

Евтеева
Нелли
Ибрагимовна

Digitally signed by Евтеева Нелли Ибрагимовна
DN: C=RU, S=Ростовская область, L=Ростов-на-Дону,
T=Заведующий, O=МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ГОРОДА РОСТОВА-НА-ДОНУ «ДЕТСКИЙ САД №
301», СНИЛС=02937861891, ИНН=616300852360,
E=madou301@yandex.ru, G=Нелли Ибрагимовна,
SN=Евтеева, CN=Евтеева Нелли Ибрагимовна
Reason: I am the author of this document
Location: your signing location here
Date: 2024-09-04 10:50:47
Foxit Reader Version: 9.5.0



Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
города Ростова-на-Дону "Детский сад №301"

Проект

«Здоровый дошкольник»

ГТО 2024-2025г.

МАДОУ №301

Составила: Инструктор физ.воспитания
Алексеева С.Е.

2024-2025 г.

Месяц, число	Занятия	Целевая аудитория	Предполагаемый результат	Срок и место проведения	Организатор
СЕНТЯБРЬ					
1)Гр.№7 (подготовительная)	№1 Стр.19	Воспитатель Гр.№7	<u>Цель:</u> Развитие двигательных качеств, формирование у дошкольников здорового и безопасного образа жизни. <u>Задачи:</u> Учиться сохранять устойчивое равновесие. Упражняться в отталкивание двумя ногами от пола и мягком приземлении при подпрыгивании.	07.09.24г. Спортивный зал	Инструктор физ. воспитания Алексеева С.Е.
2)Гр.№9 (подготовительная)	№1 Стр.15	Воспитатель Гр.№9	<u>Цель:</u> Укрепление физического и психического здоровья, и умение использовать полученные знания в повседневной жизни. <u>Задачи:</u> Упражнять детей в беге враспынную, сохранить устойчивое равновесии в прыжках с продвижением в перед, перебрасываем мяч.	11.09.24г. Спортивный зал	Инструктор физ. воспитания Алексеева С.Е.
3)Гр.№2 (средняя)	№1 Стр.10	Воспитатель Гр.№2	<u>Цель:</u> Воспитание потребности к здоровому образу жизни, выработка привычки к соблюдению режима.	16.09.24г. Спортивный зал	Инструктор физ. воспитания

			<u>Задачи:</u> Развивать двигательную активность, развивать точность движения при переброске мяча. Воспитывать выносливость и глазомер. Стремление к сдаче норм ГТО.		Алексеева С.Е.
4)Гр.№6 (подготовительная)	№2 Стр.11	Воспитатель Гр.№6	<u>Цель:</u> Приобщать детей к здоровому образу жизни, и подготовка сдачи норм ГТО. <u>Задачи:</u> Формировать двигательные умения и навыки владения мячом, развивать силу, ловкость, меткость. Воспитывать желание побеждать.	26.09.24г. Спортивный зал	Инструктор физ. воспитания Алексеева С.Е.
ОКТАБРЬ					
5)Гр.№6 (подготовительная)	№3-4 Стр.12-13	Воспитатель Гр.№6	<u>Цель:</u> Позитивное отношение к спорту. Активная подготовка к сдаче норм ГТО. <u>Задачи:</u> Упражнять детей к бегу с ускорением (челночный бег). Развивать ловкость, глазомер и точность движения. Повторять прыжки на двух ногах с продвижением в перед.	03.10.24г. Спортивный зал	Инструктор физ. воспитания Алексеева С.Е.
5)Гр.№8 (старшая)	№5 Стр.14	Воспитатель Гр.№8	<u>Цель:</u> Быстрее, выше, сильнее! Подготовка к сдаче норм ГТО.	11.10.24г.	Инструктор физ.

