

**«Подготовка детей старшего дошкольного
возраста к сдаче нормативов ГТО»**

Инструктор по ФИЗО
МАДОУ «Детспорт» г. Перми
Васюков Михаил Дмитриевич
Инструктор по ФИЗО
МАДОУ «Детспорт» г. Перми
Гришко Ксения Александровна

Комплекс ГТО в истории нашей страны сыграл огромную роль в развитии массовости советского физкультурного движения. Именно благодаря этому проекту в Советском Союзе «выросло не одно поколение активных и здоровых людей». В 2013 году нашим президентом было решено возродить это направление.

Интеграция ВФСК ГТО в систему дошкольного образования связана с выделением в комплексе 1-ой ступени (от 6 до 8 лет), т.е свои первые значки ГТО ребята могут получать именно в дошкольных образовательных учреждениях.

Работа в данном направлении ведется при активном, тесном взаимодействии с семьей.

Для успешной сдачи нормативов комплекса ГТО с родителями проводятся следующие формы работы:

С родителями проводились консультации и собрания, на которых нами была представлена информация о значимости занятий ФК и С, о том, что такое комплекс ГТО, какая организация занимается тестированием, где и как зарегистрировать ребенка и получить свой индивидуальный номер. Для участия ребенка в тестировании необходимо было зарегистрировать ребенка на специальном сайте, после чего каждому ребенку был присвоен УИН (уникальный индивидуальный номер), который будет действовать всю жизнь.

На сайте д/с, в группе ВК представлена информация по наиболее часто задаваемым родителями вопросам сдачи нормативов ГТО детьми.

Для повышения интереса к ФК родителей и детей организовались совместные мероприятия, например, утренняя зарядка, на которой родитель своим примером показывает, как нужно выполнять упражнения. Спортивные праздники поднимают эмоциональный фон, повышают желание заниматься ФК. Спортивные соревнования развивают дисциплину, повышают

соревновательных дух, учат выигрывать или проигрывать. Мастер-классы от родителей на спортивные тематики, а также проводились различные физкультурно-спортивные онлайн-марафоны

Работа с педагогами включает в себя организационно-просветительскую, методическую работу с педагогами детского сада по подготовке и прохождению детьми 7-го года жизни

Между Детским садом Пермским педагогическим колледжем заключен договор по обучению педагогов по подготовке дошкольников к сдаче нормативов комплекса ГТО. Обучение прошли не только мы, инструктора по ФК, но и воспитатели старших и подготовительных групп.

Т.К. с родителями в основном взаимодействуют Воспитатели, значит они должны дать ответ на любой вопрос родителя о комплексе ГТО, по порядку подготовки и сдаче нормативов. Поэтому нами были проведены для воспитателей консультации про ВФСК ГТО, а также мастер-классы по тестам, входящих в 1 ступень, тренировки по отработке техники движений.

Многочисленно была организована группа педагогов по подготовке к сдаче норм ГТО. Тренировки помогли не только подготовиться к ГТО, но и педагоги приняли участие в марафоне «Забег» и Пермском марафоне. Всего нормативы ГТО сдавали 4 человека, трое из них уже ждут свои значки, 1 педагог еще в процессе сдачи

Работа с воспитанниками ведется в двух направлениях

Первое направление – ознакомительное, включает проведение бесед, занятий, совместную деятельность по темам: «Что такое ГТО?», «О правилах сдачи испытаний ГТО», «Почему важно заниматься спортом и физкультурой», «Какие виды спорта вам нравятся?».

В ходе бесед знакомим детей о следующем: «Как расшифровывается слово ГТО? Какие виды спорта наиболее популярны? Какие виды спорта входят в ГТО? Зачем нужен ГТО детям? Нужно ли детям участвовать в сдаче испытаний системы ГТО? Какие значки есть в ГТО? Почему важно получить золотой значок ГТО? Какие бывают значки ГТО? Что надо делать, чтобы успешно сдать тесты ГТО?» В ходе бесед дети рассматривали картины и иллюстрации, посвященные спорту. Детям рассказывали про историю ГТО, показывали значки ГТО. Дети с помощью воспитателей и родителей разучивали стихотворения про разные виды спорта, разгадывали загадки, рассказывали, как они сами занимаются спортом, в какие спортивные игры любят играть, так как для успешной сдачи испытаний ГТО нужно постоянно развивать у воспитанников интерес к тренировкам, занятиям спортом.

