

**Раздел№1.Комплексосновныххарактеристикдополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:**

* 1. **Пояснительная записка**

**Нормативно-правовая база:**

* Федеральный закон РФ от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с последующими изменениями и дополнениями);
* Национальная доктрина образования в Российской Федерации (на период на 2025 года);
* Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
* Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020г. №533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
* Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), разработанные Министерством образования и науки РФ (письмо от 18.11.2015 г. №09-3242);
* Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден приказом Министерством просвещения РФ от 27.07.2022 г. № 629);
* Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении Санитарных правил СП 2.4. 3648 - 20 «Санитарно - эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
* Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 22.09.2021 г.№652-н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
* Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 №996-р;
* Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 №474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
* Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка», утвержденный протоколом заседания проектного комитета по национальному проекту«Образование» от 07.12.2018 г. №3;
* Указ Президента Российской Федерации от 29.05.2017 г. № 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства»;
* Распоряжение Правительства Российской Федерации от 23.01.2021 г. № 122-р «Об утверждении плана основных мероприятий, проводимых в рамках десятилетия детства, на период до 2027 года»;
* Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. №678-р).
* Устав МБДОУ «Детский сад №14 «Теремок».

Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «ГТО. Первая ступень»(далее - Программа):физкультурно-спортивная.

Актуальность Программы состоит в том, что сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения является важной задачей Правительства РФ. 24 марта 2014 года был подписан Указ Президента РФ «О Всероссийском Физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО). Разработано положение «О Всероссийском Физкультурно-спортивном комплексе «ГТО», утвержденное постановлением правительства РФ №540 от 11.06.2014.

Формирование желания заниматься физкультурой и спортом, вести здоровый образ жизни, осознанное отношение к своему здоровью – важнейшие задачи дошкольного образовательного учреждения. Именно дошкольный возраст является наиболее благоприятным периодом для формирования всех перечисленных выше качеств. Социальной проблемой на сегодня является низкая осведомленность родителей о важности физического воспитания. Низкая спортивная активность, малоподвижный образ жизни детей и их семей, отсутствие понимания культуры спорта, несбалансированное питание, несоблюдение режима дня, отсутствие полезных привычек ведут к высокой степени заболеваемости среди детей дошкольного возраста. На сегодняшний момент наша задача заключается в том, чтобы привить интерес у дошкольников к комплексу ГТО, к занятиям спортом, к сохранению здоровья в целом.

Отличительная особенность Программы в том, что работа с детьми направлена на формирование потребности в движении, желании сдавать нормы ГТО, быть участником всероссийского движения.

**Адресатом программы** являются дети 6-7 лет (старший дошкольный возраст).\

**Объём программы:** общее количество учебных часов на весь период обучения:8 месяц-28 недель, запланировано 28 учебных часа, необходимых для освоения данной Программы.

**Форма обучения** – очная.

**Срок освоения программы–**8 месяцев (28 недель) с октября по май.

**Режимзанятий,периодичностьипродолжительностьзанятий:**

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 учебному часу. Общее количество часов в год для одной группы – 28 ч.

Продолжительность учебного часа составляет до 30 минут в зависимости от возраста и физиологических особенностей детей.

**Организация образовательного процесса** построена в соответствии с учебным планом, сформированных в учебные группы из детей 6-7 лет. .При формировании учебных групп не проводится никаких вступительных экзаменов, контрольных процедур; принимаются все желающие дети, не имеющие ограничений по здоровью, в соответствии с требованиями программы. В группе предусмотрено количество детей от 10 до 20. В процессе реализации программы используются различные формы проведения занятий: традиционное занятие, тренировочное занятие.

