

Муниципальное дошкольное образовательное автономное учреждение  
«Детский сад №35 «Светлячок» общеразвивающего вида с приоритетным  
осуществлением физического развития воспитанников г. Новотроицк,  
Оренбургская область».

**ПРОЕКТ «Здоровые дети – счастливые дети. ГТО в детский сад»  
на грантовый конкурс в рамках программы «Здоровый ребенок» в  
номинации «Марафон здоровья».**

Новотроицк, 2017г

## **Содержание проекта:**

<b>1. Введение</b>	<b>3</b>
<b>1.1. Актуальность проекта</b>	<b>3</b>
<b>1.2. Цель и задачи проекта</b>	<b>4</b>
<b>1.3. Принципы и формы проекта</b>	<b>5</b>
<b>1.4. Ожидаемые результаты</b>	<b>6</b>
<b>2. Этапы реализация проекта</b>	<b>6</b>
<b>3. Перспектива развития проекта</b>	<b>10</b>
<b>4. Список литературы</b>	<b>11</b>
<b>5. Приложение</b>	

## **1. Введение**

### **1.1. Актуальность выбранной темы**

На сегодняшний день, происходящие в обществе и в образовании перемены предъявляют новые требования к характеру и качеству отношений дошкольного учреждения и семьи. В Законе «Об образовании РФ» говорится, что дошкольное образование становится самостоятельным уровнем образования и будет регулироваться федеральными государственными образовательными стандартами. Особая роль отводится семье и подчеркивается, что именно родители являются первыми педагогами своих детей, а дошкольное учреждение создается им в помощь. Проблема здорового образа жизни на сегодняшний день является одной из самых актуальных. Эта проблема требует к себе особого внимания. В настоящее время прослеживается недостаточная осведомленность родителей о важности физического воспитания. Низкая спортивная активность, малоподвижный образ жизни детей и их семей, отсутствие понимания культуры спорта. За последние десятилетия состояние здоровья дошкольников резко ухудшилось. В России ежегодно общий уровень отклонения в состоянии здоровья детей возрастает. Из-за образа современной жизни у большинства взрослых слабый мотивационный аспект двигательной активности и низкий уровень представлений о здоровом образе жизни, о спорте. Проблемы детского здоровья нуждаются в новых подходах, доверительных партнерских отношений сотрудников ДОУ с родителями и социальными партнерами города. Проанализировав большое количество литературы по этому вопросу, мы пришли к выводу, что применение новой методики «Игрового стретчинга» в развитии физических качеств старших дошкольников является очень актуальной. «Игровой стретчинг» - это специально подобранные упражнения на растяжку мышц, проводимые с детьми в игровой форме.

Все занятия проводятся в виде сюжетно-ролевой или тематической игры, состоящей из взаимосвязанных игровых ситуаций, заданий, упражнений, игр, подобранных таким образом, чтобы содействовать решению оздоровительных и развивающих задач.

Упражнения, охватывающие все группы мышц, носят близкие и понятные детям названия животных или имитационных действий и выполняются по ходу сюжетно-ролевой игры, основанной на сценарии по сказочному материалу. На каждом занятии дается новая сказка-игра, в которой дети превращаются в различных животных, насекомых и т.д., выполняя в такой интересной форме сложные упражнения.

Освоение упражнений стретчинга очень помогают. У детей исчезают комплексы переживаний, связанные с физическим несовершенством тела, неумением им управлять.

Помимо общего оздоровительного эффекта, умения управлять своим телом, запас целенаправленных двигательных навыков позволяет детям чувствовать себя сильными, уверенными в себе, красивыми, избавляет их от различных комплексов, создает чувство внутренней свободы. А развитие этих качеств у детей поможет им в мае 2018 г сдать комплекс ГТО 1 ступени.

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. Интеграция ВФСК «ГТО» в систему дошкольного образования связана с выделением в комплексе 1-й ступени (от 6 до 8 лет): воспитанники подготовительных групп (дети 6 лет) уже могут сдавать нормативы ВФСК «ГТО». У детей необходимо не только развивать физические способности, но и формировать представление о ВФСК «ГТО».

Именно такой подход к организации физического воспитания, позволит максимально мотивировать и вовлекать детей и родителей в систематические занятия физической культурой с учетом их индивидуальных, психологических и физических особенностей. Предлагаемые формы занятий физической культурой позволят дошкольникам не только выполнить нормы комплекса «Готов к труду и обороне», но и будут способствовать их личностному развитию и повышению уровня патриотического самосознания. В мае 2017 г. мы, вместе с центром тестирования МАУДО ДЮСШ №2 г. Новотроицка провели тестирование детей подготовительной к школе группы. В тестирование принимали участие 12 человек (из 20 допущенных) из которых 6 человек сдали на значки (1 – серебряный, 5 – бронзовых). По итогам тестирования были выявлены слабые навыки дошкольников

Таким образом, родилась идея проекта «Здоровые дети – счастливые дети! ГТО в детский сад». Данный проект стал стимулом к активизации физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ, способствовал приобщению дошкольников к здоровому образу жизни, и более тесному сотрудничеству с родителями воспитанников и социальными службами города.