В ходе работы по второму направлению проводится развитие физических качеств воспитанников, совершенствуется техника выполнения упражнений необходимых для сдачи испытаний системы ГТО.

В рамках основной образовательной деятельности, реализуется программа по физическому воспитанию, решаются задачи физического воспитания, как и в любом д/с.

В занятия введена «5-минутка ГТО», где мы с воспитанниками уделяем внимание тестам, входящим в перечень нормативов 1 ступени комплекса ГТО, т.е. включаются тренировочные упражнения на отработку техники выполнений упражнений.

Также в ДОУ реализуется программа развития «Первые, шаги к ГТО», целью которой является повышение мотивации к занятиям ФК и спортом всех участников педагогического процесса.

Наш учебный год разделен на спортивные таймы в зависимости от сезона, в каждом тайме реализуются мероприятия в соответствии с планом программы развития, при этом в каждом тайме отдается приоритет сезонным играм,

Каждый тайм заканчивается большим спортивным праздником, такие как себя флеш-кроссы, эстафеты, троеборье и др.

Каждый четверг у нас – спортивный. Мы совместно с воспитателями проводим спортивный час, на которых знакомим детей с видами спорта, со спортсменами, на которых дети получают дополнительную мотивацию к занятиям ФК и С и сдаче норм ГТО.

Более подробно хотели бы рассказать о проекте «Виртуальный тренер» - это видео курс с обучающимися видео роликами, направленный на решение типичных проблем в физическом развитии детей, обеспечение индивидуализации в физическом развитии дошкольников.

Инструктор по физической культуре проводит диагностику. По результатам мониторинга выявляются проблемы физической подготовки воспитанников.

Например, дети плохо владеют техникой «метание теннисного мяча в цель».

По результатам диагностики создаётся ИОМ, который представляет собой карту с обозначением проблем физического развития ребёнка и прикреплены QR-коды со ссылками, с обучающимися видео роликами по отработке двигательных умений, развитию физических качеств воспитанников.

ИОМ прикрепляется в ЛКД конкретно в карточку каждого ребёнка, родитель может посмотреть видеоролик позаниматься с ребёнком дома дополнительно совместно с виртуальным тренером.

Также видеороликами могут воспользоваться и педагоги при организации двигательных пауз, совместной деятельности, индивидуальной работе по физическому развитию детей.

Таким образом осуществляется тесная взаимосвязь с инструкторами, воспитателями и родителями по физическому воспитанию детей.

Нами были созданы видеоролики на развитие физических качеств: Выносливость, ловкость, быстрота, гибкость, сила, где родители и воспитатели могут воспользоваться этими видео роликами и дополнительно позаниматься с ребёнком дома или в детском саду. Предлагаем посмотреть несколько фрагментов

Наш детский сад сотрудничает с центром тестирования норм сдачи ГТО, который и организовал нам большой спортивный праздник, на котором дети сдавали нормативы комплекса ГТО. В этом мероприятии приняло участие 144 ребёнка, 30 из которых получили значки отличия.

Таким образом, для формирования у воспитанников шести-семи лет готовности к сдаче испытаний ГТО в процессе физкультурно-воспитательной работе был осуществлен отбор форм работе по физическому развитию, разработана и внедрена программа работе по формированию готовности к сдаче испытаний ГТО. Осуществление всего запланированного содержания с применением всевозможных методов и приемов положительно повлияло на созидание у воспитанников шести-семи лет готовности к сдаче испытаний ГТО.

Индивидуальный маршрут «СПОРТ» (6-7 лет) для [REDACTED]
[REDACTED], Группа 7

Показатель развития	Рекомендации
Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье	
Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6м	 
Прыжок в длину с места	
Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу	 
Смешанное передвижение по пересечённой местности на 1 км	
Бег на 30м	 

Ссылка на видео: [https://drive.google.com/file/d/1BhZBsilrUkwEnESc3w-iHv0wCAD4DC65/view?usp=share link](https://drive.google.com/file/d/1BhZBsilrUkwEnESc3w-iHv0wCAD4DC65/view?usp=share_link) (скачать файл в формате .wmv, поддерживается стандартными проигрывателями компьютера)