

**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](mailto: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 приведут 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 региональной 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**

<b>Этапы проекта</b>	<b>Деятельность педагогов ДОУ</b>	<b>Деятельность детей, педагогов, родителей</b>
<b>Подготовительный этап</b> Сентябрь-октябрь 2018-2019 г.	- Определение цели и задачи; - Закупка спортивного оборудования, необходимого для сдачи нормативов. - Курсовое обучение педагогов на прием сдачи норм ГТО.	- Принимают предложенные цели и задачи; - Дополняют собственными.

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Составление плана деятельности;</li> <li>- Осуществление сбора и уточнения информации (анкетирование родителей, диагностика детей);</li> <li>- Выбор оптимальных вариантов;</li> <li>- Подбор сюжетных картинок и иллюстраций.</li> <li>- Изготовление дидактических игр.</li> <li>- Составление совместного плана деятельности со Спортивным Комплексом «Молодость» г. Надыма</li> </ul>	
<b>Основной этап</b> Ноябрь – апрель 2018-2019 г.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Систематическая организация работы через непосредственную образовательную деятельность по физической культуре и деятельность в режимных моментах.</li> <li>- Игровая деятельность на развитие ловкости, гибкости, скорости, выносливости через подвижные игры.</li> <li>- Проведение промежуточного тестирования на институциональном уровне своими педагогами.</li> <li>- Оказание практической помощи детям.</li> <li>- Оформление буклетов, рекомендаций, памяток по теме проекта.</li> <li>- Размещение информации на сайте ДОУ о совместных мероприятиях.</li> <li>- Сдача нормативов ГТО детьми подготовительных групп.</li> <li>- Участие в региональном дистанционном интеллектуально-спортивном</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Формируют знания, умения, навыки;</li> <li>- Участвуют в массовых мероприятиях, конкурсах.</li> <li>- 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.</li> </ul>

	марафоне «Я-Мал» среди воспитанников подготовительных к школе групп в 2019 году.	
<b>Заключительный этап</b> Май 2019 г.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Анализ деятельности детей и соотношение полученных результатов с поставленными задачами.</li> <li>- Получение значков ГТО различной степени.</li> <li>- Размещение итогов проекта в СМИ.</li> </ul>	- Участвуют в организации выставки творческих работ (плакаты, рисунки).



### План реализации проекта

Месяц	Мероприятия		
	Дети	Родители	Педагоги
<b>Сентябрь</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Тематическая беседа: «Что такое ГТО?»</li> <li>Рассматривание картинок и фотографий с изображением разных видов спорта и оформление их в альбом.</li> </ul>	Анкетирование родителей «Здоровье детей в северных условиях. Систематическое занятие спортом».	Анкетирование «Нужно ли ГТО для дошкольников?»
<b>Октябрь</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Тематическая беседа: «Олимпиада и где она возникла?»</li> <li>Дидактические игры «Назови вид спорта», «Спортивное оборудование».</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Консультация для родителей: «Зачем нужно ГТО в дошкольном возрасте?»</li> <li>Консультация «Зачем заниматься утренней гимнастикой и физической культурой?».</li> <li>Клуб для родителей «Здоровье». Знакомство с проектом «Первые шаги к ГТО». Презентация проекта</li> </ul>	Консультация для педагогов: «Что такое ГТО?».
<b>Ноябрь</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Тематическая беседа: «Что нужно знать, чтобы стать знаменитым спортсменом?»</li> <li>Подвижные игры: «Волк во рву», «Займи домик».</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Консультация для родителей: «Нормативные испытания «ГТО» и как их проходить».</li> <li>Буклет «Подготовка детей дошкольного возраста к сдаче ГТО».</li> </ul>	Консультация: «Внедрение комплекса ГТО в детском саду. Требования и методические рекомендации ВФСК ГТО».
<b>Декабрь</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Тематические беседы: «Что происходит с нашим организмом</li> </ul>	<p style="text-align: center;">Фоторепортажи:</p> <p>✓ «Семейные спортивные</p>	Семинар-практикум для педагогов: «Физкультурно-

	<p>(сердце, легкие, мышцы) после занятий физической культурой?»</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Сдача воспитанниками нормативов Комплекса.</li> </ul>	<p>традиции».</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ «Как мы сдавали нормативы комплекса».</li> </ul>	<p>образовательное пространство дошкольного учреждения как условие подготовки детей к сдаче норм комплекса ГТО».</p>
<b>Январь</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Физкультурно-спортивный досуг «Путешествие на остров Здоровья» для детей старшего дошкольного возраста.</li> <li>▪ Художественное творчество: лепка «Лыжник».</li> <li>▪ Подвижные игры: «перетягивание в парах», «Охотники и звери».</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Клуб для родителей «Здоровье». Открытый показ «Влияние подвижных игр на развитие разных групп мышц».</li> <li>▪ Совместное творчество с детьми «Любимый вид спорта»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Мастер-класс с педагогами «Игровая деятельность как средство повышения физической активности при подготовке дошкольников к сдаче норм ГТО».</li> <li>▪ Публикация конспектов спортивных мероприятий на сайте образовательной организации.</li> </ul>
<b>Февраль</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Тематическая беседа: «Каковы мои физические возможности?»</li> <li>▪ Художественное творчество: рисование «Всей семьёй на лыжах».</li> <li>▪ Физкультурный досуг «Сильные духом».</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Наглядная агитация, тематические выставки: «Спорт и здоровый образ жизни», «Детский сад и спорт», «Виды спорта».</li> </ul>	<p>Практикум «Здоровье ребёнка в наших руках».</p>
<b>Март</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Тематическая беседа: «Что нужно знать, чтоб здоровье сохранять».</li> <li>▪ Художественное творчество: рисование «Отдыхаем на свежем воздухе»</li> <li>▪ Институциональная Викторина: «Спорт и здоровье» среди</li> </ul>	<p>Консультация «Как провести выходной день с детьми».</p>	<p>Подготовка к проведению институциональной викторины среди воспитанников подготовительных групп «Спорт и здоровье».</p>

