|  |
| --- |
| **МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД «СКАЗКА» Г. НАДЫМА»**  **(МДОУ «Детский сад «Сказка» г. Надыма»)** |

ул. Комсомольская, 9 «А», г. Надым, Ямало-Ненецкий автономный округ, 629730

тел./факс 8(3499)53-11-81. E-mail:[dsskazka@nadym.yanao.ru](https://e.mail.ru/compose?To=dsskazka@nadym.yanao.ru)

ОКПО 54107326, ОГРН 102 890 058 0026, ИНН/ КПП 8903020355/ 890301001

**Образовательный проект**

**«ГТО в детский сад. Растим здоровое поколение».**

**Разработчики:**

старший воспитатель

Жилина Татьяна Геннадьевна,

педагог-организатор

Горбунова Ольга Николаевна,

инструктор по физической культуре

Андруховец Наталья Борисовна.

Надым

2018 г.

**Паспорт проекта:**

**Вид проекта:** Образовательный проект.

**Актуальность проблемы:**

Вопрос здоровья в современном обществе сегодня является одним из самых актуальных. Сохранение и укрепление здоровья требует к себе особого внимания. Нужно сформировать у подрастающего поколения осознанные потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом, а также ведение здорового образа жизни.

Здоровье же, как известно, на 50% определяется образом жизни, а модель образа жизни формируется в детстве. Поэтому так важно формировать привычку к здоровому образу жизни в дошкольном возрасте.

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. Её системообразующим элементом призван стать Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс.

Внедрение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»  - о возрождении норм ГТО было подписано Президентом России В.В.Путиным, Указом № 172 от 24 марта 2014 года. В рамках реализации плана Правительство Российской федерации издало распоряжение об утверждении плана мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса  «Готов к труду и обороне» (ГТО). В начале внедрения - Комплекс среди обучающихся образовательных организаций в отдельных субъектах Российской Федерации (2014-2015 г.) Затем внедрение Комплекса среди обучающихся всех образовательных организаций страны и других категорий населения в отдельных субъектах Российской Федерации (2016 г.) И заключительный этап - это повсеместное внедрение Комплекса среди всех категорий населения Российской Федерации (2017 г.)

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.

Таким образом, важно и необходимо укреплять здоровье подрастающего поколения, начиная с дошкольного возраста, формировать у дошкольников устойчивую мотивацию, инициативу к занятиям физическим спортом, которые приведу к успешной сдаче нормативов спортивного комплекса. Для этого, прежде всего, необходимо создать условия для занятий спортивной деятельностью детей, приобрести необходимое спортивное оборудование, систематизировать спортивно-оздоровительную работу.

Данное заключение привело к выбору темы образовательного проекта «ГТО в детский сад. Растим здоровое поколение», который разработан и реализуется в рамках муниципального сетевого проекта «Совместная спортивно-ориентированная деятельность через внедрение комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО СТАРТ).

**Объект проекта**: дети старшего дошкольного возраста.

**Предмет проекта**: сохранение здоровья воспитанников, через систематические занятия спортом.

**Цель проекта:**

Создание условий для укрепления здоровья детей в ДОУ, воспитание волевых качеств, уверенности в своих силах посредством подготовки детей

к сдаче норм ГТО.

**Задачи:**

1. Модернизировать спортивно-оздоровительную инфраструктуру детского сада для подготовки детей к сдаче норм ГТО.
2. Укреплять здоровье детей старшего дошкольного возраста посредством применения физических упражнений, подвижных игр, участия в спортивно-массовых мероприятиях различного уровня.
3. Воспитывать детскую инициативность к успешной сдаче нормативов комплекса.

**Предполагаемые результаты:**

* Повышение мотивации, инициативы и интереса к занятиям физической культурой и спортом.
* Модернизация спортивно-оздоровительной инфраструктуры ДОУ для подготовки детей к сдаче норм ГТО.
* Систематическая работа по укреплению здоровья воспитанников, через занятия физической культурой и спортом.
* Увеличение количества дошкольников, сдавших нормативы физкультурного комплекса.
* Увеличение количества полученных значков ГТО.
* Результативное участие в региональном дистанционном интеллектуально-спортивном марафоне «Я-Мал» среди воспитанников подготовительных к школе групп в 2019 году.
* Участие сетевого муниципального проекта «Совместная спортивно-ориентированная деятельность через внедрение комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО СТАРТ) в рейтинге оценки эффективности реализации сетевых муниципальных проектов за 2018-2019 учебный год.

**Срок реализации**: 2018-2019 учебный год.

**Участники проекта**: дети старшего дошкольного возраста, педагоги, родители.

**Территория реализации проекта**: МДОУ «Детский сад «Сказка» г. Надыма».

**Принципы реализации проекта:**

1. Принцип оздоровительной направленности - обеспечить рациональный общий и двигательный режим в дошкольном учреждении, создать оптимальные условия для игр и занятий детей.
2. Принцип социализации ребенка - дошкольник постоянно вовлечен в групповую двигательную деятельность, способствующую обогащению эмоционально-волевой сферы и формированию межличностных отношений и организационных умений.
3. Принцип всестороннего развития личности - обеспечивать согласованное, соразмерное развитие всех физических качеств, разностороннее формирование двигательных навыков и овладение детьми специальными знаниями.
4. Принцип единства с семьей – соблюдение единых требований дошкольного учреждения и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, формирования культурно-гигиенических навыков, развития движений детей.
5. Принцип региональный специфики образования предполагает физическое воспитание детей с учетом климатогеографических условий и культурных традиций региона.
6. Принцип доступности - соответствие уровню социального, психического и физического развития ребенка, его возможностями способностям.

