**Реализация регионального плана мероприятий**

**по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»**

**(из опыта работы)**

Уважаемые коллеги! Дорогие друзья! Здравствуйте!

Мы рады встрече и полагаем, что все педагоги в своей педагогической деятельности хоть раз задавали себе один очень важный вопрос - как воспитать здорового дошкольника.

Предлагаем вам сегодня обсудить новые организационно – методические подходы, эффективные формы и технологии, направленные на совершенствование физического воспитания старших дошкольников в условиях внедрения комплекса ГТО.

Дошкольный период жизни – это этап наиболее интенсивного физического, психического, эмоционально-волевого и нравственного развития личности, когда закладываются основы его физического, психического и нравственного здоровья. С учетом этого дошкольное воспитание направлено на всестороннее развитие личности, предусматривающее охрану и укрепление здоровья, обеспечение полноценного психического и физического развития. В законе «Об образовании в Российской Федерации» говорится: «реализация образовательных программ в области физической культуры и спорта направлена на физическое воспитание личности, …… создание условий для прохождения спортивной подготовки».

Целевые ориентиры дошкольного образования по физическому развитию, согласно ФГОС ДО, включают следующие показатели: «у ребенка раннего возраста развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.); у ребенка на этапе завершения дошкольного образования, развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими».

Также в области физического развития ФГОС направлен на решение таких задач, как охрана и укрепление физического здоровья детей. Но сегодня у нас появился новый механизм физического развития дошкольников – это Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО)».

Президент России Владимир Путин предложил возродить существовавшую в СССР программу физической подготовки детей и взрослых ГТО. Всероссийский физкультурно – спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) устанавливает государственные требования к физической подготовленности граждан Российской Федерации. Он включает упражнения, определяющие уровень развития физических качеств, а также упражнения, способствующие формированию прикладных двигательных умений и навыков. Успешность выполнения каждым дошкольником нормативов, которые определены Положением о ВФСК «ГТО», во многом зависит от правильности подбора и применения в процессе физической подготовки упражнений общеразвивающей направленности и упражнений избирательно-направленного воздействия, включающих в работу определенные мышечные группы и системы организма.

* + Постановлении Правительства РФ определено, что Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс предусматривает подготовку к выполнению и непосредственное выполнение различными возрастными группами (от 6 до 70 лет и старше) населения Российской Федерации установленных нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса по 3 уровням трудности, соответствующим золотому, серебряному и бронзовому знакам отличия Всероссийского физкультурно- спортивного комплекса.

Спортивная часть Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса направлена на привлечение граждан к систематическим занятиям физической культурой и спортом с учетом половых и возрастных групп. Первая ступень ГТО включает требования для обучающихся 6 - 8 лет.

Все мы знаем, что именно в дошкольном возрасте закладывается основа для физического развития, здоровья и характера человека в будущем.

С введением сдачи норм ГТО в школьную программу, именно дошкольное образование ориентирует детей, родителей, воспитателей детских садов на подготовку к сдаче комплекса ГТО в дошкольном возрасте. ГТО будет способствовать формированию преемственности между детским садом и школой.

С этой целью в 2018году у нас был разработан проект «Навстречу комплексу ГТО». Цель проекта: разработка и апробация системы подготовки к сдаче комплекса ГТО детей подготовительной группы на базе детского сада.

Прежде, чем начать работу по реализации проекта в детском саду была проведена организационная работа. Были разработаны локальные нормативно – правовые акты, создана рабочая группа, в которую, в т.ч. вошли педагоги высшей квалификационной категории. Члены рабочей группы составили план мероприятий по реализации проекта «Навстречу комплексу ГТО» на 2018-2019 учебный год, график тестирования воспитанников старшего дошкольного возраста на 2018-2019 учебный год, программа подготовки дошкольников к сдаче нормативов комплекса ГТО, определены функциональные обязанности участников проекта.