**1**.**2. Цель и задачи дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «ГТО. Первая ступень».**

**Цель**: всестороннее и гармоничное развитие личности ребенка посредством комплексов упражнений ГТО.

**Задачи программы:**

*Предметные:*

1. Развивать двигательные способности детей и физические качества ((быстрота, сила, выносливость, гибкость, подвижность в суставах, ловкость).
2. Формировать у детей умения и навыки правильного выполнения движений.
3. Познакомить детей с программой ГТО и традицией их проведения.
4. Формировать умение работать в коллективе, понимание, что общий результат зависит от усилия всех членов группы.

*Личностные.*

1. Проявлять сформированность физических качеств через выполнения норм ГТО.

*Метапредметные.*

1. Содействовать развитию интереса к занятиям физической культурой и спортом.
2. Воспитывать уважение к спортсменам.
3. Воспитывать целеустремленность, стремление к совершенствованию и достижению высоких результатов.
4. Формировать адекватную самооценку.

**1.3. Содержание дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «ГТО. Первая ступень».**

Учебный план образовательного модуля *«ГТО. Первая ступень».*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название разделов, тем** | **Часы** | **Форма****аттестации/****контроля** |
| **Всего** | **Теория** | **Практика** |
| 1 | Вводное занятие. | 1 | 0,5 | 0,5 | Беседа |
| 2 | ГТО. | 26 | 5 | 21 | Наблюдение |
| 3 | Итоговое занятие (выполнение норм ГТО) | 1 | 0 | 1 |  |
| Итого за год | 28 | 5,5 | 22,5 |  |

Содержание учебного плана образовательного модуля *«Азбука движений»*

**Тема 1. Водное занятие (1 ч.)**

*Теория*: знакомство с историей ГТО, рассматривание значков ГТО, грамот и кубков, заработанных МБДОУ за прошлые года, рассматривание презентации о сдаче норм ГТО.

*Практика*: выполнение некоторых упражнений из норм ГТО (прыжки с места, челночный бег)

**Тема 2.ГТО (26 ч.)**

*Теория*. Знакомство с техникой выполнения упражнений.

*Практика*. Выполнение упражнений

**Тема 3. Итоговое занятие. Выполнение норм ГТО (1ч.)**

**Практика**. Выполнение норм ГТО на базе МБУ ФОК.

**1.4. Планируемые результаты.**

По окончании освоения содержания программы ожидаются следующие результаты.

***Предметные:***

*Дети будут знать:*

* требования безопасности труда и пожарной безопасности*;*
* технику выполнения упражнений;
* основные понятия, средства, типы упражнений ГТО;
* Требования к одежде и обуви
* Историю движения ГТО.

*Дети будут уметь:*

* соблюдать требования безопасности труда и пожарной безопасности;
* выполнять технически правильно упражнения
* работать в команде

***Личностные:***

* сформировано умение проявлять физические способности (качества) при выполнении упражнений ГТО.

***Метапредметные:***

В результате освоения программы, обучающиеся *будут способны:*

* уметь добиваться поставленных целей;
* уметь поддерживать товарищей по команде.