**Этапы реализации проекта**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Этапы проекта** | **Деятельность педагогов ДОУ** | **Деятельность детей, педагогов, родителей** |
| **Подготовительный этап**  Сентябрь-октябрь  2018-2019 г. | - Определение цели и задачи;  - Закупка спортивного оборудования, необходимого для сдачи нормативов.  - Курсовое обучение педагогов на прием сдачи норм ГТО.  - Составление плана деятельности;  - Осуществление сбора и уточнения информации (анкетирование родителей, диагностика детей);  - Выбор оптимальных вариантов;  - Подбор сюжетных картинок и иллюстраций.  - Изготовление дидактических игр.  - Составление совместного плана деятельности со Спортивным Комплексом «Молодость» г. Надыма | - Принимают предложенные цели и задачи;  - Дополняют собственными. |
| **Основной этап**  Ноябрь – апрель  2018-2019 г. | - Систематическая организация работы через непосредственно образовательную деятельность по физической культуре и деятельность в режимных моментах.  - Игровая деятельность на развитие ловкости, гибкости, скорости, выносливости через подвижные игры.  - Проведение промежуточного тестирования на институциональном уровне своими педагогами.  - Оказание практической помощи детям.  - Оформление буклетов, рекомендаций, памяток по теме проекта.  - Размещение информации на сайте ДОУ о совместных мероприятиях.  - Сдача нормативов ГТО детьми подготовительных групп.  - Участие в региональном дистанционном интеллектуально-спортивном марафоне «Я-Мал» среди воспитанников подготовительных к школе групп в 2019 году. | - Формируют знания, умения, навыки;  - Участвуют в массовых мероприятиях, конкурсах.  - Прохождение курсов повышения квалификации для инструктора по физической культуре, старшего воспитателя по программе подготовки спортивных судей главной судейской коллегии и судейских бригад физкультурных и спортивных мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне в количестве 72 часов. |
| **Заключительный этап**  Май  2019 г. | - Анализ деятельности детей и соотношение полученных результатов с поставленными задачами.  - Получение значков ГТО различной степени.  - Размещение итогов проекта в СМИ. | - Участвуют в организации выставки творческих работ (плакаты, рисунки). |

**План реализации проекта**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Мероприятия** | | |
| **Дети** | **Родители** | **Педагоги** |
| **Сентябрь** | * Тематическая беседа: «Что такое ГТО?» * Рассматривание картинок и фотографий с изображением разных видов спорта и оформление их в альбом. | Анкетирование родителей «Здоровье детей в северных условиях. Систематическое занятие спортом». | Анкетирование «Нужно ли ГТО для дошкольников?» |
| **Октябрь** | * Тематическая беседа: «Олимпиада и где она возникла?» * Дидактические игры «Назови вид спорта», «Спортивное оборудование». | * Консультация для родителей: «Зачем нужно ГТО в дошкольном возрасте? * Консультация «Зачем заниматься утренней гимнастикой и физической культурой?». * Клуб для родителей «Здоровье». Знакомство с проектом «Первые шаги к ГТО». Презентация проекта | Консультация для педагогов: «Что такое ГТО?». |
| **Ноябрь** | * Тематическая беседа: «Что нужно знать, чтобы стать знаменитым спортсменом?» * Подвижные игры: «Волк во рву», «Займи домик». | * Консультация для родителей: «Нормативные испытания «ГТО» и как их проходить». * Буклет «Подготовка детей дошкольного возраста к сдаче ГТО». | Консультация: «Внедрение комплекса ГТО в детском саду. Требования и методические рекомендациями ВФСК ГТО». |
| **Декабрь** | * Тематические беседы: «Что происходит с нашим организмом (сердце, легкие, мышцы) после занятий физической культурой?» * Сдача воспитанниками нормативов Комплекса. | Фоторепортажи:   * «Семейные спортивные традиции». * «Как мы сдавали нормативы комплекса». | Семинар-практикум для педагогов: «Физкультурно-образовательное пространство дошкольного учреждения как условие подготовки детей к сдаче норм комплекса ГТО». |
| **Январь** | * Физкультурно-спортивный досуг «Путешествие на остров Здоровья» для детей старшего дошкольного возраста. * Художественное творчество: лепка «Лыжник». * Подвижные игры: «перетягивание в парах», «Охотники и звери». | * Клуб для родителей «Здоровье». Открытый показ «Влияние подвижных игр на развитие разных групп мышц». * Совместное творчество с детьми «Любимый вид спорта» | * Мастер-класс с педагогами «Игровая деятельность как средство повышения физической активности при подготовке дошкольников к сдаче норм ГТО». * Публикация конспектов спортивных мероприятий на сайте образовательной организации. |
| **Февраль** | * Тематическая беседа: «Каковы мои физические возможности?» * Художественное творчество: рисование «Всей семьёй на лыжах». * Физкультурный досуг «Сильные духом». | * Наглядная агитация, тематические выставки: «Спорт и здоровый образ жизни», «Детский сад и спорт», «Виды спорта». | Практикум «Здоровье ребёнка в наших руках». |
| **Март** | * Тематическая беседа: «Что нужно знать, чтоб здоровье сохранять». * Художественное творчество: рисование «Отдыхаем на свежем воздухе» * Институциональная Викторина: «Спорт и здоровье» среди воспитанников подготовительных групп. | Консультация «Как провести выходной день с детьми». | Подготовка к проведению институциональной викторины среди воспитанников подготовительных групп «Спорт и здоровье». |
| **Апрель** | Физкультурный досуг «Космическое путешествие» для детей старшего дошкольного возраста. | Детско-родительский спортивный праздник «Полетим в космос!» в рамках всероссийской акции «Отцовский патруль МЫ ГоТОвы». | Публикация конспектов спортивных мероприятий на сайте образовательной организации, Департамента образования. |
| **Май** | * Художественное творчество: рисование «Мама, папа, я – дружная семья». * Региональный дистанционный интеллектуально-спортивный марафон «Я-Мал» среди воспитанников подготовительных к школе групп. * Городская спортивная мини-олимпиада «Непоседливое лето 2019». | * Клуб для родителей «Здоровье». Семейная спартакиада «Всей семьей в турпоход». * Фотовыставка «Здоровая семья - счастливый ребёнок» в рамках международного дня семьи». * Презентация промежуточных результатов проекта «ГТО в детский сад. Растим здоровое поколение» «Первые результаты сдачи нормативов ГТО». | Демонстрация нового оборудования для сдачи норм ГТО. |

