

Филиал МБДОУ – детский сад «Детство» детский сад № 40/228

Проект

«Нам со спором по пути, ГТО ждёт впереди!» (воспитанники 6-7 лет)

Автор разработки:
Рыжкова Анна Андреевна
инструктор по физкультуре.

г.Екатеринбург, 2026г.



Сдать ГТО совсем непросто,
Ты ловким, сильным должен быть,
Чтоб нормативы победить,
Значок в итоге получить.
Пройдя же все ступени вверх,
Ты будешь верить в свой успех.
И олимпийцем можешь стать,
Медали, точно, получать.
Мы строим будущее смело,
Шагаем к цели, как спортсмены!
С пути мы, верно, не сойдём –
Здоровье нации вернем!

Название проекта: «Нам со спором по пути, ГТО ждёт впереди!»

Направление проекта: «Физическая культура».

Образовательная область: «Здоровье», «Физическое развитие»

Вид проекта: информативный, познавательный - оздоровительный, практико-ориентированный.

Продолжительность проекта: долгосрочный.

Участники проекта: Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ, воспитанники 6-7 лет, родители (законные представители), специалисты ДЮСШ ДО Ковдорского округа

Сроки реализации: октябрь 2025 – апрель 2026г.

Этапы реализации проекта:

- 1.Подготовительный этап – октябрь 2025– ноябрь 2025г.
- 2.Основной этап – ноябрь 2025г.– март 2026г.
- 3.Заключительный этап – март2025г.- апрель2025г.

Актуальность проблемы:

Проблема здорового образа жизни в современном обществе сегодня является одной из самых актуальных. В последние годы в Российской Федерации отмечается положительная тенденция в развитии физической культуры и спорта, растет количество молодежи, у которой стало нормой вести активный, здоровый образ жизни. Одним из факторов позитивных изменений является возрождение комплекса ГТО в образовательных организациях.

Но, если в школах этот процесс идет активно, то в дошкольных учреждениях заметных сдвигов в данном вопросе не отмечается. Хотя именно в дошкольном детстве закладываются основы физического развития, двигательных умений ребенка, этот период можно по праву считать фундаментом для приобщения воспитанников к здоровому образу жизни. Педагоги дошкольного образования пытаются найти ответы на вопросы: Как укрепить здоровье детей? Как мотивировать дошкольников и их родителей к занятиям спортом, привить навыки здорового образа жизни?

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО может помочь педагогам найти ответы на поставленные вопросы, успешно решать задачи физического развития, так как структура комплекса включает первую ступень испытаний и нормативы их выполнения для детей 6-7 лет, значит, воспитанники подготовительных групп могут стать равноправными участниками ГТО.

Проект «Нам со спортом по пути, ГТО ждет впереди!» стал стимулом к активизации физкультурно-оздоровительной работы, способствовал приобщению дошкольников к здоровому образу жизни, и более тесному сотрудничеству с родителями детей.

Цель проекта:

Формирование готовности дошкольников к сдаче норм ВФСК «ГТО» I ступени, приобщение к здоровому, активному образу жизни, создание положительной мотивации для занятий физкультурой и спортом.

Задачи проекта:

1. Обеспечить условия для внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО;
2. Разработать комплекс мер для эффективной и комплексной сдачи норм ГТО первой ступени с детьми 6-7 лет;
3. Приобщать дошкольников к физической культуре и здоровому образу жизни;
4. Совершенствовать физические способности и двигательные навыки в совместной двигательной деятельности детей;
5. Вовлекать родителей, педагогов и социальных партнеров в работу по реализации проекта;
6. Развивать навыки самоорганизации и поддерживать детскую инициативу.

Аннотация проекта.

Проект предусматривает подготовку и мотивацию детей 6-7 лет к сдаче первой ступени норм ГТО, создание материально-технической базы для развития и совершенствования физических качеств современного дошкольника, привлечение родителей (законных представителей) воспитанников, к активному участию в спортивной жизни детского сада; формирование потребности в здоровом образе жизни; воспитание нравственно-патриотических чувств и толерантной личности.

Практическая значимость.

Реализация данного проекта не только повысит профессиональную компетенцию воспитателей, но и повысит осведомленность родителей важности физического воспитания и приобщения детей к ЗОЖ. Физические

нагрузки позволят развить у наших воспитанников выносливость, смелость, физические качества, выявить психологическую предрасположенность воспитанников к различным видам спорта, оказать поддержку детям, отстающим в физическом развитии от сверстников. Все вышеперечисленное должно повлиять на повышение качества образовательного процесса, снижение заболеваемости дошкольников.