Я предлагаю вашему вниманию следующие документы:

**План мероприятий по реализации проекта «Навстречу комплексу ГТО» на 2018-2019 учебный год,** где нами описаны конкретные действия по реализации проекта, сроки их выполнения, ответственные. Планирование работы осуществлялось по таким разделам, как информационное сопровождение, ресурсное обеспечение, мониторинговые процедуры. Организационно – педагогическая работа спланирована по блокам: работа с родителями, педагогами, детьми.

**График тестирования воспитанников старшего дошкольного возраста.**

Он представляет собой очередность и последовательность всех запланированных испытаний. При составлении графика важно учитывать распределение нагрузки на организм ребенка. Для того, чтобы воспитанники могли полностью реализовать свои способности необходимо выбрать целесообразную последовательность проведения тестирования, т.е. начинаем от наиболее энергозатратных испытаний и предоставление достаточного количества отдыха между испытаниями.

**Программа подготовки дошкольников к сдаче нормативов комплекса ГТО**

Цель программы – развитие физических качеств, подготовка к сдаче норм ГТО.

Задачи программы:

-формирование жизненно важных двигательных умений

-повышение общей физической подготовки и укрепление здоровья

-развитие двигательных функций, обогащение двигательного опыта

-формирование и пропаганда здорового образа жизни

-привитие стойкого интереса к занятиям спортом

Программа рассчитана на 1 учебный год для подготовки детей подготовительной группы к сдаче нормативов комплекса ГТО. Программа включает в себя комплекс подводящих упражнений и подвижных игр, норматив 1 ступени комплекса ГТО, методика проведения испытаний, консультации для родителей.

Для реализации проекта в детском саду разработана технологическая модель.

Задачи технологической модели:

- создание положительного отношения детей и их родителей к комплексу ГТО

- создание положительного отношения к участию в спортивно – оздоровительной деятельности

- углубление знаний воспитанников, расширение и закрепление арсенала двигательных умений и навыков

- внедрение приобретенного на занятиях физической культурой двигательного опыта в самостоятельной двигательной деятельности

- развитие основных физических качеств участников проекта

Для реализации этой модели предусмотрено создание следующих условий:

**Нормативно – правовое обеспечение проекта**

Разработаны приказы «Об организации работы по реализации проекта «Навстречу комплексу ГТО», «О создании рабочей группы по подготовке проекта физического воспитания старших дошкольников в рамках реализации регионального плана мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), план мероприятий по реализации проекта «Навстречу комплексу ГТО» на 2018-2019 учебный год, график тестирования воспитанников старшего дошкольного возраста на 2018-2019 учебный год.

**Программно – методическое, технологическое и организационное обеспечение**

Разработана программа подготовки дошкольников к сдаче нормативов комплекса ГТО, которая включает в себя комплекс подводящих упражнений и подвижных игр, методику проведения испытаний.

**Ресурсное обеспечение**

Мониторинг материально – технической базы в детском саду показал, что в детском саду созданы определенные условия. Необходимым оборудованием для сдачи нормативов детский сад обеспечен. Для пополнения базы в этом месяце было приобретено 8 пар детских лыж.

**Информационное сопровождение**

На официальном сайте детского сада создана страничка «ГТО в нашем детском саду». Информирование родителей по реализации плана мероприятий также осуществляется посредством выпуска серии буклетов «Навстречу комплексу ГТО», оформления папки – передвижки «ГТО – путь к здоровью», выступлений на родительском собрании.

**Организация и проведение мероприятий спортивной направленности**

Для создания положительной мотивации детей и родителей проводятся совместные спортивные праздники «Займись спортом, стань первым!», совместные спортивные игры, в т.ч. в футбол и волейбол.

**Организация совместной работы по медицинскому сопровождению**

На основе договора о сотрудничестве между ОБУЗ Фурмановской ЦРБ и МДОУ в начале учебного года врачом детской поликлиники проведен первичный мониторинг и выдан допуск к сдаче нормативов комплекса ГТО. Медицинская сестра осуществляет медицинское сопровождение.