**Ресурсное обеспечение проекта**

|  |  |
| --- | --- |
| **Содержание деятельности** | **Мероприятия** |
| Нормативно-правовая база | - Конвенция о правах ребенка.  - Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных Законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 N 6-ФКЗ, от 30.12.2008 N 7-ФКЗ).  - Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 31.12.2014) «Об образовании в Российской Федерации».  - Указ Президента Российской Федерации от 24 марта 2014 г. № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)».  - Проект Постановления Правительства Российской Федерации от 2014 г. «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)».  - Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» на 2013-2020 гг., утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 22 ноября 2012 г. № 2148.  - Устав МДОУ.  - Концепция дошкольного воспитания.  - Конвенция о правах ребенка (Нью-Йорк, 20 ноября 1989 г.)  - СанПин 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014).  - Программа развития МДОУ.  - Образовательная программа МДОУ. |
| Организационно-педагогическая деятельность | - Модернизация спортивно-оздоровительной инфраструктуры ДОУ.  - Разработка перспективного плана по работе с родителями и детьми.  - Создание системы мониторинга качества реализации проекта.  - Организация работы с родителями и педагогами: консультации, беседы, анкетирование, привлечение к подготовке, участие в спортивных мероприятий конкурсах, выставках. |
| Научно-методическое сопровождение | - Разработка критериев и показателей оценки результативности реализации проекта.  - Разработка конспектов занятий.  - Картотека дидактических игр.  - Выставка научно-методической литературы. |
| Информационное сопровождение | - Оформление папки-передвижки.  - Создание и использование медиотеки для родителей и педагогов.  - Выставки детских работ. |
| Материально-техническое сопровождение | *Технические средства обучения (ТСО):*  -ноутбук;  -проектор;  -экран;  -музыкальный центр;  -электронные носители с мультимедийными представлениями;  -комплекты компакт дисков и аудиокассет с релаксационными мелодиями и детским репертуаром;  -цифровой фотоаппарат. |

**Перспективы дальнейшего развития проекта.**

1. Положительные результаты внедрения проекта внесут предложение о долгосрочности реализации информационного практико-ориентированного проекта «ГТО в детский сад. Растим здоровое поколение».

2. Направить имеющиеся денежные средства на модернизацию уличной спортивной площадки современным оборудованием для занятий физическими видами спорта на свежем воздухе.

3. Привлекать к сдаче норматив Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» педагогов, сотрудников образовательной организации.

4. Вести агитационную работу среди родителей воспитанников, для увеличения числа желающих сдавать нормативы, показывая положительный пример детей детского сада.

5. Трансляция передового положительного опыта на различном уровне.

**Литературные источники:**

1. Веракса Н. Е., Веракса А. Н. Проектная деятельность дошкольников. Пособие
2. для педагогов дошкольных учреждений. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2008.
3. Картушина М. Ю. Быть здоровыми хотим: оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы. – М.:АРКТИ, 2004.
4. Казина О.Б. Совместные физкультурные занятия с участием родителей (5-7 лет).
5. Материалы официального сайта ВФСК «ГТО».
6. Положение о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) от 11.06.2014 г. № 540.
7. Пензулаева Л.И. – физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа детского сада. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2011. – 112 с.
8. Пензулаева Л.И. – Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. Комплексы оздоровительной гимнастики. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2010. – 128 с.
9. Указ Президента РФ от 24.03.2014 г. № 172 о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО).
10. Ульева Е.А..100 увлекательных игр для здоровья вашего ребенка. Сценарий игр.
11. Фролов В.Г. – Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке: Пособие для воспитателя. – М.: Просвещение, 1986. – 159 с.
12. Шебеко В.Н. – Физкультурные праздники в детском саду: творчество в двигательной деятельности дошкольника: Кн. для воспитателей детского сада /В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак. – 3-е изд. – М.: Просвещение. 2003. – 93 с.
13. Шишкина В.А. Движение: Кн. для воспитателя детского сада. – М.: Просвещение, 1992. – 96 с.