	воспитанников подготовительных групп.		
<b>Апрель</b>	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.
<b>Май</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Художественное творчество: рисование «Мама, папа, я – дружная семья».</li> <li>Региональный дистанционный интеллектуально-спортивный марафон «Я-Мал» среди воспитанников подготовительных к школе групп.</li> <li>Городская спортивная мини- олимпиада «Непоседливое лето 2019».</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Клуб для родителей «Здоровье». Семейная спартакиада «Всей семьей в турпоход».</li> <li>Фотовыставка «Здоровая семья - счастливый ребёнок» в рамках международного дня семьи».</li> <li>Презентация промежуточных результатов проекта «ГТО в детский сад. Растим здоровое поколение» «Первые результаты сдачи нормативов ГТО».</li> </ul>	Демонстрация нового оборудования для сдачи норм ГТО.

## Ресурсное обеспечение проекта

Содержание деятельности	Мероприятия
Нормативно-правовая база	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Конвенция о правах ребенка.</li> <li>- 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).</li> <li>- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 31.12.2014) «Об образовании в Российской Федерации».</li> <li>- Указ Президента Российской Федерации от 24 марта 2014 г. № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)».</li> <li>- Проект Постановления Правительства Российской Федерации от 2014 г. «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)».</li> <li>- Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» на 2013-2020 гг., утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 22 ноября 2012 г. № 2148.</li> <li>- Устав МДОУ.</li> <li>- Концепция дошкольного воспитания.</li> <li>- Конвенция о правах ребенка (Нью-Йорк, 20 ноября 1989 г.)</li> <li>- СанПин 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014).</li> <li>- Программа развития МДОУ.</li> <li>- Образовательная программа МДОУ.</li> </ul>
Организационно-педагогическая деятельность	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Модернизация спортивно-оздоровительной инфраструктуры ДОУ.</li> <li>- Разработка перспективного плана по работе с родителями и детьми.</li> <li>- Создание системы мониторинга качества реализации проекта.</li> <li>- Организация работы с родителями и педагогами: консультации, беседы, анкетирование, привлечение к подготовке, участие в спортивных мероприятий конкурсах, выставках.</li> </ul>
Научно-методическое сопровождение	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Разработка критериев и показателей оценки результативности реализации проекта.</li> <li>- Разработка конспектов занятий.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Картотека дидактических игр.</li> <li>- Выставка научно-методической литературы.</li> </ul>
Информационное сопровождение	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Оформление папки-передвижки.</li> <li>- Создание и использование медиотеки для родителей и педагогов.</li> <li>- Выставки детских работ.</li> </ul>
Материально-техническое сопровождение	<p><i>Технические средства обучения (ТСО):</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-ноутбук;</li> <li>-проектор;</li> <li>-экран;</li> <li>-музыкальный центр;</li> <li>-электронные носители с мультимедийными представлениями;</li> <li>-комплекты компакт дисков и аудиокассет с релаксационными мелодиями и детским репертуаром;</li> <li>-цифровой фотоаппарат.</li> </ul>

### **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.

### **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, девочки,

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, добегаем до корзины, возвращается, снова берет, добегаем, 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 из 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, задев 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, добегают 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, гибкость.

**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.

# **Сертификат**

**на получение**

**Гранта в сфере образования на сумму 60 000 (шестьдесят тысяч) рублей**

на развитие материально-технической, информационно-технической,  
учебно-методической базы образовательной организации  
в рамках муниципального сетевого проекта «Совместная спортивно-ориентированная  
деятельность через внедрение комплекса «Готов к труду и обороне»

**вручается**

**МДОУ «Детский сад «Сказка» г. Надыма»,**  
**победителю за I место в рейтинге оценки эффективности**  
**реализации сетевых муниципальных проектов**  
**за 2018/2019 учебный год**

АДМИНИСТРАЦИЯ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ НАДЫМСКИЙ РАЙОН

# Благодарственное письмо



Коллективу МДОУ «Детский сад «Сказка» г. Надыма»

**Уважаемая Светлана Владимировна и коллектив детского сада!**

Благодарим вас за вклад в успешное развитие системы образования Надымского района как активных участников инновационной деятельности, за совершенствование образовательного процесса для дошкольников в рамках муниципального сетевого проекта «Совместная спортивно-ориентированная деятельность через внедрение комплекса «Готов к труду и обороне».

Глава муниципального образования  
Надымский район

Л.Г. Дяченко

г. Надым, 2019