Ожидаемые результаты:

1. Пополнение знаний о комплексе ГТО.
2. Повышение мотивации и интереса к занятиям физической культурой и спортом.
3. Положительная результативность в сдаче норм ГТО 1 ступени.
4. Рост профессиональной компетенции педагогов.
5. Активное взаимодействие родителей и педагогов.
6. Сформированность у родителей осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, ведение здорового образа жизни.
7. Обогащение методической базы и развивающей среды в ДОУ;
8. Приобретение опыта взаимодействия с социальными партнёрами;

Условия для реализации проекта:

Для успешной реализации проекта существуют благоприятные условия: музыкально-физкультурный зал, уличная спортивная площадка, необходимое спортивное оборудование, в группе создана комфортная пространственная среда, имеются центры и уголок двигательной активности, уголок здоровья, «дорожки здоровья», а также методическая и художественная литература.

Этапы реализации проекта.

Подготовительный этап:

1. Знакомство и изучение нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) I ступень (возрастная группа от 6 до 7 лет);
2. Составление проекта;
3. Формирование нормативно-правовой базы;
4. Создание условий по внедрению проекта;
5. Подборка оборудования, спортивного инвентаря для проведения нормативных испытаний, физкультурных занятий и спортивных праздников.
6. Подбор методической, научно-популярной литературы, иллюстративного материала по теме проекта;
7. Информирование воспитанников и их родителей (законных

представителей), сотрудников в области здоровьесбережения и основ безопасного образа жизни.

Основной этап:

(реализация основных видов деятельности по направлениям проекта)

Виды деятельности	Тема
1. Познавательная деятельность	«Что такое ГТО, история возникновения» «Талисманы ГТО». «Олимпиада и где она возникла?». «Что нужно знать, чтобы стать знаменитым спортсменом?».
2. Сбор и систематизация информации	1 Рассматривание картинок и фотографий с изображением разных видов спорта; 2 Использование дидактических игр, посвященных разным видам спорта «Назови вид спорта» «Пиктограммы»; «Сложи картинку» и т.д. 3 Составление лепбука «Спорт».
3. Физкультурная деятельность детей	1. Занятия по физическому развитию воспитанников в зале и на воздухе (3 раза в неделю.) Развивать физические качества (ловкость, силу, гибкость, координацию и т. д.); 2. Утренняя гимнастика; 3. Прогулки; 4. Подвижные игры; 5. Спортивные досуги, праздники; 6. Дни здоровья; 7. Спортивные игры, эстафеты, квесты, соревнования.
4. Творческая деятельность детей	1. Придумывание рассказов о любимом виде спорта; 2. Создание рисунков «Мой любимый вид спорта»; выставки творческих работ.
5. Мир музыки.	1. Прослушивание и разучивание песен на спортивную тематику: «Олимпийские надежды»; «Спортивная семья», «Трус не играет в хоккей», «Давай Россия!» и т.д

Заключительный этап

1. Сдача норм ГТО

2. Награждение участников проекта (знаками отличия, дипломами, сертификатами и благодарственными письмами)

3. Презентация проекта с использованием мультимедийного оборудования (фотоотчёт по проведённым мероприятиям в рамках проекта).

План реализации проекта.

Содержание деятельности	Сроки проведения	Цель
Подготовительный этап		
Анкетирование родителей	октябрь	Выявить уровень осведомленности родителей (законных представителей) воспитанников в вопросах физического развития, формирования ЗОЖ и сдачи норм ВФСК ГТО.
Подбор методической научно-популярной литературы, иллюстративного материала по теме проекта.	октябрь	Повышение профессиональной компетентности через изучения технологии проектирования. Составление календарного плана по реализации проекта
Знакомство и изучение нормативов испытаний (тестов) ВФСК «ГТО» 1 ступень (от 6 до 7 лет)	октябрь	Реализация материала по проектной деятельности.
Оформление стенда «ГТО – возродим традиции».		
Подборка спортивного инвентаря для проведения тестов, физкультурных занятий и спортивных развлечений	Октябрь	Создать условия для реализации проекта.
Мониторинг освоения детьми образовательной области «Физическая культура».	октябрь	Оценка физического развития детей и их физических качеств на начало учебного года.

Основной этап		
Тематические беседы о здоровом образе жизни, презентации, чтение с детьми рассказов, загадывание загадок, разучивание стихотворений о спорте. Беседа с детьми о пользе занятий спортом или физическими упражнениями. Определить знания детей о роли спорта в жизни человека.	В течении учебного года	Формирование представлений о ценности здоровья.
Консультации для родителей (законных представителей) «Почему важно давать ребенку возможность активно двигаться»; «Здоровый образ жизни в семье-залог здоровья ребенка»; «Совместные занятия спортом детей и родителей». Буклеты и памятки по внедрению ВФСК ГТО: «Первые шаги к ГТО»; «Талисманы ГТО»; «Упражнения подводящие к сдаче норм 1 ступени»; «Формирование правильной осанки дошкольников».	В течении года	Повышение грамотности родителей (законных представителей) в вопросах ЗОЖ. Расширять знания у родителей по теме проекта.
Консультации для педагогов «Особенности физического развития дошкольников» «Поможем ребенку расти здоровым!»; «Двигательная активность в полноценном развитии детского организма»; «Индивидуальная работа с детьми в целях развития физических качеств и совершенствовании ОДА», «Готовим ребенка к сдаче норм ГТО».	В течении года	Расширять знания у педагогов по теме проекта.
Муниципальные физкультурные мероприятия в рамках Декады ЗОЖ «Спортивные каникулы Заполярья» -восхождение «Покоритель вершин»; «Кросс наций».	сентябрь -октябрь	Привлечение родителей (законных представителей) к спортивной жизни округа)