**Методическое обеспечение проекта**

**Приложение**

**Физкультурно-спортивный досуг «Путешествие на остров Здоровья» для детей старшего дошкольного возраста.**

**Цель:** Формировать мотивацию детей на сохранение и укрепление здоровья в рамках ГТО через игру.

**Оборудование:** маски для игр, обручи, мячи для метания, ободки с ушками по количеству детей.

**Ведущий.** Здравствуйте, ребята!

Что за шум? Что за гам?

Кто-то в гости рвется к нам!

Что ж, тихонько постоим,

Кто же это - поглядим.

**Кот Тимофей.** Здравствуйте, юные спортсмены, меня зовут кот Тимофей, я путешественник**.** Недавно я побывал на острове Здоровья и познакомился там с одной очень интересной Мартышкой по имени Чичи, она передала вам посылку.

**Ведущий.** Сейчас мы узнаем, что же в посылке. Письмо. (Открывает письмо и читает.) «Здравствуйте, ребята! Приглашаю вас ко мне в гости на остров Здоровья поучаствовать в веселых играх». Вы согласны отправиться на остров?

**Дети.** Да!

**Ведущий.** Остров находится далеко. Ребята, на чем можно добраться до острова?

*Дети предлагают.*

**Ведущий.** Быстрее, конечно, самолетом. Тогда в путь!

**Кот Тимофей.** А я вам желаю быстро добраться на остров Здоровья, а мне пора, к другим ребятам, спешу.

**Ведущий.** Направо. Готовимся к взлету. Мы отважные пилоты,

Это наши самолеты -

Два крыла,

Одна кабина,

Сзади мощная турбина. *(Шагают).*

Разбежались и взлетели -

Полетели, полетели.

К острову летим, небо покорим! *(Легкий бег).*

- Вот он, необитаемый остров Здоровья! (Раздаются звуки дикого леса: крики обезьян, шелест листвы и т.д.) Здесь только пальмы, лианы, а на ветках качаются обезьяны.

- По тропинке мы шагаем *(ходьба в колонне по одному).* По узенькой тропинке нужно идти друг за другом, след в след, не сбиваясь и не отступая в стороны, сохраняя дистанцию, соблюдая темп движения, заданный направляющим.

- «По колючим иголкам»- ходьба на носках. Ходьба должна быть легкой, свободной с высоким подниманием пяток от пола и сохранением правильной осанки.

- Бег «Лев» широкими шагами *(бежать стремительно, как лев).*

*-* «Бег между пальмами » - челночный бег*. (Бег в быстром темпе с изменением направления движения в соответствии с заданными ориентирами).*

- И куда нас привела тропинка, ребята?

**Дети.** Остров Здоровья.

Появляется мартышка Чичи. *(Инструктор переодевается в Мартышку).*

**Мартышка.** Здравствуйте, девчонки,

Здравствуйте, мальчишки!

Я - веселая мартышка

Пригласила в гости вас,

Чтоб проверить здесь, сейчас

Вашу силу, быстроту и ловкость.

Ребята, этот остров называется остров Здоровья. А знаете почему?

*Дети высказывают свои предложения.*

**Мартышка.** Верно. Он называется так, потому что все звери на острове питаются свежими фруктами, много бегают, прыгают, лазают, плавают, а по утрам делают зарядку и, конечно, мы любим играть.

Я много знаю игр, где нам понадобятся выносливость, быстрота, ловкость

И так, готовы?

**Подвижная игра «Лев в яме».**

*Правила игры:* По середине площадки проводятся две параллельные черты на расстоянии 70-100 см. одна от другой - это яма. У одной из сторон площадки на расстоянии одного двух шагов от нее очерчивается дом «травоядных животных». По считалочке выбирается «Лев», остальные изображают травоядных животных. Все травоядные располагаются в доме, а лев становится в яму. По сигналу «Травоядные на луг!», животные перебираются на другую сторону площадки, перепрыгивая через яму (лев в это время спит и не трогает животных). Затем воспитатель говорит «Травоядные, домой!» Животные перебегают на другую сторону площадки - дом, перепрыгивая через яму, а лев старается их поймать (коснуться). Пойманные отходят в конец ямы. После 2-3 перебежек все пойманные животные возвращаются в свой дом, и назначается другой лев.

*Вариант игры:* В яме находятся 2 льва. Чертят 2 ямы (расстояние между ними 3-4 м), в каждом по одному льву.

Соблюдая правила игры, вы должны бежать, не толкаясь, каждый по своей дорожке, отталкиваться и приземляться на две ноги.

**Мартышка.** Молодцы, ребята! Здесь вы были ловкими, ни кто не упал в яму. На острове Здоровья живут попугаи. Хотите превратиться в попугаев?

Тогда предлагаю поиграть в игру «Займи домик».

**Подвижная игра «Займи домик».**

*Правила игры:* Играющие из обручей делают домики. В каждом по паре попугаев. Число играющих нечетное, один без дома. Дети бегают по площадке в разных направлениях. По сигналу «Попугаи прилетели» дети-попугаи бегут в домики и размещаются по двое. По сигналу «попугаи летят» снова бегут по площадке.

*Правила:* занимать можно любой домик, опоздавший остается без домика.

В игре не кричать, бегать по своей дорожке. Слушать внимательно сигнал.

Молодцы! Показали свою выносливость.

**Мартышка.** - А сейчас все в круг вставайте, упражнения выполняйте.

*Дети надевают обезьяньи ушки.*

**Упражнение «Мы веселые мартышки».**

Мы - веселые мартышки,

Мы играем громко слишком,

Мы в ладоши хлопаем,

Мы ногами топаем.