Как я уже говорила выше, технологическая модель реализации проекта предусматривает работу по 3 модулям:

**Детский блок**

На 1 этапе был проведен мониторинг здоровья воспитанников. Цель этого мониторинга – выявление уровня физического развития, физической подготовленности и группы здоровья путем медицинского осмотра. По результатам осмотра 22 ребенка получили допуск к сдаче нормативов. Порядок допуска определен приказом Минздрава РФ от 01.03.2016г.№134 –н. В конце мониторинга были оформлены медицинские заключения (справка – подтверждение). К сдаче нормативов допускаются лица с 1 группой здоровья. Вопрос со 2 группой здоровья решается врачом. Лица с 3 группой здоровья не выполняют нормативы комплекса ГТО и не допускаются к ней. По результатам мониторинга здоровья составлен список детей, допущенных к сдаче нормативов комплекса ГТО. Список заверяется врачом и утверждается заведующей.

Было получено согласие родителей на участие в проекте и на обработку персональных данных.

В начале реализации проекта было проведено входное тестирование с целью определения степени физической подготовленности воспитанников. Ориентировочный период проведения входного тестирования это 2-3 недели. Это связано со спецификой детского организма и правильным распределением физической нагрузки.

Само тестирование заключалось в сдаче таких нормативов, как бег на 30 м., смешанное передвижение, прыжки в длину с места, метание, сгибание и разгибание рук в упоре лежа. После анализа протокола стали известны результаты.

Например, тест «Прыжок в длину» 55% воспитанников подготовительной группы выполнили на золотой значок, 45% - на серебряный. Тест «Бег на 30 м» 5% ребят выполнили на золотой значок, 5% - на серебряный. Остальные дети с нормативами не справились.

Испытания входного тестирования тесно связаны с повышением эффективности подготовки к сдаче норм комплекса ГТО. Анализ его результатов помог педагогам выбрать правильную стратегию по развитию физических качеств. По результатам тестирования были выявлены проблемы физической подготовки (недостаточное развитие такого физического качества, как быстрота) и внесены изменения в рабочие программы педагогов.

В феврале 2018г. будет проходить промежуточный мониторинг. Это необходимо для внесения дополнительных корректив в работу педагогов. В мае будет организовано итоговое тестирование с награждением грамотами и медалями.

Процесс подготовки начался с правильного подбора упражнений, как общеразвивающей направленности, так и избирательно – направленного воздействия, включающие в работу определенную группу мышц.

Например, мы решаем задачу развития быстроты – следует подбирать упражнения, как общеразвивающей направленности, так и избирательного воздействия, требующих мгновенных ответных реакций на зрительные, слуховые, тактильные сигналы. Игры должны включать в себя упражнения с периодическими ускорениями, внезапными остановками, стремительными рывками, бег на короткие дистанции.

Какие это упражнения?

Это чередование ходьбы и бега, бег из разных исходных положений, различные беговые упражнения с высоким подниманием бедра, с захлестыванием голени, беговые упражнения с другими движениями ( с прыжками, с подлезанием). Также развитию быстроты способствуют и подвижные игры с бегом и ускорением. Какие? Мы все их хорошо знаем. «Мы веселые ребята», «Ловишка бери ленту», «Кто быстрее добежит до флажка» и т.д.

Успешность подготовки к сдаче нормативов и формирование начальных представлений зависит от организации физкультурно – оздоровительной деятельности, которая должна обязательно соответствовать содержанию образовательной программы и реализовываться в течение дня в различных формах.

Я хотела бы остановится в первую очередь на физкультурном занятии. Следуя постулату психофизиологии мы выбрали, конечно же, игровую форму занятий, которая является врожденной потребностью детского организма. Опора на игру позволяет эффективнее решать задачу обучения детей определенному набору упражнений и способствует формированию жизненноважных двигательных умений и навыков.

Также подготовка к сдаче норм комплекса ГТО сопровождается позитивным эмоциональным настроем в ходе применения подвижных игр, которые стимулируют двигательную активность детей, уменьшает их утомляемость и готовят организм ребенка к значительным функциональным нагрузкам во время соревнований. Схема построения занятия традиционна и состоит из 3 частей (вводной, основной, заключительной).

