"Первые шаги навстречу к ВФСК ГТО"

Практические рекомендации "Первые шаги навстречу к ГТО" составлены в соответствии с постановлением Правительства Российской Федерации от 11 июня 2014 г. № 540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне», методическими рекомендациями по организации проведения испытаний, входящих в комплекс ГТО и Федеральным государственным образовательным стандартом ДО.

Согласно ФГОС ДО образовательная область "Физическое развитие" включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие физических качеств, таких как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики рук, а так же с правильным не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами. (*извлечение из ФГОС)*

Целевые ориентиры к завершению дошкольного образования (к 7-8 годам) будут следующими "у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими".

Для достижения целевых ориентиров в ДОУ выстроена система физкультурно-оздоровительной работы, которая включает в себя следующие формы: организованная образовательная деятельность *(занятия по физической культуре и занятия по плаванию)*; физкультурно-оздоровительная работа в течение дня (*утренняя гимнастика, подвижные и спортивные игры, физкультминутки, закаливающие мероприятия в сочетании с физическими упражнениями)*; активный отдых (*физкультурные досуги, спортивные праздники, дни здоровья*); самостоятельная двигательная деятельность детей. В группах создана физкультурно-игровая предметная среда. Все формы и виды работы взаимосвязаны и дополняют друг друга. В совокупности они создают необходимый двигательный режим, обеспечивающий ежедневные занятия детей физической культурой.

На сегодняшний день появился новый механизм, способствующий физическому развитию дошкольников - это Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (в дальнейшем ВФСК ГТО).

Внедрение ВФСК ГТО – это масштабный национальный проект, цель которого состоит в развитии массовости спорта.

ВФСК «Готов к труду и обороне» (ГТО) устанавливает государственные требования к физической подготовленности граждан РФ. Он включает упражнения, определяющие уровень развития физических качеств, а также упражнения, способствующие формированию прикладных двигательных умений и навыков. Комплекс ГТО предусматривает подготовку к выполнению и непосредственное выполнение населением разных возрастных групп установленных нормативных требований по трем уровням трудности, соответствующим золотому, серебряному и бронзовому знакам отличия ВФСК «ГТО». Первая ступень ГТО включает требования для детей 6 - 8 лет

Таблица нормативов для I ступени ГТО

Испытания		Нормативы	
		Мальчики	Девочки
		Обязательные испытания	
Бег			
1	*Вариант 1* Челночный бег 3 × 10 м	золото: 9,2 с. серебро: 10 с. бронза: 10,3 с.	золото: 9,5с. серебро: 10,4с. бронза: 10,6с.
	Вариант 2 Бег на 30м.	золото: 6 с. серебро: 6,7 с. бронза: 6,9 с.	золото: 6,2с. серебро: 6,8с. бронза: 7,1с.
Бег и ходьба			
2	Смешанное передвижение на 1000 м	золото: 5мин 20 с. серебро: 6мин 40 с. бронза: 7мин 10 с.	золото: 6мин. серебро: 7мин. 05с. бронза: 7мин. 35с.
Подтягивание			
3	*Вариант 1* Подтягивание из виса на высокой перекладине	золото: 4 раза серебро: 3 раза бронза: 2 раза	Не участвуют
	Вариант 2 или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине высотой 90см	золото: 15 раз серебро: 9 раз бронза: 6 раз	золото: 11 раз серебро: 6 раз бронза: 4 раза
	Вариант 3 или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу или платформе	золото: 17 раз серебро: 10 раз бронза: 7 раз	золото: 11 раз серебро: 6 бронза: 4 раза
Наклоны			
4	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см)	золото: +7 см. серебро: +3см. бронза: + см.	золото: +9 см. серебро: +5см. бронза: + 3см.
Испытания по выбору ***Прыжки***			
5	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	золото: 140 см. серебро: 120см. бронза: 110 см.	золото: 135 см. серебро: 115см. бронза: 105 см.
Метание			
6	Метание теннисного мяча в цель	золото: 4 попадания серебро: 3 попадания бронза: 2 попадания	золото: 3 попадания серебро: 2 попадания бронза: 1 попадание
Поднимание туловища			
7	Поднимание туловища из положения лежа на спине	золото: 35 раз серебро: 24 раз бронза: 21 раз	золото: 30 раз серебро: 21 раз бронза: 18 раз
Бег			