Надуваем щечки,

Скачем на носочках,

И друг другу даже

Язычки покажем.

Дружно прыгнем к потолку,

Пальцы поднесем к виску,

Оттопырим ушки,

Хвостик на макушке.

Шире рот откроем.

Гримасы все состроим.

Как скажу я цифру «три»-

Все с гримасами замри!

«Раз, два, три!»

*Дети выполняют движения по показу мартышки.*

**Мартышка.** - Хотите узнать какие вы сильные?

**Упражнение «Перетягивание в парах».**

**«Перетягивание в парах».** На площадке прочерчивают три параллельные линии на расстоянии 3м. одна от другой. Игроки становятся шеренгами за дальними линиями, распределившись (согласно «весовым категориям») парами. По сигналу «Сойдись!» пары подходят к средней линии и берутся (кистью за запястье) за руки. По сигналу «Тяни!» каждый старается утащить своего соперника за линию своего «дома». Проигравший становится «пленным». После окончания перетягиваний подсчитывают пленных и отпускают их в свои команды. Затем пары меняются.

Только по сигналу начинается перетягивание.

**Мартышка.** - Какие вы сильные, ребята! Значит, можете справиться с завалом.

На другом берегу ждет нас еще одна игра.

**Игра-эстафета «Очисти тропинку»** (по типу челночного бега). Дети выстраиваются в две колонны. Камней много на тропинке. Каждому надо перенести по два мешочка. По сигналу «неси», ребенок берет мешочек, добегаете до корзины, возвращается, снова берет, добегает, кладет мешочек и остается на той стороне острова.

**Мартышка.** Я очень рада за вашу смелость и выносливость.

*Давайте присядем и послушаем звуки дикого леса.*

- Какой красивый лебедь плывет вон там по реке, давайте и мы превратимся в лебедей.

**Упражнение «Лебедь».**

И.п.- ноги вместе, руки в стороны на уровне плеч *(для равновесия).*

Сделайте широкий шаг правой ногой вперед и присядьте, пока колено левой ноги не коснется пола (если трудно, не приседайте так глубоко). Вернитесь в исходное положение и сделайте тоже самое левой ногой. Выполняйте упражнение в 3 подхода по 4 упражнения (каждой ногой).

**Мартышка.** - Интересная игра ждет нас друзья «Охотники и звери».

**Игра** **«Охотники и звери».** Из числа играющих выбираются охотники, на другой звери. Охотники ходят по залу, делая вид, что ищут следы зверей, а затем возвращаются к себе. Звери выходят на поляну и двигаются в разных направлениях. По сигналу: «Охотники!» - звери поворачиваются спиной к охотникам, а охотники, не выходя их домиков, бросают в них мяч (в руках по три мяча). Те, в кого попали, считаются подстреленными, и он забирает их в свой дом.

**Мартышка.** А еще, мы крепкие, потому что здесь много солнца и оно дает нам энергию. Давайте потянемся навстречу его теплым лучам. (Звучит музыка тихая). Ваше тело наливается упругой силой, бодростью, становится стройным, гибким, сильным. Солнечные лучики проникают в каждую клеточку вашего организма. Поймайте солнечные лучики, один оставьте себе, остальные раздайте всем, кого любите, пожелайте им здоровья.

А теперь, ребята, пришло время прощаться. Давайте попрощаемся с хозяевами острова. Вот и самолет уже прилетел. Занимаем места согласно посадочным местам.

Наконец мы снова дома,

Все для нас вокруг знакомо,

Приключениям конец,

Кто трудился молодец.

**Детско-родительский спортивный праздник «Полетим в космос!» в рамках всероссийской акции «Отцовский патруль МЫ ГоТОвы».**

**Цель:** развитие двигательной активности детей и родителей посредством участия в спортивном мероприятии, с применением эстафет, направленных на выполнение элементов ГТО.

**Оборудование:** мешочки,обручи, модули для ракеты, тоннели, картонные скафандры, набивные мячи, бумажные плоские космические дыры, пластмассовый строительный материал, по 2 звезды на участника, сок в стаканчиках с трубочкой на каждого участника, щиты с рисунком кометы, гигантские овальные мячи, мяч фитбол.

**Ведущий:** День сегодня не простой,

Это в мире знает каждый.

Первый в космос полетел

Человек с Земли отважный.

Я рада вас видеть на нашем космодроме, где сегодня мы отмечаем один из самых интересных праздников на земле. Много лет назад, в 1961 г. 12 апреля, впервые в мире в космос на космическом корабле «Восток» поднялся наш герой космонавт номер один Юрий Гагарин*. (Звучит космическая музыка, залетает в тарелке инопланетянин).*

**Инопланетянин:** Здравствуйте, люди! Я прилетел к вам за помощью с далекой планеты Тирли. На нашей планете беда. На нас надвигается огромная комета, астероидный дождь, космический мусор. Теперь они ждут, кто придет им на помощь. Я долго наблюдал в свой телескоп, ища, кто бы смог нам помочь. И тут я увидел планету, ваш детский садик, а в нем таких чудесных детишек и пап, которые готовятся к полету в космос. Может, вы смогли бы слетать на мою планету и спасти тирликов?

**Ведущий:** Уважаемый, Инопланетянин, давай спросим у пап и ребят готовы они стать космонавтами и полететь в столь опасное космическое путешествие?