**№2.Комплекс организационно-педагогический условий.**

# **2.1.** **Календарныйучебныйграфик.**

**(октябрь – май)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | месяц | Дата  | Форма занятия  | Тема занятия  | Количество часов | Место проведения | Форма контроля  |
| теория | практика |
| 1 | Октябрь  | 04.10.2023 | Очная  | Вводное занятие  | 0,5 | 0,5 | Физкультурный зал | беседа |
| 2 | 11.10.2023 | Очная | Метание теннисного мяча в цель (57 гр.) дистанция 6 м | 0,5 | 0,5 | Физкультурный зал | Наблюдение  |
| 3 | 18.10.2023 | Очная | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке (от уровня скамьи – см) | 0,5 | 0,5 | Физкультурный зал | Наблюдение  |
| 4 | 25.10.2023 | Очная | Прыжки в длину с места толчком двумя ногами | 0,5 | 0,5 | Физкультурный зал | Наблюдение  |
| 5 | Ноябрь  | 08.11.2023 | Очная | Поднимание туловища из положения лежа на спине | 0,5 | 0,5 | Физкультурный зал | Наблюдение  |
| 6 | 15.11.2023 | Очная | Метание теннисного мяча в цель (57 гр.) дистанция 6 м | 0,5 | 0,5 | Физкультурный зал | Наблюдение  |
| 7 | 22.11.2023 | Очная | Метание набивного мяча (1 кг) | 0,5 | 0,5 | Физкультурный зал | Наблюдение  |
| 8 | 29.11.2023 | Очная | Челночный бег 30 м (с) | 0,5 | 0,5 | Физкультурный зал | Наблюдение  |
| 9 | Декабрь  | 06.12.2023 | Очная | Метание теннисного мяча в цель (57 гр.) дистанция 6 мМетание набивного мяча (1 кг) | 0 | 1 | Физкультурный зал | Наблюдение  |
| 10 | 13.12.2023 | Очная | Прыжки в длину с места толчком двумя ногами | 0,5 | 0,5 | Физкультурный зал | Наблюдение  |
| 11 | 20.12.2023 | Очная |  Челночный бег 30 м (с) | 0 | 1 | Физкультурный зал | Наблюдение  |
| 12 | Январь  | 17.01.2024 | Очная | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке (от уровня скамьи – см)Метание теннисного мяча в цель (57 гр.) дистанция 6 м | 0 | 1 | Физкультурный зал | Наблюдение  |
| 13 | 24.01.2024 | Очная | Прыжки в длину с места толчком двумя ногамиПоднимание туловища из положения лежа на спине | 0 | 1 | Физкультурный зал | Наблюдение  |
| 14 | 31.01.2024 | Очная | Метание теннисного мяча в цель (57 гр.) дистанция 6 мЧелночный бег 30 м (с) | 0,5 | 0,5 | Физкультурный зал | Наблюдение  |
| 15 | Февраль  | 07.02.2023 | Очная | Прыжки в длину с места толчком двумя ногамиНаклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке (от уровня скамьи – см) | 0 | 1 | Физкультурный зал | Наблюдение  |
| 16 | 14.02.2024 | Очная | Метание набивного мяча (1 кг)Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке (от уровня скамьи – см) | 0 | 1 | Физкультурный зал | Наблюдение  |
| 17 | 21.02.2024 | Очная | Метание теннисного мяча в цель (57 гр.) дистанция 6 мПрыжки в длину с места толчком двумя ногами | 0 | 1 | Физкультурный зал | Наблюдение  |
| 18 | 28.02.2024 | Очная | Челночный бег 30 м (с)Бросок набивного мяча | 0 | 1 | Физкультурный зал | Наблюдение  |
| 19 | Март  | 06.03.2024 | Очная | Метание набивного мяча (1 кг)Поднимание туловища из положения лежа на спине | 0 | 1 | Физкультурный зал | Наблюдение  |
| 20 | 13.06.2024 | Очная | Метание теннисного мяча в цель (57 гр.) дистанция 6 мПрыжки в длину с места толчком двумя ногами | 0 | 1 | Физкультурный зал | Наблюдение  |
| 21 | 20.03.2024 | Очная | Прыжки в длину с места толчком двумя ногамиЧелночный бег 30 м (с) | 0 | 1 | Физкультурный зал | Наблюдение  |
| 22 | Апрель  | 03.04.2024 | Очная | Метание набивного мяча (1 кг)Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке (от уровня скамьи – см) | 0 | 1 | Физкультурный зал | Наблюдение  |
| 23 | 10.04.2024 | Очная | Прыжки в длину с места толчком двумя ногамиЧелночный бег 30 м (с) | 0 | 1 | Физкультурный зал | Наблюдение  |
| 24 | 17.04.2024 | Очная | Бег, 6 мин | 0,5 | 0,5 | Стадион | Наблюдение  |
| 25 |
| 24.04.2024 | Очная | Метание теннисного мяча в цель (57 гр.) дистанция 6 мНаклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке (от уровня скамьи – см) | 0 | 1 | Физкультурный зал | Наблюдение  |
| 26 | Май  | 15.05.2024 | Очная | Бег, 6 мин | 0 | 1 | Стадион  | Наблюдение  |
| 27 | 22.05.2024 | Очная | Выполнение всех упражнений  | 0 | 1 | Физкультурный зал | Наблюдение  |
| 28 | 23.05.2024 | очная  | Итоговое занятие. Выполнение норм ГТО. | 0 | 1 | МБУ ФОК | наблюдение  |

