нормативы					
		Мальчики			Девочки		
							
Обязательные испытания (тесты)							
1.	Челночный бег 3х10 м (с)	10,3	10,0	9,2	10,6	10,4	9,5
	или бег на 30 м (с)	6,9	6,7	6,0	7,1	6,8	6,2
2.	Смешанное передвижение на 1000 м (мин, с)	7.10	6.40	5.20	7.35	7.05	6.00
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	2	3	4	—	—	—
	или подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см (количество раз)	6	9	15	4	6	11
	или сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (количество раз)	7	10	17	4	6	11
4.	Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см)	+1	+3	+7	+3	+5	+9



8-800-350-00-00



www.gto.ru



vk.com/vfsk_gto



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



Всероссийский
физкультурно-спортивный комплекс
«Готов к труду и обороне»



ДИРЕКЦИЯ
СПОРТИВНЫХ
И СОЦИАЛЬНЫХ
ПРОЕКТОВ

**Нормативы испытаний (тестов)
Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» (ГТО)**

**I. СТУПЕНЬ
(возрастная группа от 6 до 8 лет)***

№ п/п	Испытания (тесты)	Нормативы					
		Мальчики			Девочки		
							
Испытания (тесты) по выбору							
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	110	120	140	105	115	135
6.	Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м (количество попаданий)	2	3	4	1	2	3
7.	Поднимание туловища из положения лёжа на спине (количество раз за 1 мин)	21	24	35	18	21	30
8.	Бег на лыжах на 1 км (мин, с)**	10.15	9.00	8.00	11.00	9.30	8.30
	или смешанное передвижение по пересечённой местности на 1 км (мин, с)	9.00	7.00	6.00	9.30	7.30	6.30
9.	Плавание на 25 м (мин,с)	3.00	2.40	2.30	3.00	2.40	2.30
Количество испытаний (тестов) в возрастной группе		9	9	9	9	9	9
Количество испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее – Комплекс)		6	6	7	6	6	7

* В выполнении нормативов участвует население до 8 лет включительно

** Проводится при наличии условий для организации проведения тестирования.



8-800-350-00-00



www.gto.ru



vk.com/vfsg_gto

Анкетирование
Выявления интереса и знаний родителей в подготовке детей по
выполнению нормативов ГТО.

1. Ваш возраст?

2. Ваш пол?

- Женский

- Мужской

3. Вы знаете что такое ВФСК «ГТО»?

- Да

- Нет

- Затрудняюсь ответить

4. Информацию о проведении ГТО в ДОУ, в вашем населенном пункте вы получаете:

- От воспитателей

- Из интернета

- Из средств массовой информации

- От друзей и родственников

5. Достаточно ли вы получаете информации о реализации ВФСК в вашем учреждении, в вашем населенном пункте?

- Да

- Нет

- Затрудняюсь ответить

6. Для чего сдают нормы ГТО?

- Чтобы получить значок ГТО

- Чтобы оценить уровень развития физических качеств

- Чтобы следить за своей физической формой и быть здоровым

- Другое _____

7. Вы сдавали нормы ГТО или кто-то в вашей семье?

- Да

- Нет

- Сдавал и еще раз буду сдавать

- Не сдавал, но собираюсь

- Не сдавал и не собираюсь

10. Какие физические качества тестируются в ходе сдачи норм ГТО?

- Сила

- Выносливость

- Быстрота

- Гибкость

- Скоростно-силовые качества

- Координация

- Все выше перечисленное

- Затрудняюсь ответить

11. Кто организует сдачу норм ГТО в вашем учреждении, в вашем населенном пункте?

- Администрация ДООУ и инструктор по ФК
- Спортивный комитет города
- Затрудняюсь ответить

12. Ваше отношение к введению ВФСК ГТО?

- Положительное
- Отрицательное
- Затрудняюсь ответить

13. Кто может сдавать нормы ГТО?

- Все желающие в возрасте 6-70 лет и старше, имеющие допуск врача
- Все без исключения, в обязательном порядке
- Затрудняюсь ответить

14. Что нужно для того, чтобы интерес к сдаче норм ГТО повысился?

