**Проект**

**«ГТО в Детском саду»**

**Цель проекта:**

Создание у детей мотивации заниматься физической культурой и спортом, ознакомление со спортивными достижениями страны, высокими личными достижениями людей, ставших славой России, формирование у детей устойчивой привычки к систематическим занятиям физической культурой посредством решения следующих задач:

**Оздоровительные**

–укрепление здоровья и повышение сопротивляемости

организма каждого ребѐнка к заболеваниям средствами физической

культуры, забота о физическом и психологическом благополучии детей, не допускать травматизма, физических и эмоциональных перегрузок,

приводящих к утомлению и переутомлению, побуждать детей к

самостоятельному использованию различных видов закаливания.

**Образовательные**

-направлены на овладение детьми определѐнными

знаниями, умениями для всестороннего развития, расширения

индивидуального двигательного опыта, развития таких качеств, как ловкость,

быстрота, выносливость, гибкость. Уметь осознанно применять полученные

навыки в спортивных мероприятиях и в повседневной жизни.

**Воспитательные**

-направлены на развитие умственных, духовных и

физических способностей детей в их самом полном объѐме: развитие

нравственно-волевых качеств, поощрение двигательного творчества и

разнообразной игровой деятельности, поддержка творческой

самодеятельности, развитие положительных эмоций и дружелюбия, умения

общаться со сверстниками и сопереживать. Развивать интерес к различным

видам спорта, к событиям в спорте в нашей стране и за рубежом.

**Задачи проекта:**

1.Формирование у детей привычки к здоровому образу жизни.

2.Воспитание желания и стремления к ежедневным занятиям физической

культурой.

3.Знакомство со строением организма.

4.Знакомство с различными видами спорта.

5.Развитие физических качеств детей

(выносливость, гибкость, координацию, скоростно-силовые).

6. Обогащать умения и навыки детей в работе с различным спортивным

инвентарѐм.

7.Воспитание культуры движения.

8.Повысить интерес к физкультурно-спортивной жизни района. В работе по данному проекту используются следующие дисциплины по физическому развитию:

Теоретические темы:

1.История Олимпийских игр.

2. Знакомство со своим организмом.

3. Основы техники безопасности на физкультурных занятиях.

4. Знакомство с различными видами спорта.

Практические задачи:

1.Развитие основных физических качеств.

2.Простые элементы лѐгкой атлетики.

3.Школа мяча.

4.Гимнастика.

5.Спортивные и подвижные игры.

Участие в соревнованиях:

1.Соревнования «Веселые старты».

2. «Мама, Папа, Я –спортивная семья» и др.

Пояснительная записка.

Какую роль играет спорт в жизни человека? Во всѐм мире люди еѐ видят по

-разному. Одни очень прохладно относятся к спорту и некоторые даже

считают его бесполезной тратой времени. Другие люди видят смысл спорта и

их, к счастью, больше чем первых. Причѐм каждый из них может иметь разное отношение к спорту: кто-то предпочитает смотреть его по телевизору, кто-то предпочитает просто заниматься каким-либо видом спорта или общефизической подготовкой, ну а для кого-то спорт –это средство существования. Среди последних могут быть действующие спортсмены, тренеры, врачи, директоры различных спортивных обществ, попечители спорта и др. И каждый из них вносит свой вклад в развитие спорта на нашей планете. Спорт обладает удивительными свойствами. Он может объединять людей, знакомить их между собой, в большинстве случаев спорт укрепляет здоровье, характер и даже умственные способности людей, которые им занимаются, развивает в них такие навыки как скорость, ловкость, реакция, координация, выносливость, терпение и сила. Спорт делает людей более

устойчивыми к негативным факторам внешней среды. Он часто приносит

людям массу положительных эмоций, например, при победе любимой

команды или при достижении человеком какого-то результата в нѐм. Спорт-это здоровый образ жизни, умение строить общение со сверстниками,

развитие целеустремлѐнности и трудоспособности. Дети должны больше

времени уделять спорту, физическим нагрузкам. Помочь ему в этом могут

различные секции, кружки, спортивные школы. Они должны заинтересовать

ребѐнка, чтоб он приходил не от случая к случаю, а каждый раз. Также

родители, могут помочь и заинтересовать его в занятии

спортом, ведь именно в семье закладываются жизненные устои. Если в семье все члены будут заниматься физическими нагрузками, то и ребѐнок будет следовать их примеру. Спорт положительно сказывается не только на физическом здоровье, но и на внутренних качествах человека, таких как сила воли, настойчивость, упорство и многое другое. Также дети будут чем-то заняты после школы, а не будут бестолково проводить свободное время. Спорт, несомненно, нужен в любом возрасте, он никогда не будет лишним,но

особенно важны физические нагрузки в детском возрасте....

**Содержание работы по реализации проекта «ГТО в детском саду».**

Работа с детьми.

1.Обеспечение контроля над здоровьем детей. Тестирование физического

здоровья детей.

2.Определение уровня знаний детей о здоровом образе жизни.

3.Фронтальные физкультурные занятия с детьми по группам.

4.Индивидуальная работа с детьми по коррекционно-развивающей программе «Берегите осанку».

5.Физкультминутки.

6.Утренняя гимнастика с использованием корригирующих упражнений.

7.Спортивные праздники и развлечения.

8.Здоровьесберегающая среда в группах.

Работа с воспитателями

1.Анкетирование.

2.Индивидуальные консультации по коррекционно-развивающей работе.

3.Организация педсовета по теме «Здоровье ребѐнка в наших руках».

Работа с родителями.

1.Анкетирование.

2.Наглядная агитация, тематические выставки «Спорт и здоровый образ жизни», «Детский сад и спорт», «Виды спорта».

3.Индивидуальные и групповые консультации для родителей «Здоровье

детей –в наших руках».

4.Праздники и развлечения

«С мамой папой мы сильны и со спортом мы дружны».

5.Конкурс рисунков «Эмблема здоровья нашей семьи».

6.Конкурс фотографий «Здоровая семья -счастливый ребѐнок».

Ожидаемые результаты.

1.Приобщение детей к спортивной жизни.

2.Активное участие родителей в детсадовских спортивных мероприятиях.

3.Соблюдение единства требований воспитателей и родителей в

воспитании здорового подрастающего поколения.

4.Приобщение к спорту и физической культуре через семью.

5.Расширение кругозора детей в вопросах спорта.