**2.2.Условия реализации программы.**

***Материально – техническое оснащение дополнительной общеобразовательной программы «ГТО. Первая ступень».***

Для реализации программы необходимы:

* физкультурный зал
* мячи теннисные
* коврики
* скамейка гимнастическая.
* Магнитофон.

На занятия дети придерживаются определенной формы:

* Футболки белого цвета
* Шорты черного цвета;
* Носки, кроссовки.

**2.3. Формы аттестации.**

Организация контроля и промежуточной аттестации обучающихся.

*Задачи контроля:*

* определение фактических знаний теоретического материала;
* применение полученных умений и навыков на практике;
* определение уровня развития таких качеств, как подвижность, гибкость, пластика и т.д.

Контроль знаний и умений, обучающихся проводится на итоговых занятиях, выступлениях.

*Виды контроля:* текущий, итоговый, первоначальный и самоконтроль.

*Формы контроля:*

* наблюдение;
* сдача норм ГТО

**Форма оценки результатов промежуточной аттестации:** высокий уровень, средний уровень, низкий уровень.

**2.4.Оценочные материалы.**

- диагностический педагогический мониторинг (приложение).

**2.5. Методические материалы.**

Программа реализуется посредством основных методов и форм работы:

- метод круговой тренировки

- соревновательный метод

- наглядные методы

- групповые и игровые формы работы

При планировании работы кружка необходимо учитывать:

- группу здоровья ребёнка, и группу ребёнка по физической нагрузке

- индивидуально психологические особенности ребенка;

- возрастные особенности.

Комплектование группы детей для занятий в физкультурно-оздоровительном

кружке «ГТО – первые шаги» допускаются дети, отнесенные к I и II и группам здоровья, и основной группе по физической нагрузке. Допуск осуществляется врачами-педиатрами.

Способ организации детей на занятии в физкультурно-оздоровительной группе зависит от поставленной цели и задач каждого занятия. На занятиях используются три основных способа организации детей: фронтальный, групповой, индивидуальный.

Программа состоит из теоретической и практической части. Теоретическая часть включает в себя объяснение педагогом необходимых теоретических понятий, беседы с воспитанниками на темы, предусмотренные программой, показ изучаемых элементов, подвижных игр, просмотр видеороликов. Практическая часть более чем на 90 % представлена практическими действиями – физическими упражнениями. Двигательный опыт воспитанников обогащается подвижными играми, гимнастическими упражнениями.

**2.6. Кадровое обеспечение программы.**

Программа реализуется педагогом, имеющим среднее профессиональное образование, без требований к квалификации, выполняющим качественно и в полном объёме возложенные на него должностные обязанности.

**2.7. Воспитательные компоненты**

Система воспитательной работы основывается на базовых принципах стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года. Воспитательная работа осуществляется в процессе формирования целостного коллектива с учётом индивидуальности каждого учащегося. Содержание программы предполагает участие детей в воспитательных мероприятиях, организуемых в учреждении.

План воспитательной работы.