			<u>Задачи:</u> Развивать координацию движения в прыжках, с доставанием до предмета, упражнение с мячом, укрепление силу рук. Воспитывать выносливость, ловкость, меткость и дисциплинированность.	Спортивный зал	воспитания Алексеева С.Е.
6)Гр.№7 (подготовительная)	№13 Стр.28-29	Воспитатель Гр.№7	<u>Цель:</u> Создавать благоприятную, эмоциональную атмосферу. Подготовка к сдаче норм ГТО. <u>Задачи:</u> Развивать двигательную активность, силу, быстроту и внимание. Ориентировать в пространстве. Развивать координацию движения. Воспитывать стремление заниматься спортом.	18.10.24г. Спортивный зал	Инструктор физ. воспитания Алексеева С.Е.
7)Гр.№1 (средняя)	№14 Стр.30	Воспитатель Гр.№1	<u>Цель:</u> Проявлять активность и самостоятельность в выполнение упражнения. Подготовка сдаче норм ГТО. <u>Задачи:</u> Закреплять навыки в подпрыгивании на двух ногах. Упражнение на равновесии. Воспитывать у детей волевые качества.	24.10.24г. Спортивный зал	Инструктор физ. воспитания Алексеева С.Е.

НОЯБРЬ

8)Гр.№3 (старшая)	№25-26 Стр.39-40	Воспитатель Гр.№3	<u>Цель:</u> Формировать у дошкольников стремление участвовать в ГТО. <u>Задачи:</u> Укреплять здоровье у детей, развивать координацию движения. Воспитывать патриотизм и гордость за свою страну.	08.11.24г. Спортивный зал	Инструктор физ. воспитания Алексеева С.Е.
9)Гр.№2 (средняя)	№24 Стр.38	Воспитатель Гр.№2	<u>Цель:</u> Создать благоприятную и эмоциональную атмосферу. <u>Задачи:</u> Упражняться в ходьбе на носках, в ходьбе друг за другом. Упражняться в прыжках на двух ногах. Упражняться в ползание по гимнастическому мату. Воспитывать дружелюбное отношение друг к другу.	13.11.24г. Спортивный зал	Инструктор физ. воспитания Алексеева С.Е.
10)Гр.№5 (средняя)	№25 Стр.30-32	Воспитатель Гр.№5	<u>Цель:</u> Развивать у детей стремление заниматься спортом. Подготовка сдаче норм ГТО. <u>Задачи:</u> Повторить бег и ходьбу между предметами. Развивать координацию движения в прыжках в длину. Развивать ловкость в	19.11.24г. Спортивный зал	Инструктор физ. воспитания Алексеева С.Е.

			бросках мяча в вверх. Воспитывать желание побеждать.		
11)Гр.№9 (подготовительная)	№25 Стр.39-41	Воспитатель Гр.№9	<u>Цель:</u> Формировать у старшего дошкольного возраста, стремление участвовать в сдаче норм ГТО. <u>Задачи:</u> Бег и ходьба враспынную с остановкой по сигналу. Развивать ловкость и быстроту в беге. Разучить игровые упражнения с мячом. Формировать у дошкольников волевые качества.	27.11.24г. Спортивный зал	Инструктор физ. воспитания Алексеева С.Е.
ДЕКАБРЬ					
12)Гр.№4 (2-я младшая)	№2-3 Стр.49-50	Воспитатель Гр.№4	<u>Цель:</u> Приобщать дошкольников к здоровому образу жизни. Подготовка к сдаче норм ГТО. <u>Задачи:</u> Развивать ловкость в упражнении с мячом. Развивать координацию движения в задании на равновесие. Упражнение на гимнастической скамейке. Воспитывать выносливость и силу.	03.12.24г. Спортивный зал	Инструктор физ. воспитания Алексеева С.Е.
13)Гр.№6 (подготовительная)	№6-7 Стр.45-46	Воспитатель Гр.№6	<u>Цель:</u> Развивать у детей интерес к спорту и физическим нагрузкам. <u>Задачи:</u> Упражнять детей к ходьбе колонной по одному, бег	12.12.24г. Спортивный зал	Инструктор физ. воспитания