8	*Вариант 1* Бег на лыжах на 1 км	золото: 8 мин. серебро: 9 мин. бронза: 10 мин.15 с.	золото: 8 мин. 30с. серебро: 9 мин. 30с. бронза: 11 мин.
	Вариант 2 или смешанное передвижение по пересеченной местности на 1 км	золото: 6 мин. серебро: 7 мин. бронза: 9 мин.	золото: 6 мин. 30с. серебро: 7 мин. 30с. бронза: 9 мин. 30с.
Плавание			
9	Плавание на 25 м	золото: 2 мин 30с. серебро: 2 мин 40с. бронза: 3 мин.	золото: 2 мин. 30с. серебро: 2 мин. 40с. бронза: 3 мин.

С введением сдачи норм ГТО в школьную программу, именно дошкольное образование ориентирует детей, родителей, воспитателей на подготовку старших дошкольников к сдаче комплекса норм ГТО в дошкольном возрасте. Интеграция ВФСК ГТО в систему дошкольного образования связана с выделением в комплексе нормативных испытаний (тестов) ГТО 1 ступени (*возрастная группа от 6 до 8 лет).* Прохождение детьми 7-го года жизни тестирования в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» осуществляется при наличии официальных **заявки** и **согласия** родителей (законных представителей) (образцы см. сайт http://www.gto.ru.)

В старшем дошкольном возрасте работа по физическому воспитанию в целом направлена на содействие гармоничному физическому развитию детей, развитие физических качеств, дальнейшее накапливание и обогащение двигательного опыта, формирование уже осознаваемой потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании. Развиваются такие физические качества как общая выносливость, быстрота, сила, координация, гибкость.

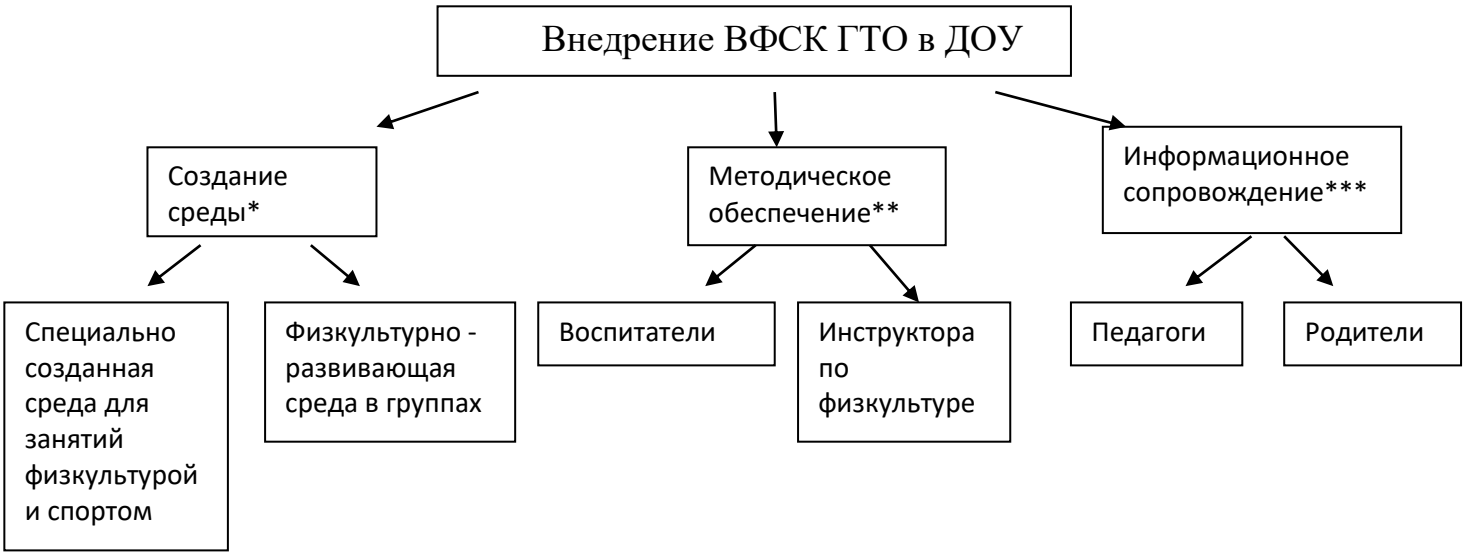
Цель данной работы - повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья детей; обеспечение совершенствования двигательных навыков и показателей физического развития в подготовке к сдаче норм ГТО.