**Дети.** Готовы!

**Ведущий.** Молодцы! Я ни сколько не сомневалась, что вы отважные, смелые, добрые! Но чтобы стать космонавтом, нужно сдать все нормативы на скорость, силу, ловкость, меткость и быть самым здоровым! И сейчас мы проведем тренировку перед полетом. Сегодня наши команды превратятся в космические экипажи. Итак, у нас есть два экипажа: «Спутник» и «Восход».

*(Папы и дети перестраиваются в две команды для эстафет).*

На чужой планете нас могут ожидать различные трудности и препятствия. Каждый должен в развлечение  
Свою ловкость показать,  
Быть веселым и азартным  
И, конечно, не скучать!  
Папа – не зевай,  
От детей не отставай!

**Эстафета «Держи равновесие».** Первые участники папы идут с мешочком на голове, руки в стороны, в руках по мешочку. Добегают до стойки, кладут мешочки в корзину и возвращаются назад по прямой. Вторые участники дети бегут с мешочком на голове, руки на поясе. Назад по прямой без мешочка.

**Ведущий.** Молодцы, с первым заданием справились на «отлично».

Если в космос мы хотим,

Значит, скоро полетим!

Самым дружным будет наш,

Развеселый экипаж.

**Эстафета «Дружная команда».** Первые участники папа с ребенком бегут в обруче между конусами до стойки с флажками, отжимаются по 3 раза, возвращаются по прямой, папа с обручами, а ребенок несет флажок, передавая обруч следующим участникам.

**Ведущий.** Какие дружные команды!

На огромных скоростях

Вдаль летят ракеты.

Скоро будем мы

На других планетах.

**Эстафета «Построим ракету».** Первые участники папа бегут и встают около стойки, вторые участники ребенок бегут в первый обруч и т.д. последний участник, когда встанет в последний обруч берет по одной детали от ракеты и передает по цепочке. Первый участник строит ракету. Как только построена ракета, экипаж поднимает руки вверх.

**Ведущий.**

Мы построили ракету,

Скоро в космос полетим,

Скафандры мы оденем

И к звездам путь открыт.

**Эстафета «Одень скафандр».** Первые участники папы проходят в тоннели, бегут до ракеты, берут каску из картона и, подставляя к лицу, и остаются на местах. Бежит следующий ребенок и т.д. Как только последний встанет к команде, экипаж готов и звучит сигнал.

**Ведущий.** Центр управления полетом! Экипажи к полету готовы! Разрешите взлет!

**ЦУП.** Взлет разрешаем! Начинаем обратный отсчет: 3,2,1, СТАРТ!!! *(Звучит космическая музыка).*

**Эстафета «Старт».** Вся команда возвращается друг за другом между набивными мячами-кратерами.

**Ведущий.** Внимание экипажу, впереди космический мусор.

**Эстафета «Собери космический мусор»** По сигналу, первые участники перепрыгивают через «черные дыры», добегают до обруча, берут «космический мусор», бегут к корзине и кладут его, возвращаются по прямой к команде, передавая следующему участнику эстафету.

**Эстафета «Дозаправка»**

Первому участнику необходимо через препятствия добежать до столика с индивидуальным соком, выпить его, обратно по прямой бежать к команде, передавая эстафету следующему.

**Ведущий:** Внимание, по вашему курсу млечный путь.

**Эстафета «Млечный путь» (по типу челночного бега).** Первые участники папы на сигнал кладут первую звезду, добегают до стойки, кладут вторую звезду, возвращаются и передают эстафету следующему участнику, задевая за плечо, и бежит обратно до ракеты, оставаясь там. Вторые участники дети собирают звезды, передают их следующему участнику и возвращаются назад и т.д.

**Ведущий:** Центр управления полетом! Уточните наши координаты!

**ЦУП**. По курсу планета Тирли-мырли. Планета в опасности. Они ждут вашей помощи.

**Ведущий:** Разрешите посадку!

**ЦУП**. Посадку разрешаем!

**Эстафета «Осторожно, комета!» (на меткость)**

Первый участник бежит между препятствиями, добегает до белой линии, бросает мешочек в шит, на котором рисунок кометы, возвращается по прямой, передавая эстафету следующему участнику.

**Эстафета «Выход в открытый космос!».** Первые участники папы катят метеорит (гигантский овальный мяч) до стойки и обратно. Вторые участники дети прыгают на фитболе, назад бегут по прямой, держа фитбол в руках.

**Инопланетянин.** Большое спасибо вам, ребята и взрослые! Вы не дали погибнуть тирликам и спасли их. Мой народ никогда не забудет вас.

**Ведущий.** Команды спасателей спасли планету. Пора возвращаться на землю.

Центр управления полетом. Разрешите сделать посадку!

**ЦУП**. Посадку разрешаю!

Команды занимаем свои места у ракет.

Операция по спасению планеты прошла успешно. Всем спасибо!

**Ведущий.** Уважаемые участники, приглашаем всех на веселый флеш моб *(флеш моб).*

**Ведущий.** Слово председателю центра управления полетом Жилиной Т.Г.

Награждение.

**Мастер-класс с педагогами «Игровая деятельность как средство повышения физической активности при подготовке дошкольников к сдаче норм ГТО».**

**Цель:** Развитие двигательной активности детей, формирование мотивации на сохранение и укрепление здоровья, в рамках ГТО через применение подвижных игр.