			врассыпную. Упражнять в прокатывании мяча вперед, упражняться на гимнастической скамейке. Закрепить навыки в прыжках на двух ногах. Формировать волевые качества, выдержку и силу.		Алексеева С.Е.
14)Гр.№7 (подготовительная)	№3-4 Стр.49-50	Воспитатель Гр.№7	<u>Цель:</u> Приобщать детей к здоровому образу жизни. <u>Задачи:</u> Продолжать формировать двигательные умения и навыки владения мячом. Развивать силу и меткость. Воспитывать желание побеждать и соперничать. Готовимся к сдаче норм ГТО.	20.12.24г. Спортивный зал	Инструктор физ. воспитания Алексеева С.Е.
15)Гр.№8 (подготовительная)	№4-5 Стр.51-52	Воспитатель Гр.№8	<u>Цель:</u> Формировать у воспитанников положительную оценку здорового образа жизни. Подготовка сдаче норм ГТО. <u>Задачи:</u> Развивать целеустремлённость и выдержку. Развивать ловкость, быстроту и двигательную память. Закреплять знание детей о комплексе ГТО и его сдаче.	23.12.24г. Спортивный зал	Инструктор физ. воспитания Алексеева С.Е.

ЯНВАРЬ

16)Гр.№3 (старшая)	№13-14 Стр.57-58	Воспитатель Гр.№3	<u>Цель:</u> Эффективное развитие двигательных качеств и координационных способностей детей. <u>Задачи:</u> - развивать двигательную активность, силу, ловкость, гибкость, быстроту, внимание и глазомер. - воспитывать выносливость, стремление к успехам в спорте, подготовка к сдаче норм ГТО.	10.01.25г. Спортивный зал	Инструктор физ. воспитания Алексеева С.Е.
17)Гр.№9 (подготовительная)	№13-14 Стр.59-60	Воспитатель Гр.№9	<u>Цель:</u> Формировать положительную, нравственную оценку здорового образа жизни. <u>Задачи:</u> - развивать упражнения в равновесии и прыжках. - упражняться в лазанье по гимнастической стенке.	15.01.25г. Спортивный зал	Инструктор физ. воспитания Алексеева С.Е.

			- стимулировать детей по средству физических упражнений к выполнению нормативов. - требования ГТО в соответствии с их возвратными возможностями.		
18)Гр.№1(средняя)	№13 Стр.50-51	Воспитатель Гр.№1	<u>Цель:</u> Позитивное отношения к занятиям к спорту, подготовка к сдаче норм ГТО. <u>Задачи:</u> - развивать выносливость, гибкость, ловкость, быстроту. - развивать координацию движения. - воспитывать детей, идти к победе и не сдаваться при сдаче норм ГТО. - укреплять силу рук (отжимания).	20.01.25г. Спортивный зал	Инструктор физ. воспитания Алексеева С.Е.
19)Гр.№2 (средняя)	№1 Стр.19	Воспитатель Гр.№2	<u>Цель:</u> Развитие двигательных качеств, формирование у дошкольников здорового и безопасного образа жизни. <u>Задачи:</u> Учиться сохранять устойчивое равновесие. Упражняться в отталкивание двумя	27.01.25г. Спортивный зал	Инструктор физ. воспитания Алексеева С.Е.

			ногами от пола и мягком приземлении при подпрыгивании.		
ФЕВРАЛЬ					
20)Гр.№4 (2-я младшая)	№13-14 Стр.57-58	Воспитатель Гр.№4	<u>Цель:</u> Приобщать дошкольников к здоровому образу жизни. <u>Задачи:</u> - способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата. - развивать быстроту и ловкость. - развивать у детей интерес к бегу, к прыжкам, побуждая к выполнению норм ГТО.	04.02.25г. Спортивный зал	Инструктор физ. воспитания Алексеева С.Е.
21)Гр.№5 (средняя)	№25-26 Стр.68-69	Воспитатель Гр.№5	<u>Цель:</u> Спорт – здоровье, ГТО! <u>Задачи:</u> - укреплять мышцы спины, пресс. - упражнять взаимодействие в паре. - развивать силу, выносливость. - воспитывать чувство коллективизма и трудолюбия. - закрепить знание детей о комплексе ГТО, и видах физ.	11.02.25г. Спортивный зал	Инструктор физ. воспитания Алексеева С.Е.