## **1.2. Цели и задачи проекта.**

В связи с актуальностью данного проекта, мы определили **цели и задачи:**

### **Цели:**

Использование элементов фитнес – технологий и методики «Игровой стретчинг» в работе с детьми 6-7 лет для достижения положительного результата развития физических качеств и сдачи норм ВФСК «ГТО» I ступени 35-40%.

### **Задачи проекта:**

1. Совершенствовать физические качества (гибкость, выносливость, скоростные, силовые и координационные качества).

2. Формировать правильную осанку, способствовать профилактике плоскостопия.

### **1.3. Принципы и формы реализации проекта.**

#### **Принципы реализации проекта:**

- принцип научности (подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно-обоснованными и практически апробированными методиками);
- принцип активности и сознательности (участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей);
- принцип комплексности и интегративности (решение оздоровительных задач в системе всего образовательного процесса всех видов деятельности);
- принцип адресованности и преемственности (поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровневого развития и состояния здоровья);
- принцип результативности и гарантированности (реализация прав детей на получение необходимой помощи и поддержки, гарантия положительного результата независимо от возраста и уровня физического развития детей);
- принцип разностороннего развития личности (активизация мыслительной деятельности детей, создание условий, в которых ребенок сам ищет рациональный способ решения);
- принцип гуманизации (физкультурно-оздоровительная деятельность строится на основе комфортности, с учетом желаний и настроений детей);
- принцип индивидуальности (обеспечение здорового образа жизни каждому ребенку с учетом его здоровья, интереса, подбор оптимальной физической нагрузки);
- принцип цикличности и систематичности (постепенное повышение нагрузки, по мере физической подготовленности);
- принцип оздоровительный (обеспечение рационального общего двигательного режима, чередование двигательной и познавательной активности детей в продуктивных видах деятельности);
- принцип взаимосвязи с семьей (соблюдение единых требований ДОУ и семьи в воспитании здорового ребенка и вовлечение в здоровьесберегающие и оздоровительные мероприятия и их оценка).

#### **Формы реализации проекта**

Анкетирование.

Индивидуальные беседы.

Наглядная **информация**: консультации, папки-передвижки и Выставки и фотовыставки.

Совместная деятельность.

День открытых дверей, дружеские встречи.

Помощь в изготовлении атрибутов для проведения спортивных праздников и досугов.

Мультимедийная презентация.

#### **1.4 Ожидаемые результаты.**

Основным планируемым результатом при условии обеспечения системного целенаправленного процесса является:

- показательные выступления команд ДОУ на городском уровне (призовые места);

- прослеживаться положительная динамика развития физических качеств детей.

- высокие результаты при сдаче норм ВФСК «ГТО» I ступени (35% - 40%).

- Снижение показателя по нарушению осанки и плоскостопия у детей (диагностику проводят врачи ДГБ на начальном и заключительном этапе проекта).

#### **2. Этапы реализации проекта**

Работа по реализации проекта включает в себя III этапа:

I этап – подготовительный;

II этап – основной (практический);

III этап – заключительный.

#### **Подготовительный этап.**

<b>№ п/п</b>	<b>Вид деятельности</b>	<b>Срок исполнения</b>	<b>Ответственные</b>
1	Анализ условий для реализации проекта	Сентябрь	Старший воспитатель
2	Создание творческой группы. Распределение обязанностей между участниками проекта.	Сентябрь	Ст.воспитатель
3	Подбор методической, научно-популярной литературы, иллюстративного материала по теме проекта	Сентябрь	Ст.воспитатель, инструктор по ФИЗО, воспитатели.
4	Подбор музыкального репертуара, изготовление новых атрибутов, подготовка и оформление зала к спортивным праздникам	Сентябрь-октябрь	Муз.руководитель, инструктор по ФИЗО

5	Оформление родительских уголков в группах с размещением материала по теме проекта	Сентябрь - октябрь	Воспитатели
6	Подборка оборудования, спортивного инвентаря для проведения нормативных испытаний, физкультурных занятий и спортивных праздников	Сентябрь-октябрь	Инструктор по ФИЗО, воспитатели, муз.руководитель
7	Разработка календарно-тематического плана работы по теме проекта.	Сентябрь	Ст. воспитатель, инструктор по ФИЗО
8	Оформление стенда «ГТО в детский сад!»	Сентябрь	Ст. воспитатель
9	Презентации с использованием мультимедийного оборудования «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ» «История возникновения ГТО».	Сентябрь	Ст. воспитатель,
10	Мониторинговые процедуры (диагностика особенностей развития физических качеств и освоения основных движений у дошкольников)	Сентябрь – май	Инструктор по ФИЗО., центр тестирования МАУДО ДЮСШ №2 г. Новотроицк

### Основной (практический) этап.

№ п/п	Вид деятельности	Сроки исполнения	Ответственные
	<b>Работа с детьми</b>		
1	Рассматривание иллюстраций, фото и видео материалов по теме проекта педагоги ДОУ	В течение года	Педагоги ДОУ
2	Чтение рассказов, загадывание загадок, разучивание стихотворений о спорте.	В течение года	Педагоги ДОУ
3	Решение проблемных вопросов и ситуаций (поискового характера): «Какие знаки отличия ГТО ты знаешь?» «Зачем люди занимаются	В течение года	Педагоги ДОУ, инструктор по ФИЗО