Игры – упражнения с включением обязательных испытаний (тестов) ВФСК «ГТО».	в течении года	Закреплять у воспитанников умение выполнять тесты по ГТО.
Физкультурный дистанционный челлендж с использованием компьютерных технологий «Зарядка с папой»	октябрь	Привлечение родителей (законных представителей) к спортивной жизни ДОУ
Туристические походы в лес по пересеченной местности.	в течении года	Пропаганда здорового образа жизни.
Физкультурный досуг «Здоровье сохраняй, мечты осуществляй».	ноябрь	Активизация интереса к физическим упражнениям, подвижным играм на улице.
Физкультурный праздник «Наши мамы могут все!».	ноябрь	Привлечение родителей (законных представителей) к спортивной жизни ДОУ.
Участие в физкультурном мероприятии «Приведи бабушку и дедушку в ГТО».	ноябрь	Привлечение бабушек и дедушек к спортивной жизни округа.
Участие в областной Программе «ВФСК ГТО в жизни детей дошкольного возраста».	Ноябрь-декабрь	Продвижение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».
Смотр-конкурс «Лучшая спортивная игра».	декабрь	Создание условий для самостоятельной двигательной деятельности детей.
Проведение с детьми интеллектуальных и развивающих игр: «Узнай вид спорта», «Спортивное оборудование», «Сложи картинку», «Найди спортсмена по описанию», «Что изменилось на спортивной арене?». Рисование по теме: «Выполним нормы ГТО!», «Спорт и спортивные атрибуты»; «Вперед к победам». Неделя зимних игр и забав.	Декабрь-январь	Активизация интереса к физическим упражнениям, подвижным играм.
Всероссийская масштабная акция «Декада SOS» - флешмоб	январь	Привлечение педагогов и воспитанников к совместной

«Всеобщая зарядка».		деятельности в реализации проекта.
Экскурсия в городской плавательный бассейн.	январь	Знакомство со спортивными учреждениями города. Приобретение опыта взаимодействия с социальными партнерами.
Спортивные каникулы Заполярья- «Зимняя зарядка» - видеоролик.	январь	Участие в спортивной жизни округа.
Спортивный праздник, посвященный 23 февраля	февраль	Развитие физических качеств.
Целевая прогулка на спортивную площадку.	февраль	Знакомство со спортивными объектами нашего города.
Соревнования среди педагогов ДОО «А ну-ка воспитатели!».	март	Приобщение педагогов спортивным мероприятиям ДОО.
Смотр-конкурс рисунков «Мой любимый вид спорта»	апрель	Гармонизация детско-родительских отношений в вопросах физического воспитания.
Заключительный этап		
«Крошка ГТОшка» Выполнение детьми испытаний-тестов по ГТО.	март-апрель	Положительная результативность в сдаче норм ГТО 1 ступени (6-7 лет)
Презентация проекта на семинаре «Формирование здорового и безопасного образа жизни дошкольников в условиях ДОО и семьи».	апрель	Анализ работы по реализации проекта.
Поощрение воспитанников, принимающих участие в областной Программе и сдаче норм ВФСК ГТО.	апрель	Награждение дипломами, грамотами, медалями и значками ГТО.
Мониторинг освоения детьми образовательной области «Физическая культура»	апрель	Оценка физического развития детей и их физических качеств на конец года.

Реализация данного проекта не только повысила профессиональную компетенцию педагогов, но и повысила осведомленность родителей

(законных представителей) о важности физического воспитания и приобщения детей к ЗОЖ. Физические нагрузки позволили развить у наших воспитанников выносливость, смелость, физические качества, выявили психологическую предрасположенность воспитанников к различным видам спорта. Все вышеперечисленное повлияло на повышение качества образовательного процесса, снижение заболеваемости дошкольников.

Перспективы развития проекта:

Обобщение опыта по реализации проекта.

Возможность распространения опыта работы по проекту.

Реализация проекта позволит обеспечить преемственность между ДОУ и спортивными учреждениями нашего округа.

Литература:

1. Материалы официального сайта ВФСК «ГТО»;
2. Указ Президента РФ от 24.03.2014 г. № 172 о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО);
4. Веракса Н. Е., Веракса А. Н. Проектная деятельность дошкольников. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016;
5. Картушина М. Ю. Быть здоровыми хотим: оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы. – М.:АРКТИ, 2004;
6. Пензулаева Л.И. – физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа детского сада. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2016.
7. Пензулаева Л.И. – Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. Комплексы оздоровительной гимнастики. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2018.
8. Фролов В.Г. – Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке: Пособие для воспитателя. – М.: Просвещение, 2014.
9. 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. 2015.