Утверждаю

директор МБУ ДО

Обливской ДЮСШ

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С. А. Вострикова

29.05.2020 г.



ПРОЕКТ

«ПРОВЕДЕМ ЛЕТО С ГТО!»

**Разработчики проекта:**

Вострикова С. А .- директор МБУ ДО Обливской ДЮСШ

Соловьева О. А. – заместитель директора по учебно-спортивной работе

Лагутин Н.В.- методист

Афонина Л.Н. – тренер- преподаватель

Николаев С.С. - тренер- преподаватель

Ропаев Г.В.- тренер- преподаватель

****

**Актуальность проекта:**

В 2013 году Президент Российской Федерации Владимир Путин подписал [указ о возвращении](http://ria.ru/sport/20140324/1000855078.html) системы «[Готов к труду и обороне](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%93%D0%BE%D1%82%D0%BE%D0%B2_%D0%BA_%D1%82%D1%80%D1%83%D0%B4%D1%83_%D0%B8_%D0%BE%D0%B1%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%BD%D0%B5)» (ГТО). В нашей стране Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» был возрожден для решения проблемы продвижения ценностей здорового образа жизни и укрепления здоровья детей. Комплекс ГТО направлен на физическое развитие и укрепления здоровья подрастающего поколения, является основой системы физического воспитания и призван способствовать развитию массового физкультурного движения в стране.

**Аннотация проекта.**

Проект предусматривает подготовку и мотивацию детей и взрослых к сдаче норм ГТО, формирование потребности в здоровом образе жизни и воспитание разносторонне развитой гармоничной творческой личности.

**Проблема:**

Недостаточная осведомленность детей и родителей о комплексе ГТО. Низкая спортивная активность, малоподвижный образ жизни детей и их семей, отсутствие понимания культуры спорта. Негативная статистика по образу жизни в семье (сниженная активность, несбалансированное питание, несоблюдение режима дня, растущие факторы риска, отсутствие полезных привычек).

**Цель проекта:**

Продолжить работу по физическому воспитанию детей и взрослых, учитывая условия распространения на территории Обливского района новой коронавирусной инфекции. Создать условия для успешной подготовки детей и взрослых к сдаче норм ГТО.

**Задачи проекта:**

1. Познакомить участников проекта с программой ГТО и условиями их проведения;
2. Расширить и закрепить знания детей и родителей о здоровом образе жизни;
3. Ознакомиться с рекомендациями педагога-психолога по подготовке и сдаче комплекса ГТО;
4. Разработать комплекс упражнений для эффективной и комплексной сдачи норм ГТО в домашних условиях;
5. Совершенствовать физические способности в совместной двигательной деятельности участников проекта разной возрастной категории, через мастер- классы тренеров- преподавателей МБУ ДО Обливской ДЮСШ;
6. Содействовать развитию интереса к занятиям физической культурой и спортом;
7. Повысить уровень знаний о комплексе, через онлайн- викторину «Что такое ГТО?»;
8. Формировать творческие способности участников проекта через конкурсы рисунков на тему «Эмблема ГТО» конкурс фотографий «Мама, папа, я-спортивная семья»;
9. Повысить профессиональное мастерство педагогов МБУ ДО Обливской ДЮСШ через участие в проекте;
10. Создать единое воспитательно-образовательное пространство на основе доверительных партнерских отношений сотрудников МБУ ДО Обливской ДЮСШ со всеми участниками проекта «Проведем лето с ГТО».

**Новизна проекта**

Создание условий по подготовке к проведению испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО посредством тренировок в домашних условиях.

**Практическая значимость**

Реализация данного проекта не только повысит профессиональную компетенцию педагогов, но и повысит осведомленность родителей важности физического воспитания и приобщения детей и взрослых к ЗОЖ.

Физические нагрузки позволят развить у участников проекта выносливость, смелость, физические качества, выявить психологическую предрасположенность к различным видам спорта, оказать поддержку детям, отстающим в физическом развитии от сверстников. Все вышеперечисленное должно помочь в организации летнего досуга.

**Инновационная направленность**

Организация досуга в летний период, в условиях распространения на территории Обливского района новой коронавирусной инфекции (2019-nCoV) посредством сети Интернет.

**Ожидаемые результаты:**

- пополнение знаний о комплексе ГТО.