*План воспитательной работы*.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Название мероприятия, события | Форма проведения | Сроки проведения |
| 1 | Правила безопасного поведения в лаборатории | Беседа | Сентябрь, |
| 2 | День дошкольного работника» | Концертная программа | Сентябрь |
| 3 | «День пожилого человека» | Концертная программа  | Октябрь |
| 4 | «На зарядку вместе с мамой» | Спортивные мероприятия | Ноябрь |
| 5 | Новогодний утренник | Праздничная программа | Декабрь |
| 6 | «Мы защитник Родины» | Спортивные соревнования  | Февраль |
| 7 | «Мамин праздник» | Концертная программа | Март |
| 8 |  «Поздравь поселок с Днем Победы» | Акция | Май |
| 9 |  «День семьи» | Флешмоб  | май  |

**2.8. Список литературы.**

Вавилова Е.Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость - М.

«Просвещение», 1981

Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам - М. «Владос», 2001 Методические рекомендации по организации проведения испытаний (тестов), входящих во Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО)», одобренные на заседании Координационной комиссии Министерства спорта Российской Федерации по введению и реализации.

Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» протоколом № 1 от 23.07.2014

Методические рекомендации по тестированию населения в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)»

Муравьёв В.А., Назарова Н.Н. Воспитание физических качеств детей дошкольного и школьного возраста - М. «Айрис пресс», 2004

Постановление Правительства Российской Федерации от 11 июня 2014 г. № 540

г. Москва «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно- спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)»

Распоряжение Правительства Российской Федерации от 30.06.2014 № 1165-р «О

внедрении Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду

и обороне» (ГТО)»

Серых Л.В. Готовим дошкольников к сдаче норм физкультурно-спортивного

комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)»: методические рекомендации/ Л.В.

Серых, С.А. Невмывака, Л.Я. Кокунько, М.Г. Шламова и др. - Белгород: Графит,

2016 - 105 с.

Утробина К.К. Занимательная физкультура для дошкольников - М. «Гном и Д»,

2003

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного

образования

Шебеко В.Н. Дошкольный возраст: психомоторная одарённость - «Дошкольное

воспитание» № 10, 2008

**2.2.Условия реализации программы.**

***Материально – техническое оснащение дополнительной общеобразовательной программы «ГТО. Первая ступень».***

Для реализации программы необходимы:

* физкультурный зал
* мячи теннисные
* коврики
* скамейка гимнастическая.
* Магнитофон.

На занятия дети придерживаются определенной формы:

* Футболки белого цвета
* Шорты черного цвета;
* Носки, кроссовки.

**2.3. Формы аттестации.**

Организация контроля и промежуточной аттестации обучающихся.

*Задачи контроля:*

* определение фактических знаний теоретического материала;
* применение полученных умений и навыков на практике;
* определение уровня развития таких качеств, как подвижность, гибкость, пластика и т.д.

Контроль знаний и умений, обучающихся проводится на итоговых занятиях, выступлениях.

*Виды контроля:* текущий, итоговый, первоначальный и самоконтроль.

*Формы контроля:*

* наблюдение;
* сдача норм ГТО

**Форма оценки результатов промежуточной аттестации:** высокий уровень, средний уровень, низкий уровень.

**2.4.Оценочные материалы.**

- диагностический педагогический мониторинг (приложение).

**2.5. Методические материалы.**

Программа реализуется посредством основных методов и форм работы:

- метод круговой тренировки

- соревновательный метод

- наглядные методы

- групповые и игровые формы работы

При планировании работы кружка необходимо учитывать:

- группу здоровья ребёнка, и группу ребёнка по физической нагрузке

- индивидуально психологические особенности ребенка;

- возрастные особенности.

Комплектование группы детей для занятий в физкультурно-оздоровительном

кружке «ГТО – первые шаги» допускаются дети, отнесенные к I и II и группам здоровья, и основной группе по физической нагрузке. Допуск осуществляется врачами-педиатрами.

Способ организации детей на занятии в физкультурно-оздоровительной группе зависит от поставленной цели и задач каждого занятия. На занятиях используются три основных способа организации детей: фронтальный, групповой, индивидуальный.