Задачи:

1. Развивать умения осознанного выполнения всех видов упражнений (основных движений, общеразвивающих упражнений) направленных на сдачу норм ГТО.
2. Развивать умения осуществлять самоконтроль при выполнении подводящих упражнений.
3. Воспитывать ценностное отношение к своему здоровью.

Задачи по внедрению комплекса ГТО в ДОУ решаются как в организованных видах деятельности: основная образовательная деятельность, досуги и праздники, так и в свободной самостоятельной двигательной деятельности в условиях предметно- пространственной среды, в специально организованных физкультурных уголках, залах, на спортивных и групповых площадках. Успешность выполнения каждым дошкольником

нормативов, которые определены Положением о ВФСК «ГТО», во многом зависят от создания условий для физического развития ребенка 6-7 лет; 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; от проведения информационно-разъяснительной работы среди педагогов и родителей.



* Создание среды

Специально созданная среда для занятий физкультурой включает в себя: спортивные залы, оснащенные современным спортивным оборудованием и безопасным резиновым покрытием, бассейн, футбольное поле, спортивные площадки со специальным покрытием для спортивных и подвижных игр, тренажерный комплекс.

Физкультурно-игровая среда в группах должна обеспечивать самостоятельную двигательную деятельность детей с учетом их интересов, пола, уровня двигательной активности, двигательного опыта, степени самостоятельности. Важно, чтобы пособий было достаточно, и они были разнообразны: прежде всего, разного размера мячи, обручи, массажные коврики, скакалки и т.д. Разнообразие предметов не только вызовет интерес к движениям, но и предупредит развитие однообразных двигательных стереотипов. Физкультурные пособия полезно менять в течение месяца, недели, тем самым побуждая детей к более сложным, новым двигательным действиям на основе уже сложившегося опыта.

******Методическое обеспечение.

Работа в рамках образовательной области "Физическое развитие" с введением комплекса нормативных испытаний ГТО 1 ступени требует от воспитателя и инструктора по ФИЗО особой компетентности. Позиция взрослого предполагает взаимодействие и сотрудничество с ребенком, которое ориентировано на формирование у них осознанного подхода к физическим упражнениям; использование специальных подводящих упражнений, создающих мышечное ощущение правильного выполнения элемента техники основного движения, спортивного упражнения; развития физических качеств с помощью подвижных игр.

Для организации целенаправленной работы к сдаче норм ГТО необходимо:

- **инструкторам по физкультуре** - включить в структуру занятий по физкультуре, спортивные соревнования, спартакиады виды испытаний, которые имеются в нормативно-правовой базе

комплекса ГТО 1 возрастной ступени (6-8 лет): подготовительные упражнения, на развитие наиболее важных двигательных способностей детей 6-7 лет, таких как: скорость одиночного движения, темп, быстрота выполнения целостных двигательных действий, гибкость, динамическая сила, скоростно-силовые способности, общая выносливость *(циклограмма упражнений общеразвивающей направленности и упражнений избирательно-направленного воздействия, включающих в работу определенные мышечные группы и системы организма, с использованием установленной техники выполнения испытаний, см. приложение № 1*). Инструктора по физической культуре должны знать и применять на занятиях требования к проведению испытаний (тестов) 1 ступени ВФСК ГТО *(см. приложение №2)*.

- **воспитателям** - использовать в своей работе подводящие упражнения и проведение подвижных игр в совместной образовательной и самостоятельной деятельности детей, в разных режимных моментах *(картотека подвижных игр, направленных на развитие физических качеств для подготовки детей к выполнению нормативов ГТО, см. приложение №3)*.

