

Харчева Ольга Васильевна

заведующая детским садом

Нечаева Инга Юрьевна

заместитель заведующего по ВМР

Чичаева Дарья Ивановна

заместитель заведующего по ВМР

АНО ДО «Планета детства «Лада» –

Д/С №201 «Волшебница»

г. Тольятти, Самарская область

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ДОШКОЛЬНИКОВ ПОСРЕДСТВОМ ПОДГОТОВКИ К СДАЧЕ НОРМАТИВОВ ВФСК ГТО

Аннотация: в данной статье рассматриваются вопросы формирования здорового образа жизни посредством подготовки к сдаче нормативов ВФСК ГТО в условиях дошкольной организации.

Ключевые слова: Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне!», здоровый образ жизни, спортивная инфраструктура.

На чемпионатах побеждают, конечно, единицы. Но прочный фундамент их успехов – это массовый спорт. Вовлечение в спортивную жизнь наших граждан с самого раннего детства – это одна из ключевых задач, которая стоит перед нами.

В.В. Путин

Физическая культура по-прежнему проигрывает в конкуренции за досуг детей и подростков, уступая место различным «девайсам», «гаджетам» и «сидячему образу жизни». Из-за современного образа жизни не только у детей, но и у большинства взрослых слабый мотивационный аспект двигательной активности и низкий уровень представлений о здоровом образе жизни и спорте.

Из-за этого сегодня наблюдаются крайне тревожные тенденции. Как отмечают специалисты, физическое воспитание российских детей значительно хуже, чем было несколько десятилетий тому назад. В 14 лет 2/3 российских детей уже имеют хронические заболевания, у половины школьников отмечаются отклонения в развитии опорно-двигательного аппарата, у 30% нарушение сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Очевидно, что причин такой ситуации много. Это и социальные проблемы, и состояние здравоохранения, и положение дел в семьях. Поэтому необходимо пересмотреть подходы к физическому воспитанию. Выстроить их как комплексную, эффективную и современную систему.

Очень своевременно в целях дальнейшего совершенствования государственной политики в области физической культуры и спорта, создания эффективной системы физического воспитания, направленной на развитие человеческого потенциала и укрепление здоровья населения, издан Указ Президента РФ В.В. Путина от 24 марта 2014 г. №172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)».

Вполне уместно вспомнить позитивный опыт прошлых десятилетий, когда в нашей стране действовал комплекс «Готов к труду и обороне!». Его нормативы сдавали люди самых разных возрастов. Это был реальный работающий механизм, который обеспечивал единую общедоступную систему объективной оценки физического развития, задавал так называемый стандарт физического воспитания и физической подготовки, что чрезвычайно важно. Возрождение этой системы в новом формате с современными нормативами, которые будут соответствовать уровню физического развития каждой возрастной категории, может принести большую пользу.

И первая ступень Физкультурно-спортивного комплекса приходится на возраст подготовительной группы дошкольников. 6–7 лет – это возраст, когда закладываются основы физического совершенства при одновременном становлении основных движений, развития важных функций и систем растущего организма, а также отношение к своему здоровью и привязанность к спорту.

Что самое главное, закладываются гораздо более важные вещи – образ поведения, который, в конечном счете, определяет качество жизни и жизненный успех каждого человека.

В рамках реализации образовательной области «Физическое развитие» с учетом приоритетов государственной политики в сфере развития физической культуры и спорта перед коллективом нашего детского сада поставлена цель: формирование здорового образа жизни у всех участников образовательного процесса посредством подготовки к сдаче нормативов ВФСК ГТО.

Задачи:

- формировать привычку здорового образа жизни как нормы для членов современного общества;
- развивать физические качества дошкольников в процессе подготовки к сдаче нормативов ГТО;
- привлекать всех участников образовательного процесса к регулярным занятиям физической культурой и спортом;
- разработать методические рекомендации по внедрению нормативов ВФСК ГТО в условиях дошкольной организации;
- расширить спортивную инфраструктуру детского сада.

В нашем детском саду проводится целый ряд спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятий, которые помогают найти таланты, формировать резерв для спортивных соревнований различного уровня.

Это традиционные мероприятия детского сада, такие как «Чемпионат «Волшебницы» по футболу, легкоатлетический кросс «Вазовская версточка», конкурс физкультминуток «Серпантин», посвященный Всемирному Дню Здоровья (7 апреля), «Летние семейные старты», дружеские футбольные матчи среди детских садов квартала.

Дети участвуют в городских ежегодных соревнованиях «Солнечный ориентир», «Семейные старты», «Веселые старты», «Юный гимнаст».

В 2018 году стартовали Малые зимние олимпийские игры среди детских садов города Тольятти, в которых воспитанники детского сада стали абсолютными

победителями. В перспективе – участие в Городских Малых летних Олимпийских играх.

Для формирования положительного имиджа и создания условий для позитивного изменения детского сада, популяризации занятий физической культурой и спортом среди населения детский сад активно взаимодействует с социальными партнерами по вопросам физического развития и оздоровления детей. Это спортивные организации города: Управление физкультурой и спортом, МБУДО КСДЮСШОР «Олимп», спортивные клубы города «Гэлакси», «Импульс», футбольная академия им. Юрия Коноплева.

Созданная спортивная инфраструктура на территории детского сада позволяет максимально охватить занятиями спором воспитанников не только в процессе организованных видов деятельности, но и в самостоятельной двигательной деятельности.

Спортивная инфраструктура детского сада представлена спортивным и игровым кластерами:

1) *спортивный кластер:*

– на территории детского сада (современно оборудованные спортивные площадки, функциональные зоны для двигательной активности, занятий физкультурой и спортом);

– в помещении детского сада (залы: физкультурный, тренажерный, ЛФК, бассейн, функциональные зоны для двигательной активности, занятий физкультурой и спортом, двигательные центры в группах, мини-стадионы в спальнях);

2) *игровой кластер:*

– на территории детского сада (двигательно-игровые зоны на групповых участках, функциональные зоны для подвижных игр);

– в помещении детского сада (функциональные зоны для подвижных игр).

В перспективе – оборудование площадок для подготовки к сдаче нормативов ВФСК ГТО.

Созданные в детском саду условия способствуют вовлечению воспитанников детского сада, их семей в систематические занятия физической культурой и

спортом; повышению качества организации физкультурно-оздоровительной работы в детском саду.

Список литературы

1. Указ Президента РФ от 24 марта 2014 г. №172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)».
2. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://вопрос-путину.рф/>