Программа состоит из теоретической и практической части. Теоретическая часть включает в себя объяснение педагогом необходимых теоретических понятий, беседы с воспитанниками на темы, предусмотренные программой, показ изучаемых элементов, подвижных игр, просмотр видеороликов. Практическая часть более чем на 90 % представлена практическими действиями – физическими упражнениями. Двигательный опыт воспитанников обогащается подвижными играми, гимнастическими упражнениями.

**2.6. Кадровое обеспечение программы.**

Программа реализуется педагогом, имеющим среднее профессиональное образование, без требований к квалификации, выполняющим качественно и в полном объёме возложенные на него должностные обязанности.

**2.7. Воспитательные компоненты**

Система воспитательной работы основывается на базовых принципах стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года. Воспитательная работа осуществляется в процессе формирования целостного коллектива с учётом индивидуальности каждого учащегося. Содержание программы предполагает участие детей в воспитательных мероприятиях, организуемых в учреждении.

План воспитательной работы.

*План воспитательной работы*.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Название мероприятия, события | Форма проведения | Сроки проведения |
| 1 | Правила безопасного поведения в лаборатории | Беседа | Сентябрь, |
| 2 | День дошкольного работника» | Концертная программа | Сентябрь |
| 3 | «День пожилого человека» | Концертная программа  | Октябрь |
| 4 | «На зарядку вместе с мамой» | Спортивные мероприятия | Ноябрь |
| 5 | Новогодний утренник | Праздничная программа | Декабрь |
| 6 | «Мы защитник Родины» | Спортивные соревнования  | Февраль |
| 7 | «Мамин праздник» | Концертная программа | Март |
| 8 |  «Поздравь поселок с Днем Победы» | Акция | Май |
| 9 |  «День семьи» | Флешмоб  | май  |

**2.8. Список литературы.**

Вавилова Е.Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость - М.

«Просвещение», 1981

Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам - М. «Владос», 2001 Методические рекомендации по организации проведения испытаний (тестов), входящих во Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО)», одобренные на заседании Координационной комиссии Министерства спорта Российской Федерации по введению и реализации.

Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» протоколом № 1 от 23.07.2014

Методические рекомендации по тестированию населения в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)»

Муравьёв В.А., Назарова Н.Н. Воспитание физических качеств детей дошкольного и школьного возраста - М. «Айрис пресс», 2004

Постановление Правительства Российской Федерации от 11 июня 2014 г. № 540

г. Москва «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно- спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)»

Распоряжение Правительства Российской Федерации от 30.06.2014 № 1165-р «О

внедрении Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду

и обороне» (ГТО)»

Серых Л.В. Готовим дошкольников к сдаче норм физкультурно-спортивного

комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)»: методические рекомендации/ Л.В.

Серых, С.А. Невмывака, Л.Я. Кокунько, М.Г. Шламова и др. - Белгород: Графит,

2016 - 105 с.

Утробина К.К. Занимательная физкультура для дошкольников - М. «Гном и Д»,

2003

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного

образования

Шебеко В.Н. Дошкольный возраст: психомоторная одарённость - «Дошкольное

воспитание» № 10, 2008

Приложение .

**Мониторинг педагогического процесса**

**для участия в сдаче норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».**

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
| **№** | **Ф.И. ребенка** |  |  |
| Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол. раз за 30 сек)М- 11/12/15Д- 10/11/14  | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье(от уровня скамьи –см)М-+1/+3/+7Д- +3/+5/+9 | Прыжок в длину с места толчком двумя ногамиМ-110/120/140Д- 105/115/135 | Челночный бег 3\*10**М-**10,3/10.0/9.2**Д** – 10,6/10,4/9,5 | Бег, 6 минМ-400-800мД – 300-700 м | Метание теннисного мяча в цель, дистанция6 м. (кол. попаданий)**М**-2/3/4**Д**– 1/2/3 | метание набивного мячам- 210см-305смд- 145см-250 см  |
| **1.** |  |  |  |  |  |  |  |  |