- повышение мотивации и интереса к занятиям физической культурой и спортом;

- положительная результативность в сдаче норм «ГТО»;

- рост спортивных достижений;

- эмоциональное сближение детей и родителей;

- рост профессиональной компетенции педагогов;

- активное взаимодействие родителей и педагогов;

- сформированность у всех участников проекта осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, ведение здорового образа жизни;

- обогащение методической базы и развивающей среды в МБУ ДО Обливской ДЮСШ;

- приобретение опыта взаимодействия с социальными партнёрами.

**Направление проекта:** «Физическая культура».

**Вид проекта:**физкультурно –оздоровительный, познавательный, творческий.

**Сроки реализации проекта:** с 01.06.2020 г. по 31.08.2020 г.

**Участники проекта:**

- тренеры- преподаватели;

-методист;

-педагог- психолог;

-дети, родители (законные представители), все желающие.

**Этапы реализации проекта**

**Подготовительный этап (01.06.2020 г.-14.06.2020 г.):**

- Знакомство и изучение нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);

- Организация кадрового обеспечения;

- Формирование нормативно-правовой базы;

- Составление проекта;

-Определение целей и задач проекта;

- Создание условий по внедрению проекта;

- Подбор методической, научно-популярной литературы, иллюстративного материала по теме проекта;

- Информирование детей и их родителей (законных представителей);

- Прогнозирование результата, составление плана совместной деятельности с детьми, педагогами, родителями;

- Подбор материала для бесед, презентаций, видеоконсультаций;

**Основной этап (15.06.2020 г.-23.08.2020 г.):**

(реализация основных видов деятельности по направлениям проекта)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Виды деятельности** | **Мероприятие, тема** | **Сроки**  **реализации** |
| 1. Познавательная  деятельность  Методист Лагутин Н.В.  Педагог- психолог Джулай И.Ю. | 1. Видеообзор «Что такое ГТО?» с главным судьей муниципального Центра тестирования ВФСК «ГТО» Н.В. Лагутиным  <https://yadi.sk/i/TjWxF9MA-9JE6Q>  2.Знакомство с официальным сайтом и  таблицами нормативов ГТО  <https://www.gto.ru/>  3. Советы педагога – психолога Джулай И.Ю. [https://youtu.be/diAK0btuO\_o](https://ok.ru/dk?cmd=logExternal&st.name=externalLinkRedirect&st.link=https%3A%2F%2Fyoutu.be%2FdiAK0btuO_o&st.sig=JbY59dBLPbvYbZYR_C0Hiim9U_Vn4m9CGjVf6szbQf0) | С 15.06.2020 по 21.06.2020 г. |
| 2. Сбор и  систематизация  информации | Знакомство участников проекта с комплексом упражнений для участия в проекте, основанных на Всероссийском физкультурно- спортивном конкурсе #ЯГОТОВ [https://drive.google.com/file/d/1ZURovRH0jPHFb8WwpkszIH01rqe7oORf/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1ZURovRH0jPHFb8WwpkszIH01rqe7oORf/view?usp=sharing%20) | С 22.06.2020 по28.06.2020 |
| 3. Физкультурная  деятельность участников проекта «Проведем лето с ГТО» | 1.Мастер- класс от тренеров преподавателей  Николаева С.С. [https://youtu.be/Lxx9uJD-vMs](https://ok.ru/dk?cmd=logExternal&st.name=externalLinkRedirect&st.link=https%3A%2F%2Fyoutu.be%2FLxx9uJD-vMs&st.sig=JbY59dBLPbvYbZYR_C0Hiim9U_Vn4m9CGjVf6szbQf0)  Афониной Л.Н. [https://youtu.be/eDJ\_VViPouc](https://ok.ru/dk?cmd=logExternal&st.name=externalLinkRedirect&st.link=https%3A%2F%2Fyoutu.be%2FeDJ_VViPouc&st.sig=JbY59dBLPbvYbZYR_C0Hiim9U_Vn4m9CGjVf6szbQf0)  Ропаева Г.В. [https://youtu.be/i89gINzr9fM](https://ok.ru/dk?cmd=logExternal&st.name=externalLinkRedirect&st.link=https%3A%2F%2Fyoutu.be%2Fi89gINzr9fM&st.sig=JbY59dBLPbvYbZYR_C0Hiim9U_Vn4m9CGjVf6szbQf0)  2. Подготовка к сдаче комплекса упражнений.  Видеоматериалы в помощь для подготовки:  -наклон вперед на гимнастической скамье [https://www.youtube.com/watch?time\_continue=3&v=d2yZH4R2e7Q&feature=emb\_title](https://www.youtube.com/watch?time_continue=3&v=d2yZH4R2e7Q&feature=emb_title%20)  - норматив «сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу»  <https://www.youtube.com/watch?time_continue=2&v=T3AoJZZEngA&feature=emb_logo>  - планка [https://vk.com/video-76633380\_456239341](https://vk.com/video-76633380_456239341%20)  - [https://vk.com/video-76633380\_456239385](https://vk.com/video-76633380_456239385%20)  3.Сбор видеоматериалов участников проекта с помощью электронной почты МБУ ДО Обливской ДЮСШ [*mou\_dod\_ducsh@mail.ru*](mailto:mou_dod_ducsh@mail.ru) *.*  Присланные материалы должны содержать следующую информацию:  - Ф.И.О. участника;  - возраст;  - адрес;  - эл.почта;  - контактный номер телефона. | С 29.06.2020 по 26.07.2020 |
| 4. Интеллектуальная деятельность | Участие в викторине «Что такое ГТО?»  <https://docs.google.com/forms/d/19g4I0RspzlnD6f9bOly5L74FXx6zq1ZXl41oQFhcags/edit?chromeless=1> | 27.07.2020 по02.08.2020 |
| 5.Творческая деятельность | 1.Конкурс рисунков на тему «Эмблема ГТО», выставка творческих работ на сайте МБУ ДО Обливской ДЮСШ.  2. Конкурс фотографий «Мама, папа, я-спортивная семья».  Конкурсные работы пересылаются в электронном виде на электронную почту МБУ ДО Обливской ДЮСШ [*mou\_dod\_ducsh@mail.ru*](mailto:mou_dod_ducsh@mail.ru) *.*  Присланные материалы должны содержать следующую информацию:  - Ф.И.О. участника;  - возраст;  - адрес;  - эл.почта;  - контактный номер телефона. | С 03.08.2020 по 23.08.2020 |