*** Информационное сопровождение

Работа с родителями: сайт ДОУ, буклеты, листовки, папки-передвижки, практикумы, спортивные праздники и развлечения, практикумы (ознакомление с техникой движений), "День открытых дверей" с целью ознакомления родителей с системой работы по физическому воспитанию в ДОУ, групповые родительские собрания, спортивные праздники с участием родителей, организация фотовитрин, стендов по физическому воспитанию в "Уголках для родителей", открытые занятия по физкультуре с подводящими упражнениями к сдаче норм ГТО *(приложение №4)*.

Работа с педагогами включает в себя консультации, семинары, мастер классы, круглые столы, просветительскую работу по подготовке и прохождению детьми 6-7 лет испытаний (тестов) 1 ступени ВФСК ГТО *(приложение №5)*.

Предполагаемый Результат:

Сформированная в ДОУ система физкультурно-оздоровительной работы по внедрению комплекса ВФСК ГТО позволит сформировать у старших дошкольников интерес к занятиям физкультурой и спортом, осознанное отношение к сохранению и укреплению своего здоровья, ведению здорового образа жизни и готовность к сдаче норм ГТО.

Планирование и содержание деятельности
1 - й ступени ВФСК ГТО **Возрастная группа 6—8 лет**

Учебный план

№ п/п	*Разделы занятий*	**Кол-во**
	1 раздел: Двигательные умения и навыки. ***Развитие двигательных способностей на занятиях по физкультуре***	
1	Челночный бег 3—10 м	
2	Смешанное передвижение на 1000 м	
3	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу	
4	Наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на полу	
5	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	
6	Метание теннисного мяча в цель	
2 раздел: Спортивные мероприятия		
1	«Осенняя спартакиада»	1
2	"Папа, мама, я спортивная семья"	1
3	"Зарница"	1
4	«Мы готовы к ГТО!»	1
	3 раздел: Подвижные игры	Ежедневно
	4 раздел: Игровые упражнения	Ежедневно

Приложение №2

Требования к проведению испытаний 1 ступени

	Испытание	Методика проведения испытаний	Возможные ошибки
Обязательные испытания			
Бег			
1	*Вариант 1* Челночный бег 3 × 10 м	Бег проводится на любой ровной площадке с твердым покрытием, на котором не скользит обувь. На расстоянии 10 м две линии – «Старт» и «Финиш». Участники принимают положение высокого старта. По команде «Марш!» бегут до линии «Финиш», касаются ее рукой, возвращаются к линии «Старт», касаются ее и преодолевают последний отрезок без касания линии «Финиш» рукой. Стартуют по 2 человека.	Фальстарт. – Во время бега помешал рядом бегущему. – Не пересек линию во время разворота любой частью тела.
	Вариант 2 Бег на 30м.	По дорожкам стадиона или на любой ровной площадке с твердым покрытием. Выполняется с высокого старта. Стартуют по 2–4 человека.	Фальстарт. – Не готов к старту через две минуты после вызова. – Во время бега помешал другому участнику.
Бег и ходьба			
2	Смешанное передвижение на 1000 м	По беговой дорожке стадиона или любой ровной местности. Для дошкольников лучше начинать с бега и по мере усталости переходить на ходьбу. Максимальное количество участников забега – 20 детей.	Фальстарт. – Не готов к старту. – Во время бега помешал другому участнику.
Подтягивание			
3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу или платформе	От пола или контактной платформы высотой 5 см. ИП: упор, лежа на полу или опершись руками на платформу, руки на ширине плеч, кисти вперед, локти разведены не более чем на 45 градусов, плечи, туловище и ноги составляют прямую линию. Стопы упираются в пол без опоры. Участник, сгибая руки, касается грудью пола или платформы, затем, разгибая руки, возвращается в ИП и фиксирует положение на 0,5 с.	– Коснулся пола коленями, бедрами, тазом. – Нарушил прямую линию. – Не зафиксировал ИП. – Поочередно разгибал руки. – Не прикоснулся грудью к полу. – Развел локти более чем на 45 градусов
Наклоны			
4	Наклон вперед из положения стоя	Стоя на тумбе или гимнастической скамье, ноги выпрямлены в коленях, ступни ног параллельно на ширине 10–15 см. Участник по команде выполняет два наклона, двигая ладони вдоль линейки. При третьем наклоне максимально наклоняется и касается линейки в течение двух секунд.	– Согнул ноги в коленях. – Удерживал результат пальцами одной руки. – Не удерживал результат в течение 2 с.
Испытания по выбору			
Прыжки			
	Прыжок в длину с места толчком двумя	В секторе для прыжков. Место отталкивания должно обеспечивать хорошее сцепление с обувью. ИП: ноги на	– Заступил за линию отталкивания или коснулся ее.

