

**МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №37»  
г. Курска**

***Проект по  
физической культуре  
«ГТО-шки»***



**Инструктор по  
физической культуре  
высшей кв.категории  
Куклина Нина  
Алексеевна**

## Проект по физической культуре «ГТО-шки»

**По доминирующей деятельности:** практико-ориентированный  
**По количеству участников:** групповой ( воспитатели гр.№2,4,  
воспитанники групп №2,4, родители воспитанников, центр  
тестирования ВФСК ГТО городской спортивно-оздоровительный  
центр «Меркурий»

**Характер контактов:** дети подготовительной к школе группе

**По продолжительности:** долгосрочный  
(октябрь 2022- февраль 2023г)

**Автор проекта:**

инструктор по физической культуре высшей кв.категории  
Куклина Нина Алексеевна





**Актуальность.** 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, укрепление и сохранение физического и психического здоровья дошкольников. Поэтому внедрение комплекса «ГТО» в детском саду решит многие проблемы в физическом и психическом развитии ребенка-дошкольника.

**Цель проекта:** создать положительную мотивацию у дошкольников для занятий физкультурой и спортом, совершенствовать физические качества, приобщить к здоровому образу жизни детей.



**Задачи проекта:**

- повысить уровень физической подготовленности, укрепления здоровья;
- повысить общий уровень знаний дошкольников о средствах, методах и формах организации самостоятельных занятий физической культурой и спортом;
- формировать у дошкольников осознанные потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом, ведении здорового образа жизни.
- повысить уровень нравственного воспитания граждан, воспитание патриотизма.

**Гипотеза проекта:** в результате создания оптимальных условий, обеспечивающих полноценную жизнедеятельность детей в дошкольном учреждении по данному направлению у воспитанников сформируются установка на здоровый образ жизни.

**Новизна проекта заключается в следующем:** создание в дошкольном учреждении системы по подготовке к проведению испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО.



# Реализация проекта

## Организационный этап 1.10.-14.10.2022

1. анализ условий реализации проекта;
2. распределение обязанностей среди участников проекта;
3. подбор методической, литературы, иллюстративного материала по теме проекта;
4. мониторинг физических качеств воспитанников;
5. опрос родителей воспитанников на сайте инструктора по фк

[ГЛАВНАЯ](#) [ПОРТФОЛИО](#) [МЕТОДИЧЕСКАЯ ШКАТУЛКА](#) [РОДИТЕЛЯМ](#) [ГАЛЕРЕЯ](#) [НОВОСТИ](#) [КОНТАКТЫ](#)

### Опрос "Первые шаги к ГТО"

Здравствуйте, уважаемые родители! Потратьте несколько минут своего времени на заполнение опроса. Спасибо за сотрудничество!

МЫ ЗА ЗДОРОВЫЙ  
ОБРАЗ ЖИЗНИ



[Подробнее...](#)

# Основной этап

15.10.2022-22.02.2023



- знакомство родителей и воспитателей с тестами Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» I ступень (возрастная группа от 6 до 8 лет) на сайте инструктора;
- консультация для родителей «Как подготовить ребенка к сдаче норм ГТО?», «Как зарегистрироваться для сдачи норм ГТО?»;
- подборка оборудования, спортивного инвентаря для подготовки и проведения нормативных испытаний, физкультурных занятий и спортивных праздников



ГЛАВНАЯ ПОДГОТОВКА МЕТОДИКА

Посмотреть на YouTube

МДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №37» г.Курск

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

Инструктор Ф.К.  
Куклина Нина Алексеевна

4. Помогите ребенку осознать значение самостоятельного выполнения упражнений и выполнения двигательных упражнений.  
5. Помогите ребенку правильно выбрать время и место для выполнения упражнений.  
6. Выясните, что в движении — это, по какой причине и в каком направлении.  
7. Обеспечьте ребенку правильное выполнение упражнений и соблюдение правил безопасности.  
8. Помогите ребенку самостоятельно выполнять упражнения и соблюдать правила безопасности.  
9. Помогите ребенку и родителям осознать значение комплекса упражнений «ГТО» для здоровья и физической активности.

10. Помогите ребенку самостоятельно подобрать и использовать спортивные инвентари и оборудование.  
11. Помогите ребенку самостоятельно подобрать и использовать спортивные инвентари и оборудование.

Вот здорово — это здорово!  
Дружно, весело, и весело,  
Смело шагаем на работу,  
Организуем — подготовим!  
Дружно работаем, дружно  
Делать упражнения будем,  
Физука, физука — это здорово!  
Сейчас мы будем в движении,  
Каждый справится прекрасно,  
Кто больше, кто сильнее,  
Кто быстрее, кто ловчее,  
Кто больше, кто сильнее,  
Кто быстрее, кто ловчее,  
Кто больше, кто сильнее,  
Кто быстрее, кто ловчее!

МДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №37» г.Курск

### Занимайтесь спортом всей семьей

Инструкция для родителей

Инструктор Ф.К.  
Куклина Нина Алексеевна



Разучивание нормативов «ГТО» при проведении:  
утренней гимнастики, физкультурных занятий,  
спортивных упражнений, подвижных игр,  
эстафет



Проведение  
непосредственно  
образовательной  
деятельности









Рассматривание иллюстраций, фото и видео материалов по теме ЗОЖ, режим дня, виды спорта



# Дидактические, интерактивные и спортивные настольные игры





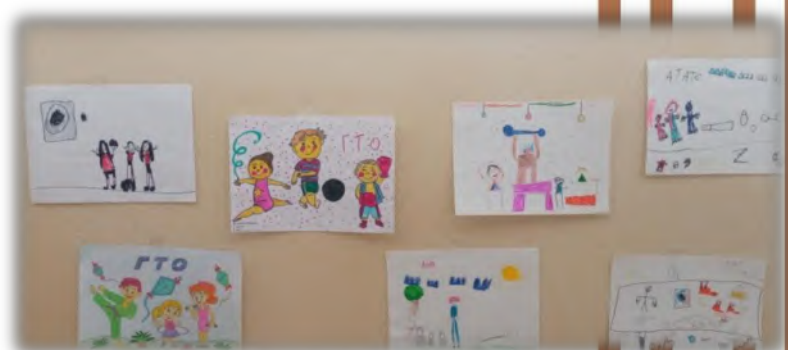
Решение с детьми проблемных вопросов и ситуаций (поискового характера): «Какие знаки отличия ГТО ты знаешь?» «Что нужно делать, чтобы стать спортсменом?» «Правильное питание» «Режим дня»





Проведение с детьми интеллектуальных и развивающих игр: «Узнай вид спорта», «Спортивное оборудование», «Сложи картинку», «Найди спортсмена по описанию», «Что изменилось на спортивной арене?»





- Рисование по теме: «Выполним нормы ГТО!»
- Выставка в музыкальном зале детских рисунков на тему ГТО

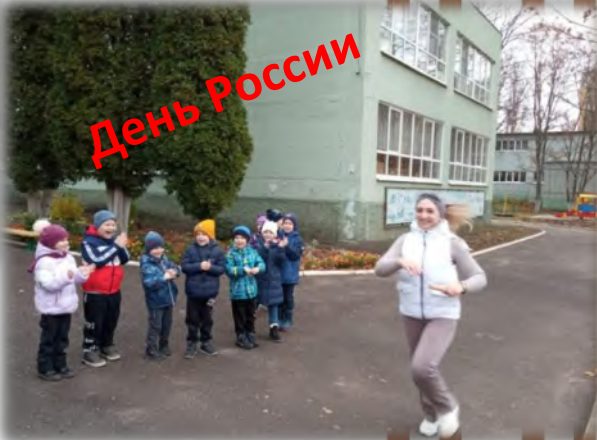




**Спортивное развлечение  
«Папа может»**



**Спортивно-патриотическая  
игра «Зарница»**

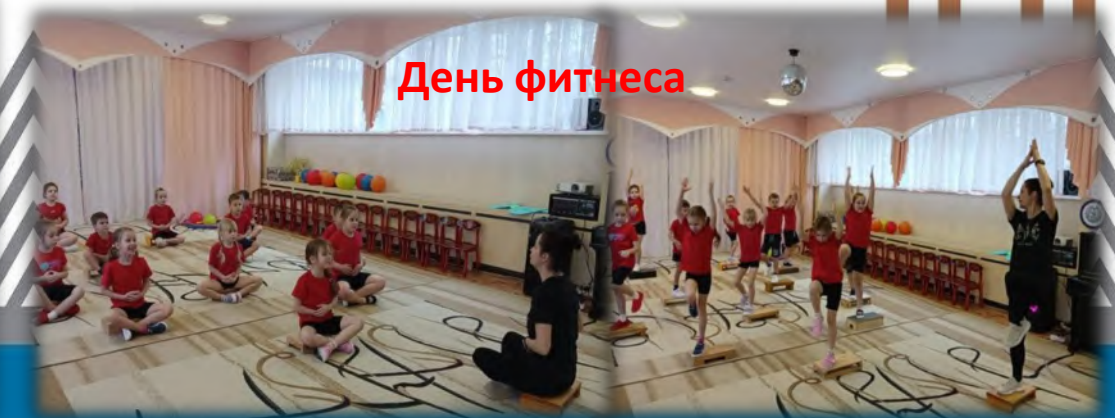


**День России**

**Спортивные праздники  
и развлечения**



**Масленичные гуляния**



**День фитнеса**

## Заключительный этап 27.02.-3.03.2023

- сдача нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» I ступень
- отчет о сдаче норм ГТО: видеоролик для детей и родителей «ГТО-шки, вперед!»
- создание презентации проекта и методических рекомендаций для педагогов других ДОУ.





## Ожидаемый результат:

- повышение мотивации и интереса к занятиям физической культурой и спортом у всех участников проекта;
- положительная результативность в сдаче норм «ГТО»;
- обогащение педагогического опыта родителей;
- сформированность у родителей осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, ведение здорового образа жизни;
- эмоциональное сближение детей и родителей;
- рост профессиональной компетенции педагогов;
- активное взаимодействие родителей и педагогов;
- приобретение опыта взаимодействия с социальными партнёрами.



## **Перспектива развития проекта**

Привлечь наибольшее количество воспитанников к участию в сдаче норм ВФСК «ГТО», а также мотивировать их к увеличению двигательной активности. Тесное сотрудничество с родителями, с социумом в целях сохранения и укрепления здоровья детей, формирования потребностей в занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании и ведении здорового образа жизни.

Презентация проекта и создание методических рекомендаций для педагогов других ДОУ. Опыт работы по реализации проекта может быть использован педагогами и специалистами по работе с детьми старшего дошкольного возраста любого учреждения образования.

