Муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад п. Пробуждение»

Энгельсского района Саратовской области

Конспект занятия-тестирования с детьми

Старшей группы по физическому развитию

**«Увлекательное путешествие в ГТО»**

Подготовили: воспитатели Фрисс Анастасия Владимировна

Кужагалиева Татьяна Викторовна

2023г

Возраст: 4.5– 6лет

Занятие-тестирование по теме: «Увлекательное путешествие в ГТО».

Образовательная область познавательное развитие

**Интеграция областей:** «Речевое развитие», «Познавательное», «Социально-коммуникативное развитие», «Физическая культура».

**«Увлекательное путешествие в ГТО»**

В рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) проводится тестирование дошкольников 5-7 лет.

**Цель:** создать условия для ознакомления детей с комплексом ГТО для дошкольников.

**Задачи**:

1. Создать условия для приобщения дошкольников к здоровому образу жизни;
2. Определение уровня развития двигательных навыков, интересов и способностей каждого ребенка;
3. Создать условия для развития двигательной активности, координационных способностей, быстроты, ловкости, выносливости и умения преодолевать препятствия.
4. Создать условия для развития различных видов ходьбы, бега, прыжков.

**Методы:** словесный, наглядный, здоровьесберегающие технологии, игровой.

**Место проведения**: спортивный зал детского сада, спортивная площадка детского сада.

**Участники:** старшая группа.

**Материалы и оборудование**: ноутбук, экран, проектор( для предварительной работы), иллюстрации по теме: ГТО( спортсмены, виды спорта, значки ГТО),секундомер, сантиметровая лента, мячи, гимнастическая скамья, гимнастические маты, дипломы за участие.

**Предварительная работа:** беседа с детьми о видах спорта, показ иллюстраций о летних и зимних видах спорта, презентация на тему «ГТО для дошкольников».