5	ногами	ширине плеч, ступни параллельно, носки ног перед линией отталкивания. Участник одновременно отталкивается двумя ногами и прыгает вперед. Махать руками можно. Дается три попытки. В зачет идет лучший результат.	– Оттолкнулся с подскока. – Оттолкнулся ногами поочередно.
Метание			
6	Метание теннисного мяча в цель	Мяч весом 57 г, закрепленный на стене гимнастический обруч диаметром 90 см. Нижний край обруча находится на высоте 2 м от пола. Участник бросает мяч в обруч с расстояния 6 м. Можно сделать пять попыток. Засчитывается количество попаданий в площадь, ограниченную обручем.	Заступил за линию метания

Приложение №3

Подвижные игры и подводящие упражнения для организации совместной деятельности с детьми, в разных режимных моментах по подготовке детей к сдаче норм ГТО

№	Испытания	Подвижные игры	Подводящие упражнения
1	Бег	"Мы веселые ребята" "Кто скорее добежит до флажка" "Стань первым" "Один - двое" "Ловишка, бери ленту" "Уголки" "Собери флажки" "Догони соперника" "Бег шеренгами" "Перемена мест" "Горелки" "Будь внимателен" "Физкульт-ура!" "Гуси-лебеди" "Ястреб и утки" "Перемени предмет"	* бег в колонне по одному и парами; * бег в разных направлениях с ловлей и увертыванием; * бег «змейкой», обегая поставленные в ряд предметы; * бег с ускорением и замедлением темпа; * бег со сменой ведущего; * бег с захлестыванием голени; * бег с высоким подниманием бедра; * бег с выносом прямых ног вперед; * бег с подскоками; * бег из разных стартовых положений.
2	Смешанное передвижение	"Найди себе пару" "Совушка" "Чья колонна скорее построится" "Поезд" "Салки со скакалкой" "Полоса препятствий" "Салки — не попади в болото" "Найди свое место" "Лошадки" "Караси и щука" "Скворечники"	* бег в сочетании с другими движениями (ведение мяча, со скакалкой, прыжками); * бег через препятствия высотой 10-15 см; * чередование ходьбы и бега на 3-4 отрезках пути по 100-150 м; * бег в среднем темпе по пересеченной местности на расстояние 200-300м; * медленный бег в течение 2-3 мин.
3	Сгибание и разгибание рук	"Подвижный ринг" "Вытолкни из круга" "Зайцы и моржи" "Кто сильнее?" "Перетягивание" "Тянуть редьку"	* сгибание и разгибание рук в упоре у стены; * тоже, но в упоре стоя у подоконника или стола; * сгибание и разгибание рук в упоре стоя на коленях; * сгибание и разгибание рук в упоре лежа на скамейке или стуле; * поочередное поднимание рук вперед-вверх из упора лежа на скамейке или на стуле; * одновременное поднимание ног из положения лежа на животе на скамейке или на стуле; * одновременное поднимание рук из положения лежа на животе на скамейке или на стуле; * одновременное поднимание рук и ног из положения лежа на животе на скамейке или на стуле;