Во вводной части мы обязательно используем специальные приемы и создаем игровую мотивацию. Создание игровой мотивации способствует более увлеченному выполнению сложных упражнений, повышает интерес к занятиям физической культуры.

В вводной части занятия для функциональной подготовки организма проводится разминка в игровой и имитирующей форме, включающая в себя различные виды ходьбы, бега, прыжков и ОРУ. Основная часть включает в себя серию игровых упражнений и игр, которые направлены не только на развитие двигательных качеств, но и формирование прикладных умений. В основной части мы делим детей на несколько групп и эти группы работают на определенные упражнения избирательно – направленно воздействия. Дети выполняют эти упражнения в течение нескольких минут, затем они меняются. В заключительной части мы проводим подвижные игры.

В физкультурно – оздоровительной подготовке детей к сдаче норм комплекса ГТО в течение дня проводятся утренняя гимнастика, часы двигательной активности, прогулка, самостоятельная двигательная деятельность, спортивные праздники и развлечения. В часы двигательной активности включаем ОРУ, упражнения избирательно – направленного воздействия. С ноября будет организован горизонтальный пластический балет. Горизонтальный пластический балет (ГПБ) позволит повысить интерес к физическим занятиям и стимулировать двигательную активность детей без ущерба для здоровья. Данная форма работы позволит формировать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, правильную осанку, укреплять мышечный корсет, развивать гибкость, пластичность, грациозность и изящество в движениях.

**Родительский блок**

Одна из главных ролей по формированию и сохранению здоровья детей, его физической подготовленности, физического и психического развития принадлежит родителям. Для успешного решения задач технологической модели реализации проекта «Навстречу комплексу ГТО» в детском саду приемлемыми являются следующие формы работы с родителями дошкольников: анкетирование, консультации, родительские собрания, мастер – классы, совместные спортивные мероприятия с детьми.

В начале года для привлечения родителей к реализации проекта было проведено анкетирование, которое позволило выявить мнение родителей к сдаче нормативов комплекса ГТО. 92% опрошенных высказались положительно по подготовке детей к сдаче нормативов комплекса ГТО в дошкольном возрасте.На основании плана мероприятий по реализации проекта «Навстречу комплексу ГТО» проведено родительское собрание «Делай с нами, делай как мы, делай лучше нас», изготовлены информационно – пропагандистские буклеты «Для чего нужно ГТО в дошкольном возрасте», «Комплекс ГТО 1 ступень», папка – передвижка «ГТО – путь к здоровью», проведены совместные мероприятия с детьми «Займись спортом, стань первым», «От норм ГТО к олимпийским надеждам», спортивные игры с элементами футбола.

**Педагогический блок** включает в себя организационно-просветительскую, методическую работу с педагогами детского сада по подготовке и прохождению детьми 7-го года жизни тестирования в рамках проекта «Навстречу комплексу ГТО».

Вопросы планирования, организации, проведения мероприятий по решению задач технологической модели реализации проекта «Навстречу комплексу ГТО» обсуждаются с коллективом педагогов на консультациях, семинарах – практикумах, педагогических советах, круглых столах.

Мы уверены, что внедрение технологической модели в рамках реализации проекта «Навстречу комплексу ГТО» позволит повысить эффективность системы физического воспитания детей старшего дошкольного возраста. В результате мы ожидаем:

- формирование представлений о ВФСК ГТО у всех участников образовательного процесса,

- повышение физической подготовленности воспитанников,

-увеличение интереса детей к занятиям физической культурой и спортом,

-формирование целеустремленности, организованности, инициативности,

-повышение профессионального мастерства педагогов в проблемах здоровьесбережения дошкольников,

-создание сборника методических рекомендаций по подготовке детей старшего дошкольного возраста к сдаче нормативов комплекса ГТО,

формирование единого образовательного пространства на основе доверительных партнерских отношений между всеми участниками образовательных отношений и социальными партнерами (с СШ №7 и Иванковской СШ)

- проявление у родителей интереса к занятиям физической культурой и спортом совместно с детьми.