**Заключительный этап (24.08.2020 г. -31.08.2020 г.):**

(обобщение результатов работы)

Подведение итогов участия, создание презентации по проведённым мероприятиям в рамках проекта.

**Итог проекта**

Достижение поставленных целей и задач, создание презентации проекта «Проведем лето с ГТО», награждение.



**Ожидаемые результаты**

**Для детей:**

- Повышение уровня физического развития и укрепления здоровья детей;

- Повышение интереса детей, их родителей и к физическим упражнениям, спорту и здоровому образу жизни;

- Вовлечение детей в систематические занятия спортом, выявление их склонности и пригодности для дальнейших занятий спортом, воспитание устойчивого интереса к ним;

- Сформировать у детей представления о комплексе ГТО, как о мероприятиях, направленных на укрепление здоровья с помощью систематической физической подготовки;

- Развитие творческих способностей;

- Воспитанная у детей целеустремленность, организованность, инициативность, трудолюбие.

**Для педагогов:**

- Подготовка к выполнению норм ГТО всеми желающими участниками проекта;

- Привлечение родительской общественности и социума для реализации физкультурно-спортивного направления дополнительного образования;

- Создание единого воспитательно–образовательного пространства на основе доверительных партнерских отношений сотрудников МБУ ДО Обливской ДЮСШ с родителями;

-Методическое обеспечение;

-Участие социума в спортивной жизни МБУ ДО Обливской ДЮСШ.

**Для родителей:**

- Информированность о комплексе ГТО;

- Проявление интереса к занятиям физкультурой и спортом совместно с детьми;

- Активное участие родителей в спортивных мероприятиях;

- Сформированность осознанного отношения к своему собственному здоровью;

- Пополнение знаний о комплексе ГТО.

- Приобщение к спорту и физической культуре через семью.

**Особые условия:**

Представленные материалы от участников проекта (фото, видео, рисунки и т.п.) могут быть размещены в сети Интернет (официальный сайт ОУ, группы в соцсетях).

По завершению все участники проекта «Проведем лето с ГТО» будут награждены благодарственными письмами, которые будут направлены на электронные адреса. Допускается участие в одном или нескольких мероприятий основного этапа проекта «Проведем лето с ГТО».

Организаторы проекта оставляют за собой возможность награждения призами и грамотами по следующим номинациям:

- самый маленький участник проекта;

- самый взрослый участник проекта;

- самое лучшее выполнение комплекса упражнений (видео);

- самый активный участник проекта (номинация подразумевает участие во всех мероприятиях основного этапа проекта «Проведем лето с ГТО»;

- лучший знаток ГТО (по результатам викторины «Что такое ГТО?»);

- лучший рисунок эмблемы ГТО;

- лучшая семейная фотография «Мама, папа, я – спортивная семья!».