			* поочередно переставлять руки вперед, а затем назад из упора лежа на полу; * поочередно переставлять руки вперед, а затем назад из упора присев в упор лежа и обратно; * сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (3-4 серии по 5-6 раз, повторяя упражнение с небольшими паузами между сериями);
4	Наклоны	"Передача мяча" "Передача мяча змейкой" "Палку за спину "Тоннель из обручей" "Эстафета с гимнастической палкой" "Арки" "Циркачи" "Мостики" "Путаница"	* потягивание * наклон вперед * наклоны в стороны * выкрут * "Лебедь" * "Бабочка" * "Лодочка" * потянись * "Самолет" * подними ногу
5	Метание	"Сбей кеглю" "Докати обруч до флажка" "Шарики и столбики" "Брось- догони" "Брось дальше" "Скользкая цель" "Сбей кеглю (булаву)" "Точный удар" "Передал, садись" "Выстрел в небо" "Горизонтальная мишень" "Играй, играй, мяч не теряй" "Мишень - корзина" "Волейбол с воздушными шарами" "Ловишки с мячом" "Мяч на ступеньках" "Попади в цель" "Мяч водящему" "Кати в цель" "Брось - догони" "Подвижная мишень"	* катание мяча, шарика в ворота (ширина 20 -30см) в ворота с расстояния 3 м.; * катание мяча, шарика с попаданием в предметы (расстояние 3 м); * катание мяча, шарика между палками, линиями, шнурами (длина дорожки 3-4м); * бросание мяча вверх и ловля двумя руками; * бросание теннисного мяча вверх и ловля одной рукой; * бросание мяча друг другу с хлопком, с поворотом, с отскоком от земли, в косом направлении; * бросание мяча друг другу в разных положениях: стоя лицом и спиной, стоя на коленях, сидя по-турецки, лежа; * бросание набивного мяча вперед снизу, от груди, через голову назад, из положения лежа на животе; * метание теннисного мяча вдаль на расстояние 6-12 м правой и левой рукой; * метание теннисного мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой с расстояния 4-5 м; * метание в вертикальную цель (высота 2м) правой и левой рукой, постепенно увеличивая расстояние; * метание теннисного мяча правой и левой рукой в цель из разных исходных положений: стоя на коленях, сидя, лежа; * метание мяча двумя руками в цель из разных исходных положений; * бросание и ловля мяча от стены с разными заданиями: с отскоком от земли, с поворотом

			кругом, по косому направлению, с перепрыгиванием через отскочивший мяч; * катание друг другу набивного мяча.
6	Прыжки	"Кто соберет больше лент" "Положи скорее камешки" "Попрыгунчики" "Ножная цель" "Салки в два круга" "Кто скорей по дорожке" "Ножная цель" "Не задень" "Прыгуны" "Лягушки в болоте" "Прыгни — присядь!" "Пингвины с мячом" "С кочки на кочку" "Лягушки и цапля" "Волк во рву" "Будь ловким" "Не оступись"	* Прыжок вверх на двух ногах на месте с поворотом кругом; * прыгать вверх, смещая ноги вправо, влево; * прыжок вверх из глубокого приседа; * прыгать вверх с разбега, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка на 25—30 см.; * прыжки с продвижением вперед на расстояние 5—6 м.; * прыжки с продвижением вперед по гимнастической скамейке; * прыжки боком с продвижением вперед, перепрыгивая через линию; * прыжки с продвижением вперед с зажатым между ног предметом; * прыгать попеременно на одной и другой ноге, продвигаясь вперед с активными взмахами рук, поднимая ногу коленом вперед; * во время ходьбы перепрыгивать через 6—8 предметов высотой 15—20 см (мячи, барьеры); * прыгать на одной ноге, продвигаясь вперед и толкая перед собой камешек, льдинку; * прыжки через линию или веревку на одной ноге вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением вперед; * прыжок с высоты 30—40 см. * прыжок с высоты 30—40 см за линию, начерченную перед скамейкой, в круги, выложенные из веревки, в плоские обручи— на расстоянии 15—20 см. * прыжок с высоты из положения стоя спиной вперед; * прыжок на предмет (высота до 40 см) с нескольких шагов толчком одной ноги; * то же, с разбега; * прыжки с короткой скакалкой: на двух ногах с промежуточными прыжками и без них, с ноги на ногу, на одной ноге; * прыжки через короткую скакалку в беге; * прыгать через скакалку, вращая ее назад; * прыгать через длинную скакалку, вбегая под нее с разбега; * прыгать из обруча в обруч. * прыгать через длинный обруч, вращая его как скакалку. * прыжок в длину с места.