**Оборудование:**

Презентация, видеофрагмент игровой деятельности с детьми, канат, 4 кегли разного цвета, разноцветные флажки 13 штук на подставках, 2 мишени, 2 кольца на стойках, по 2 мешочка на играющего, красная и синяя лента, ободки с ушками, косички или ленточки на каждого играющего, изображение солнышка, лучи с надписями: сила, ловкость, быстрота, меткость, выносливость, гипкость.

**Теоретическая часть.**

***Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс основывается на следующих принципах:***

* добровольность и доступность;
* оздоровительная и личностно ориентированная направленность;
* обязательность медицинского контроля;
* учет региональных особенностей и национальных традиций.

Этих принципов придерживается и инструктор по физической культуре, готовя своих воспитанников к сдаче нормативов первой ступени Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса для детей от 6 до 8 лет.

Игра – понятие многогранное. Подвижные игры являются средством для подготовки воспитанников к сдаче нормативов комплекса ГТО. Подвижные игры в первую очередь служат задачам физической подготовки и совершенствованию элементов спортивной техники, а также воспитанию решительности, воли и других важных качеств, необходимых значкисту ГТО.

Подвижная игра построена на движениях. Целевая установка и виды деятельности играющих определяются сюжетом (замыслом, темой) данной игры. Правила уточняют права и обязанности участников, определяют способы ведения и учета результатов игры. Для подвижных игр характерны самостоятельные, творческие двигательные действия (с предметами или без них), выполняемые в рамках правил.

Они привлекают занимающихся своей эмоциональностью, доступностью, разнообразием и состязательным характером, помогают в основном правильно, но в облегченном виде выполнять элементы изучаемых технических приемов и тактических действий и одновременно содействуют воспитанию физических качеств, нужных для выполнения норм комплекса ГТО и отчасти на освоение спортивной техники.

Применение игр для освоения ряда упражнений, входящих в комплекс, повышает интерес детей к занятиям. Игры как нельзя лучше отвечают запросам детской психологии, содействуют формированию детского коллектива. Кроме того, подготовка к сдаче норм комплекса ГТО, проводимая на эмоциональном фоне, связанном с применением подвижных игр, стимулирует двигательную активность, меньше утомляет детей, а их организм подготавливается к значительным функциональным нагрузкам.

В процессе проведения разноплановых игр педагог может провести следующие наблюдения за поведением детей, чтобы уточнить особенности их физического развития, темперамента и характера. Оценивается:

* - общее физическое развитие;
* - степень развития отдельных физических качеств;
* - способность сочетать в игре двигательные качества;
* - способность концентрировать внимание;
* - проявление инициативы и настойчивости;
* - проявление трусости и нерешительности;
* - отношение к соперникам по игре;
* - отношение к партнёрам по своей команде;
* - отношение к собственным ошибкам и их исправление во время повторной игры;
* - общую дисциплинированность, требовательность к себе;
* - отношение к победе, поражению.

***Методические требования к организации подвижных игр с целью подготовки школьников к сдаче норм Всероссийского физкультурного спортивного комплекса ГТО заключаются в следующем:***

* Игры с включением элементов техники целесообразно применять в том случае, если эти элементы предварительно разучены. Вначале в игре даются задания: кто правильнее и точнее выполнит упражнение, кто меньше совершит ошибок. Это важно для осознанного восприятия движений. И только после этого игры связывают с задачами: кто быстрее, кто дальше, кто больше и т. д.
* Контрольные расстояния в играх типа эстафет (бег, полоса препятствий и т. д.) должны соответствовать нормам комплекса или немного превышать их.
* Помимо количественной, должна быть качественная оценка выполнения двигательных действий. Важно добиваться, чтобы элементы техники по возможности точно воспроизводились участниками в процессе эстафетных игр (преодоление расстояний) и в играх с ациклической структурой (преодоление веса, прыжки).
* При проведении итогов игр (система оценки по очкам) главным фактором считать приближённость к нормам ГТО.
* Для решения задач спортивной подготовки в режиме занятий, запланированных по ГТО, важно ориентироваться не на отдельные игры, а на использование комплекса подвижных игр.

**Подвижные игры направлены на:**

* развитие силы
* развитие быстроты
* развитие выносливости
* развитие ловкости
* развитие гибкости
* развитие меткости

Роль подвижных игр в системе физического и спортивного воспитания огромна. Подвижная игра, как и любая другая сопровождает человека все его детские годы, подвижные игры не только укрепляют здоровье и развивают организм, но они также являются средством культурно - нравственного воспитания и приобщения человека к обществу.

Тем самым подвижные игры сочетают в себе два очень важных фактора: с одной стороны, дети включаются в практическую деятельность, формируются двигательные умения и навыки, развиваются физические качества, повышается уровень физической подготовленности, привыкают самостоятельно действовать; с другой стороны - получают моральное и эстетическое удовлетворение от этой деятельности, углубляют познания окружающей их среды. Все это в конечном итоге способствует воспитанию личности в целом. Подвижные игры – это непринуждённая форма занятий, которая способствует подготовке учащихся к сдаче норм комплекса ГТО.

**Практическая часть проходит.**

***Ведущий обращается к педагогам как к детям***

**Ведущий**. - Ребята, я хочу с вами поздороваться с душой и сердцем. Для этого я кладу руку на сердце и говорю, здравствуйте, ребята. И вы, ребята, поздоровайтесь с душой и сердцем.

*Дети здороваются.*

А сейчас мы поприветствуем солнце, небо и всю нашу планету Земля.