**Содержание образовательной деятельности (занятия)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Этап** | **Деятельность педагога** | **Деятельность детей** |
| **Вводный (мотивация)**  **Основной** | **Дети заходят в зал, встают возле воспитателя полукругом(дети и воспитатели в спортивной, удобной одежде)**  **Воспитатель держит в руках мяч**  Мячик наш, ты, озорной, Ты ребят в кружок построй. Мы построились все в круг Слева – друг и справа – друг.  А теперь за мяч возьмемся И друг другу улыбнемся. (дети подходят к мячу, дотрагиваются и улыбаются друг другу) | |
| **Вводная беседа**  **В – ль**. Ребята, поздоровайтесь с гостями. Давайте улыбнёмся гостям и друг другу, что бы у всех было хорошее настроение!  Дорогие девочки и мальчики, мы сегодня вместе с вами проведем спортивный праздник «Увлекательное путешествие в ГТО».  Дорогие дети, давайте поговорим о том, насколько важно быть здоровым. Какие правила нужно соблюдать, чтобы иметь хорошее здоровье? Давайте разберемся.  Во-первых, для того чтобы быть здоровым, необходимо правильно питаться, следить за режимом дня и уделять время спорту. Зарядка утром помогает разогнать сон и подготовить организм к активному дню. Активные прогулки на свежем воздухе тоже необходимы для здоровья.  Также важно закаляться и заниматься физическими упражнениями. Обязательно нужно ухаживать за своим телом, следить за его чистотой. Ведь чистота - это основа здоровья.  Не только дети, но и взрослые должны быть здоровыми и спортивными. В связи с этим, наш президент Владимир Владимирович Путин подписал Указ о введении в Российской Федерации физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).  ГТО представляет собой выполнение различных физических упражнений, таких как бег на разные дистанции, плавание, подъем туловища, отжимания, стрельба, прыжки, подтягивание, ходьба на лыжах и метание. Интересно то, что ГТО могут сдавать дети уже с 6 лет, а даже 70-летние пожилые люди. Это значит, что практически каждый желающий может принять участие в этом комплексе. Для каждого возраста разработаны свои упражнения.  Маленькие граждане России в возрасте 6-8 лет, которые сдают нормы ГТО, находятся на первой ступени комплекса. Когда они подрастут, будут проходить более сложные испытания. Участники, достигшие хороших результатов, получают значок ГТО, который отражает их спортивные достижения.  Таким образом, быть здоровым имеет огромное значение. Правильное питание, режим дня, физическая активность - вот основные правила, которые помогут нам поддерживать свое здоровье. Принимая участие в физкультурно-спортивном комплексе ГТО, мы развиваем свои физические способности и достигаем высоких результатов.  Педагог: Кто хочет принять участие и сдать спортивный комплекс ГТО?  Ответы детей.  Педагог: Все дети, которые достигнут хороших результатов, получают значок ГТО. | Дети здороваются  Ответы детей (нужно делать зарядку, заниматься спортом)  Дети рассматривают иллюстрации по теме: ГТО( президент,виды спорта и спортсмены)  Дети рассматривают значки ГТО.  Ответы детей.  Ответы детей. |
| **Создание проблемной ситуации**  А сейчас ребята, для разминки, давайте прочитаем стихотворение Натальи Мигуновой, посвященное ГТО. Давайте встанем и каждый по очереди прочтет одну строчку.  Чтобы вырасти спортивным,  Смелым, ловким и активным,  Всем ребятам надо знать –  ГТО пора сдавать.  Чтоб легко могли нагнуться,  На канате подтянуться,  Быстро бегать, выше прыгать,  Если надо - штангу двигать,  Нужно с детства закаляться  И зарядкой заниматься!  В жизни будут пусть всегда  Солнце, воздух и вода!  Под музыку входит лениво Вовка с тридевятого царства.  Вовка: Здравствуйте! А что это вы здесь все делаете? Не видели здесь моих помощников «Двух из ларца, одинаковых с лица»?  -Вот бездельники, пропали куда-то, а что вы здесь делаете?  -ОЙ, я тоже хочу быть сильным, здоровым и получить такой же значок. Помогите мне найти моих помощников, они за нас всё сделают, а мы значки получим!  Воспитатель: Нет, Вовка, так не честно, нужно всё самим нам сделать. Правильно, ребята?  Вовка: Ой, как с вами скучно.  Воспитатель: Если хочешь мы тебя научим, и ты обязательно всё выполнишь, если не будешь лениться.  -Ребята, поможем Вовке из тридевятого царства получить значок ГТО?  Педагог: Молодцы, ребята! А сейчас все готовы принять участие в нашей эстафете? Мы отправляемся в удивительное путешествие в страну ГТО, а вы сможете стать ловкими, смелыми и сильными. Встаем все в шеренгу, расправляем спину, подравниваем носочки. Вначале делаем круг по залу обычной ходьбой, второй круг бегом с захлестываем пяток назад. | Дети повторяют слова за воспитателем  Ответы детей-НЕТ, здесь никого не было.  Мы здесь сдаем ГТО, хотим быть сильными, смелыми и здоровыми и получить значок ГТО.  Мы хотим сами заработать этот значок.  Ответы детей:ДА.  Дети выполняют задания( по кругу идут, потом бегут с захлёстом) |
| Педагог: Ребята, у нас для вас есть интересное задание. Перед нами стоит цель выполнить нормативы первой ступени, но мы сделаем это необычным образом. Вот что вам нужно сделать:  - Сначала наклонитесь вперед, стоя на гимнастической скамье.  - Затем сгибайте и разгибайте руки, лежа на полу в упоре.  - И, наконец, поднимите туловище, находясь на спине.  Поздравляю, ребята, вы только что завершили первую ступень сдачи ГТО.(*звучит музыка победителей)*  *Вовка тоже радуется:* Спасибо вам ребята, я теперь никогда не буду лениться, буду заниматься спортом, делать зарядку и буду здоровым и сильным. Пойду, найду своих помощников «двух с ларца, одинаковых с лица» и скажу, что они мне больше не понадобятся, я сам всё буду делать, я теперь умею.  Воспитатель: Сейчас мы переходим ко второй ступени. Приглашаю вас перейти на спортивную площадку.  Вас ждут задания:  - метание теннисного мяча в цель,  - прыжок в длину с места  - бег на 30 метров.  - передвижение на 1000 метров в смешанном стиле. | Наклоняются вперед  Лёжа на полу, сгибают и разгибают руки.  Поднимают туловище.  Вовка уходит.  Дети выходят на улицу, на спортивную площадку, где заранее подготовлена к выполнению ГТО. |
| Удачи! | Дети выполняют поочередно задания, воспитатель учитывает результаты. |
| **Заключительный (рефлексивный)** | Ребята, какие вы все молодцы, вы очень старались сдать положенные нормы ГТО на отлично. Пока подводятся итоги, давайте все вместе станцуем под музыку ритмичный флешмоб «Мы ловкие и смелые!».  А сейчас ребята, подведем итоги и каждый из вас получит сертификат участника ГТО.  Играет торжественная музыка. Вручаются сертификаты.  Молодцы ребята!!! | |