Приложение №4

Темы мероприятий рекомендованные для просвещения родителей по организации работы ДОУ в рамках подготовки детей 6-7 лет к сдаче норм ГТО

№	Форма организации	Тема	Ответственные
1	Мастер - класс	"Делай как - я!" (*по нормативам ГТО)*	Инструктор по физкультуре
2	Консультация	"Испытания ГТО в детском саду - за и против"	Воспитатели
3	Фотовитрина	"Спорт в нашей семье"	Воспитатели
4	Спортивный праздник	"Папа, мама, я - спортивная семья"	Инструктор по физкультуре, воспитатели
5	Практикум	"Движение - это здоровье!" (*ознакомление с основными движениями, направленными на сдачу норм ГТО)*	Инструктор по физкультуре
6	День открытых дверей	"Физкульт-ура!" (*показ физкультурного занятия с элементами подводящих упражнений для прохождения испытаний ГТО)*	Инструктор по физкультуре
7	Анкетирование родителей	"ГТО для дошкольника"	Воспитатели
8	Листовки	"Готов сдать нормы ГТО?" "ГТО путь к здоровью и успеху!" "Выполни нормативы ГТО - стань примером для своего ребенка!"	Воспитатели

Приложение №5

Темы мероприятий рекомендуемые для работы с педагогами в рамках подготовки детей к сдаче норм ГТО

№	Форма организации	Тема	Ответственные
1	Буклет	"История ГТО"	Инструктор по физкультуре
2	Экспресс - консультация	"ГТО в ДОУ"	Инструктор по физкультуре
3	Семинар	"Планирование работы по внедрению подводящих упражнений для сдачи норм ГТО в режимные моменты"	Старший воспитатель
4	Мастер-класс	"Подводящие упражнения и их выполнение "	Инструктор по физкультуре

Литература:

1. Постановление Правительства Российской Федерации от 11 июня 2014 № 540 "Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе" Готов к труду и обороне "(ГТО)"/ Правительство Российской Федерации// Администратор образования. — 2014. — № 14.
2. Приказ Министерства спорта России от 08 июля 2014 № 575 "Об утверждении государственных требований к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса" Готов к труду и обороне "(ГТО)". // Официальный сайт "ГТО - система физкультурно-спортивного воспитания": http://www.gto.ru/document/(12.02.2018).
3. Указ Президента Российской Федерации от 24 марта 2014 г. № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе" Готов к труду и обороне "(ГТО)" / Президент Российской Федерации // Сборник официальных документов и материалов. — 2014. — № 3.
4. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования: Приказ Министерства образования и науки РФ № 1155 от 17.10.2013
5. Какие нормы ГТО сдают дети в шесть лет и как подготовить детей.
Ольга Алексеева // Медицинское обслуживание и организация питания в ДОУ №5 2019
6. Система подготовки дошкольников к выполнению нормативов ГТО Селиванова Е.И. // Инструктор по физической культуре №4 2019, с.18
7. Комплексная образовательная программа дошкольного образования "ДЕТСТВО" / Т.И.Бабаева, А.Г.Гогоберидзе, О.В. Солнцева и др. - СПб.: ООО "ИДАТЕЛЬСТВО "ДЕТСТВО-ПРЕСС", 2016.-352с.
8.Проектирование образовательной деятельности в годовом плане ДОУ Люкина Н.Н. // Методист ДОУ выпуск №20 2017. с. 94

Данный методический материал предназначен для инструкторов по физическому воспитанию, воспитателей работающих с детьми 6 - 7 лет, рассчитан на 1 год прохождения курса в режиме физкультурных занятий (*основные движения, общеразвивающие и игровые упражнения, а так же игры разной подвижности*), совместной деятельности воспитателя с детьми и самостоятельной двигательной активности детей в разных режимных моментах *(на прогулке, во 2-й половине дня).*