	спортом?» «Что нужно делать, чтобы стать спортсменом?» «Какие у меня физические возможности?».		
4	Рисование по теме: «Спорт и спортивные атрибуты»; «Вперед к победам»; «Любимый вид спорта».	В течение года	Педагоги ДОУ
5	Экскурсии в спортивный зал МОАУ «Гимназии №1», Музейно-выставочный комплекс г. Новотроицка, на стадион «Металлург».	В течение года	Педагоги ДОУ, ст. воспитатель
6	Проведение спортивных праздников и досугов «День бегуна», «Я и мамочка моя», «В гостях у доктора Айболита», «Новогодние старты», «Папа, мама, я – спортивная семья!», «Зимушка зима», «Путешествие в страну Здоровья», «Малые олимпийский игры»	В течение года	Инструктор по ФИЗО, педагоги ДОУ.
7	Проведение утренней гимнастики, физкультурных занятий.	Ежедневно в течение года	Инструктор по ФИЗО
	<b>Работа с педагогами</b>		
1	Консультации для педагогов: «Что такое ГТО?», «Игровой стретчинг. Что это?)	Октябрь	Ст. воспитатель, инструктор по ФИЗО
2	Семинар-практикум для педагогов: «Игровой стретчинг – как способ повышения интересам к физкультурным занятиям» «Физкультурно-образовательное пространство дошкольного учреждения как условие подготовки детей к сдаче норм комплекса ГТО».	Ноябрь  Март	Ст. воспитатель, инструктор по ФИЗО
3	Консультация для педагогов: «Внедрение комплекса ГТО в ДОУ»	Февраль	Ст. воспитатель, инструктор по ФИЗО
4	Консультации и беседы по	В течение года	Ст. воспитатель,



	<p>физкультурно-оздоровительной тематике:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•«Профилактика нарушения осанки и плоскостопия»</li> <li>•«Игры с мячом»</li> <li>•«Игры с обручем»</li> <li>•«Малоподвижные игры»</li> <li>•«Спортивные игры»</li> </ul>		инструктор по ФИЗО
	<b>Работа с родителями</b>		
1	Участие родителей в спортивных мероприятиях ДОУ в рамках проекта.	В течение года	Ст. воспитатель, инструктор по ФИЗО
2	Семейный час «Здоровый ребенок - счастливый ребенок»	Октябрь	Ст. воспитатель, инструктор по ФИЗО
2	<p>Консультации и беседы по физкультурно-оздоровительной тематике:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•«Профилактика нарушения осанки и плоскостопия»</li> <li>•«Игры с мячом»</li> <li>•«Игры с обручем»</li> <li>•«Малоподвижные игры»</li> <li>•«Спортивные игры»</li> </ul>	В течение года	Инструктор по ФИЗО
3	Консультация для родителей: «Нормативные испытания «ГТО» и как их проходить»	Март	Инструктор по ФИЗО
4	Анкетирование по темам •«Какое место занимает физкультура в Вашей семье»;	Сентябрь - май	Ст. воспитатель
5	Мастер-класс «Делай как я!» для детей подготовительной к школе группы и их родителей	Февраль	Инструктор по ФИЗО
6			

### Заключительный этап

№ п/п	Вид деятельности	Сроки исполнения	Ответственные
1	Мониторинговые процедуры (диагностика особенностей развития физических качеств и освоения основных движений у дошкольников; сдача норм ГТО	Май	Инструктор по ФИЗО

	в начале и в конце проекта);		
2	Участие команда детского сада в спортивных мероприятиях города	В течение года	Инструктор по ФИЗО
3	Проведение спортивного праздника «Взрослые и дети – неразлучные друзья».	Май	Инструктор по ФИЗО, муз.руководитель, педагоги ДОУ
4	Презентация для детей и родителей с использованием мультимедийного оборудования «Выполняем нормы ГТО» (фотоотчёт по проведённым мероприятиям в рамках проекта)	Май	Ст. воспитатель, инструктор по ФИЗО
5	Освещение мероприятий в рамках проекта на сайте ДОУ, СМИ.	В течение года	Ст. воспитатель

### **3.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 социальными службами города 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.

#### **4. Список используемой литературы.**

Материалы официального сайта ВФСК «ГТО»;

Указ Президента РФ от 24.03.2014 г. № 172 о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО);

Положение о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) от 11.06.2014 г. № 540;

Веракса Н. Е., Веракса А. Н. Проектная деятельность дошкольников. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2008;

Новикова И. М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Для работы с детьми 5-7 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2010.

Вавилова Е. Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость: Пособие для воспитателя детского сада. – М.: Просвещение;

Рунова М. А. Двигательная активность ребенка в детском саду: Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М.: Мозаика-Синтез, 2002.

Инструктор по физкультуре //, 2016, 2017 гг.