- Внедрить систему поощрений
- Организовывать семейные праздники
- Проводить агитационную кампанию
- Затрудняюсь ответить
- Другое

Консультация для педагогов «Внедрение комплекса ГТО в ДОУ»

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 ГТО направлен на физическое развитие и укрепления здоровья подрастающего поколения, является основой системы физического воспитания и призван способствовать развитию массового физкультурного движения в стране.

Цель комплекса ГТО — увеличение продолжительности жизни населения с помощью систематической физической подготовки.

Нормативная документация

- Указ Президента Российской Федерации от 24 марта 2014 г. № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)»
- Методические рекомендации по организации проведения испытаний (тестов), входящих во Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) и по выполнению видов испытаний (тестов), входящих во Всероссийский физкультурно- спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО)
- Государственные требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)
- Приказ Минспорта России от 08 июля 2014 № 575 «Об утверждении государственных требований к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)»
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 30 июня 2014 № 1165-р об утверждении плана мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)
- Постановление Правительства Российской Федерации от 11 июня 2014 № 540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)»

Нормативные документы нормы ГТО, пройти регистрацию Вы можете по адресу: <http://www.gto.ru/>

Регистрация на сайте. Для прохождения на сайте необходимо подготовить:

- 1.Наличие эл. Почты
- 2.Паспортные данные (родителя, законного представителя)
3. Данные свидетельства о рождении
- 4.Согласие на обработку персональных данных
- 5.Фотография(в эл.варианте)
- 6.Присвоение номера (УИН)

Этапы регистрации:

1. Укажите, пожалуйста, существующий адрес электронной почты, который зарегистрирован на Вас. Обращаем Ваше внимание, регистрация на интернет-портале с одного электронного адреса возможна только один раз. Все почтовые сообщения с интернет-портала будут отсылааться на этот адрес. Адрес электронной почты будет использован только по Вашему желанию: для восстановления пароля или получения новостей и уведомлений.

Почтовый электронный адрес

2. Укажите, пожалуйста, пароль Вашего личного кабинета на интернет-портале. Обращаем Ваше внимание, что пароль должен содержать не менее 6 символов и состоять из латинских букв и цифр.

Пароль

3. Для того, чтобы подтвердить свой электронный адрес, нажмите на кнопку «Отправить код для активации аккаунта».

4. Для регистрации дошкольников необходимо согласие на обработку персональных данных. 5. Для прохождения норм ГТО нужна мед.справка.

НОРМЫ ГТО ДЛЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

Содержание комплекса – нормативы ГТО 1 ступень (6-8 лет) I ступень включает нормативы ГТО для мальчиков и девочек 6-8 лет трех степеней сложности (бронзовый, серебряный и золотой знак), т.е. она охватывает детей дошкольного возраста и школьников 1-2 классов. Из 9 тестов 6 обязательных и 3 по выбору, из них 3 многовариантных. Для получения бронзового, серебряного или золотого знака ГТО дети (мальчики и девочки) должны выполнить нормативы соответственно 4-х, 5-и или 6-и тестов, при этом выполненные нормативы должны содержать тесты на силу (подтягивание на перекладине, выжимание из положения лежа на полу, прыжок в длину), быстроту (бег на 30 м, челночный бег 3 x10 м, бег на лыжах с фиксированием нормативного времени), гибкость (наклоны вперед) и выносливость (смешанное передвижение на 1 км, бег на лыжах на 2 км, кросс на 1 км). Учитывая, что упражнения в детском возрасте должны быть разнообразными и игровыми, в 1 ступень включены тесты на попадание в цель теннисного мяча, плавание без учета времени. Недельный двигательный режим рекомендуется всего 10 часов, т.к. в этот возрастной период больше энергии, чем в другие периоды, затрачивается на процессы роста. Появляются различия между гимнастическим снарядом для мальчиков и девочек (высокая перекладина для мальчиков, низкая для девочек), т.к. начинает сказываться разница в их росте.

Содержание тестов для детей 6-8 лет:

Бег 30 м (сек.)

Прыжок в длину (см.)

Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине(раз)

Поднимание туловища из положения лежа на спине (раз)

Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке (см)

Метание мяча в цель (кол-во попаданий из 5 попыток).