«Даже малышу ГТО по плечу!»

Актуальность проекта

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) – начал свое действие на территории нашей страны.  
Обновленная расшифровка ГТО звучит так: «Горжусь тобой, Отечество!» Это название призыв нам кажется более теплым и понятным детям. Внедрение комплекса ГТО стало приоритетным направлением в деятельности нашего детского сада.

В дошкольном возрасте закладывается основа для физического развития, здоровья и характера человека в будущем. Физическое развитие ребенка - это, прежде всего, двигательные навыки, спортивные игры, соревнования. Участие в спортивных мероприятиях повышает интерес к физической культуре и здоровому образу жизни детей. Подготовка и участие дошкольников в сдаче норм ГТО позволит не только создать условия для укрепления здоровья, воспитания волевых качеств, развития стремления к победе и уверенности в своих силах, но и ощутить дух соревнований. Во время соревнований дети получают не только радость от своих результатов, но и учатся переживать за товарищей, а также чувствуют себя маленькими участниками огромной команды спортсменов России. Развитие личности средствами спорта начинается с детского возраста, где движущей силой включения в спортивную деятельность выступает мотивация. Психологические условия развития спортивной мотивации, побуждающие детей участвовать в соревнованиях, интенсивно тренироваться, работать над собой, взаимодействовать со сверстниками, отказываться от некоторых привлекательных видов досуга в пользу тренировок и спортивных состязаний, прилагать усилия для преодоления трудностей, пока еще остаются не до конца изученным явлением. Еще менее исследованным процессом в структуре развивающейся личности остается формирование спортивной мотивации средствами игровой деятельности. Это существенно осложняет решение задачи не только вовлечь детей дошкольного и школьного возраста в занятия спортом, но и поддерживать их спортивную активность на достаточно высоком уровне, не давая ей снижаться в ситуациях, связанных с неудачами на соревнованиях, разочарованиями в полученных результатах, монотонностью инапряженностью тренировок. Возрождение комплекса ГТО в образовательных организациях, сегодня, на наш взгляд, является актуальным и принципиальным. Именно в возрасте 4-6 лет закладывается основа для физического развития, здоровья и характера человека в будущем. Этот период детства характеризуется постепенным совершенствованием всех функций детского организма. Ребенок этого возраста отличается чрезвычайной пластичностью. Все это и натолкнуло нас на мысль, о создании проекта по реализации комплекса ГТО начиная со средней группы детского сада, через развитие двигательной активности и физической подготовленности посредством подвижных игр и автоматизации основных движений.Подвижные игры - наиболее доступный и эффективный метод воздействия на ребенка при его активной помощи. Благодаря играм, обыденное - становится необычным, а потому особенно привлекательным. Преимущество подвижных игр перед строго дозируемыми упражнениями в том, что игра связана с инициативой, фантазией, творчеством, протекает эмоционально, стимулирует двигательную активность. В игре используются естественныедвижения большей частью в развлекательной ненавязчивой форме.«Подвижная игра - это сознательная, активная деятельность ребенка, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами». Увлекательное содержание, эмоциональная насыщенность игры побуждают ребенка к определенным умственным и физическим усилиям. Спецификаподвижной игры состоит в молниеносной, мгновенной ответной реакции ребенка на сигнал «Лови!», «Беги!», «Стой!» и др. По мнению М. Н. Жукова, «подвижная игра – относительно самостоятельная деятельность детей, которая удовлетворяет потребность в отдыхе, развлечении, познании, в развитии духовных и физических сил».

**Участники проекта:**

Инструктор по физической культуре

Воспитатели

Дети средней группы в возрасте 4-5 лет

Родители (законные представители)

**Цель проекта:**

Разработка и реализация комплексного подхода к здоровьесбережению детей, родителей, педагогов средней группы, как успешного фактора сохранения и укрепления здоровья, формирование активного здорового образа жизни воспитанников, создание у детей мотивации заниматься физкультурой и спортом в условиях внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО».

**Задачи:**1. Включить всех участников образовательного процесса в подготовку и сдачу нормативов ГТО в соответствии с возрастными ступенями (начиная со средней группы).

2. Повысить эффективность использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья и гармоничном развитии личности ребенка.3. Формировать и совершенствовать жизненно необходимые двигательные умения и навыки (ходьба, бег, лазание, метание и т. д.). Удовлетворять потребность детей в движении.

4. Способствовать познавательному развитию ребенка путем знакомства с подвижными играми, с различными видами спорта, спортсменами и т.д.5. Формировать умение выполнять правила подвижных игр, проявляя находчивость, выдержку, ловкость и самостоятельность, способствуя развитию положительных эмоций, умению взаимодействовать со сверстниками, взаимопонимания и сопереживания.

6. Воспитывать у детей интерес к занятиям физической культурой как организованной форме максимального проявления его двигательных и функциональных возможностей.

Сроки реализации проекта

Подготовительный (февраль 2023 г.)

1. Определение целей и задач проекта.

2. Составление плана реализации проекта.

3. Подбор методической литературы.

4. Ознакомление родителей с данным проектом.Основной (март - ноябрь 2023г.)

**Деятельность воспитателя**

1. Изучение необходимой литературы.

2. Изготовление и обновление атрибутов и спортинвентаря, необходимых для реализации проекта.

3. Разработка комплекса подвижных игр и игровых упражнений, направленных на развитие быстроты, ловкости, координации, силы и выносливости.4. Разработка цикла мероприятий с использованием подвижных игр и спортивных досугов.

5. Пополнение картотек: дыхательной и пальчиковой гимнастик, динамических пауз, подвижных игр, игр малой подвижности на прогулке и в группе, схем выполнения упражнений

**Деятельность детей**

1. Мероприятия с использованием подвижных игр.
2. Беседы о подвижных играх, о видах спорта, о ГТО.
3. Продуктивная деятельность.
4. Разучивание подвижных игр.

**Работа с родителями**

1. Консультации.
2. Анкетирование.
3. Сбор фотографий в альбомы.
4. Помощь в пополнении ФИЗО уголка

Заключительный (ноябрь 2023г.)

1. Подведение итогов.

2. Анализ выполнения плана мероприятий.

3. Анализ успешности работы с детьми и родителями.

**Вид проекта**

Долгосрочный

**Проблема**

Отсутствие спортивного интереса и мотивации у современных дошкольников.

**Проблемный вопрос**

Можно ли по средствам игровой деятельности поднять и поддержать увлеченность дошкольников к спорту?

**Практическая значимость**

Необходимо повысить уровень физической подготовленности, снизить число часто болеющих детей, увеличить количество детей и родителей регулярно занимающихся физической культурой и спортом необходимо значительно повысить эффективность системы физического воспитания дошкольников, путем привлечения наибольшего количества воспитанников и их родителей к участию в сдаче норм ВФСК «ГТО», а также положительно мотивировать их к увеличению двигательной активности через желание улучшить свои результаты при сдаче норм ГТО.

**Ресурсы**

Спортивный зал, физкультурный уголок в группе, скакалки, набивные мячи различноговеса, перекладина, шведская стенка, секундомер, маты, магнитофон и USB колонка, фотоаппарат, разметка для прыжков в длину, гимнастическая скамейка и скамейка для измерения глубины наклона, теннисный мяч и т.д.

Особенности проекта

Особенностью нашего проекта является возрастная группа дошкольников и выбранные формы и методы реализации проекта. Мы стремимся погрузить детей в спорт, подготовить их к сдаче ГТО не навязывая им стандарты и бесконечные тренировки, а через игровую деятельность.