Здравствуй, солнце,

Здравствуй, небо

Здравствуй вся моя земля.

Мы проснулись очень рано

И приветствуем тебя!

Ребята, а вы знаете , что вы ведь не только поздоровались , но и подарили друг другу частичку здоровья, пожелали солнцу, небу и всей нашей планете здоровья, потому что сказали слово «Здравствуйте». Ребята, как вы думаете, а где прячется здоровье?

*Дети высказываются.*

**Ведущий.** Конечно же, в самом человеке. А вы чувствуете себя здоровыми? Почему?

Я открою вам маленький секрет! Наше здоровье можно сравнить с солнышком, у которого много лучиков, и все они живут в каждой клеточке вашего организма. Узнаем?

Открывает первый лучик. Дети читают**: Сила.**

**Ведущий:** Как можно проверить силу?

*Ответ детей.*

**Ведущий:** А еще можно проверить в игре.

**«Подвижный ринг».** **Цель игры**: научить детей рассчитывать свои силы при выполнении движений. Игра тренирует мышцы ног и поясничного отдела, игра способствует улучшению координации движений.

На середине площадки канат со связанными концами. Игроки условно распределяются по «весовым категориям» на четверки. Первая четверка подходит к канату с разных сторон и, взявшись двумя руками, поднимает и натягивает его (как бы образуя ринг). За спиной игроков в 3 шагах от них ставят по одной (кегле, городку). По сигналу «Тяни!» каждый игрок старается первым дотянуться до предмета и взять его. Тот, кому это удастся, побеждает.

**Ведущий:** Вот видите, сколько силы нам пригодилось в этой игре. Открываем следующий наш лучик: **Быстрота.**

**«Собери флажки».**  **Цель:** развивать внимательность, быстроту умение действовать по сигналу. На площадке расставляют флажки через каждые 5м. В первом ряду флажков должно быть на два меньше, чем играющих, во втором ряду-еще на два меньше. Таким образом, если играют 10 детей, то флажков должно быть в каждом ряду 8, 6, 4, 2, 1. По сигналу дети бегут, каждый старается завладеть флажком в первом ряду. Двое не успевших это сделать, выбывают из игры. После второго этапа остается шесть участников, затем четыре и наконец двое сильнейших. Ребенок, овладевший последним флажком, становится победителем.

*Правила:* Если во время бега ребенок уронил флажок на землю, он должен сначала поднять его и только затем продолжать бег.

*Игровое упражнение выполняй, что на лучике написано –отгадай.*

*Мы немножко отдохнем упражнения выполнять начнем.*

**Игровое упражнение: «Бабочка».**

И.п. сидя ноги согнуты в коленях стопы соединены вместе и подтянуты к себе.

Медленно «раскройте» колени, стараясь опустить их на пол. Далее в этом положении вытянитесь за руками вперед, стараясь коснуться животом пола.

**«Лебедь»**

И.п. ноги вместе, руки в стороны на уровне плеч (для равновесия).

Сделайте широкий шаг правой ногой вперед и присядьте, пока колено левой ноги не коснется пола. Вернитесь в и.п. и сделайте то же самое левой ногой.

Выполняйте упражнение в 3 подхода по 4 упр.(каждой ногой).

- Открываем и читаем, что же нам помогло выполнить эти упр-ия.

Правильно. **Гибкость.**

**Цель:** развитие гибкости, растяжка мышц.

- Следующий лучик открываем и читаем. **Меткость.**

**П/И. «Снайперы»**

**Цель:** Упражнять в метании, соревновательном беге. Дети делятся на две команды. По старту первые бегут до мешочка и бросают стоя в мишень. Возвращаются и передают через ладошку следующему участнику.

Усложняем игру, увеличиваем расстояние броска мешочка в обруч с колена.

- На лучик посмотри, прочитай и назови. Правильно. **Выносливость.**

**Подвижная игра «Северный и Южный ветер».**

**Цель:** развивать выносливость и внимание; совершенствовать умение бегать. Выбирается два водящих-одному одевается синяя лента-северный ветер, другому-красная-южный ветер. Северный ветер по правилам игры догоняет играющих и «замораживает» их, осаливая. Игрок, до которого дотронулся северный ветер, должен замереть как вкопанный. «Южный» же ветер наоборот размораживает игроков, дотрагиваясь до «замороженных». Тот, до кого дотронулся «южный « ветер, продолжает двигаться по площадке. Задача «Северного ветра «заморозить» как можно больше игроков и не дать «южному « ветру «заморозить» участников игры.

**Ведущий:** - И последний наш лучик. **Ловкость.**

**Подвижная игра «Хвосты».**

**Цель:** воспитать у детей ловкость движений и быстроту реакции.

В начале игры с помощью считалочки выбирается водящий. Остальным игрокам прикрепляются ленточки (хвостики) так, чтобы их было легко оторвать. Водящий догоняет играющих и забирает у них ленточку (хвост). Игроки, у которых забрали «хвост» выбывают из игры. В конце игры останется игрок, у которого остался «хвост». Он и признаётся самым ловким и быстрым.

Вот оно наше яркое солнышко, оно дает нам энергию. Давайте потянемся навстречу его теплым лучам. Ваше тело наливается упругой силой, бодростью, становится стройным, гибким, сильным. Солнечные лучики проникают в каждую клеточку вашего организма. Поймайте солнечные лучики, один оставьте себе, остальные раздайте всем, кого любите, пожелайте им здоровья.