			активности входящие в их структуру.		
22)Гр.№9 (подготовительная)	№25-26 Стр.60-61	Воспитатель Гр.№9	<u>Цель:</u> Быстрее, выше, сильнее! <u>Задачи:</u> - формировать двигательные умения. - укреплять силу рук. - укреплять прыжки на двух ногах. - укреплять скоростные навыки. - воспитывать выносливость, дисциплинированность, стремление к успехам в спорте, и в подготовке к сдаче норм ГТО.	19.02.25г. Спортивный зал	Инструктор физ. воспитания Алексеева С.Е.
23)Гр.№6 (подготовительная)	№1 Стр.15	Воспитатель Гр.№6	<u>Цель:</u> Укрепление физического и психического здоровья, и умение использовать полученные знания в повседневной жизни. <u>Задачи:</u> Упражнять детей в беге враспынную, сохранить устойчивое равновесии в прыжках с продвижением в перед, перебрасываем мяч.	27.02.25г. Спортивный зал	Инструктор физ. воспитания Алексеева С.Е.

МАРТ

24)Гр.№1 (средняя)	№15-16 Стр.59-60	Воспитатель Гр.№1	<u>Цель:</u> Создать благоприятную, эмоциональную атмосферу. <u>Задачи:</u> - формировать положительную, нравственную оценку здорового образа жизни. - развивать двигательную активность, координационные способности, ориентировку в пространстве. - способствовать воспитанию патриотизма и гордости за свою страну.	04.03.25г. Спортивный зал	Инструктор физ. воспитания Алексеева С.Е.
25)Гр.№3 (старшая)	№1-2 Стр. 76-77	Воспитатель Гр.№3	<u>Цель:</u> Поднять настроения детям, проявлять активность и самостоятельность. <u>Задачи:</u> - закреплять навыки в подпрыгивании на двух ногах. - развивать равновесие с предметом (мешочек). - вызвать у детей эмоциональный отклик на занятия и желание участвовать в нем.	14.03.25г. Спортивный зал	Инструктор физ. воспитания Алексеева С.Е.

			- формировать стремление к участию в сдаче норм ГТО.		
26)Гр.№8 (подготовительная)	№1-2 Стр.73-74	Воспитатель Гр.№8	<u>Цель:</u> Мотивировать детей старшего дошкольного возраста к подготовке и выполнению нормативов, сдаче норм ГТО. <u>Задачи:</u> - упражнять в беге на скорость (челночный бег). - укреплять плечевой пояс (отжимания от пола). - прививать желание заботиться о своем здоровье. - совершенствовать уровень физ. подготовленности. - воспитывать у детей эмоционально-волевые качества.	17.03.25г. Спортивный зал	Инструктор физ. воспитания Алексеева С.Е.

27)Гр.№2 (средняя)	№3-4 Стр. 78-79	Воспитатель Гр.№2	<u>Цель:</u> Приобщать дошкольников к физ. культуре и спорту. <u>Задачи:</u> - создать условия для повышения двигательной активности детей. - развивать быстроту скорость, ловкость, силу. - умение преодолевать препятствие. - воспитывать патриотизм. - воспитывать позитивное отношения к занятиям спортом и физ. культуре.	26.03.25г. Спортивный зал	Инструктор физ. воспитания Алексеева С.Е.
АПРЕЛЬ					
28)Гр.№5 (средняя)	№13 Стр.80-81	Воспитатель Гр.№5	<u>Цель:</u> Развивать у детей интерес к спорту, физическим нагрузкам. <u>Задачи:</u> - закреплять навыки в прыжках на двух ногах через препятствия. - развивать быстроту, ловкость, выносливость.	01.04.25г. Спортивный зал	Инструктор физ. воспитания Алексеева С.Е.

			- прививать детям потребность в ежедневных физических занятиях. - формировать волевые качества выдержку, силу. - формировать чувство гордости за наших спортсменов, стремиться быть похожими на них в будущем.		
29)Гр.№7 (подготовительная)	№5-6 Стр.80-81	Воспитатель Гр.№7	<u>Цель:</u> Приобщение детей к здоровому образу жизни. <u>Задачи:</u> - продолжить формировать двигательные умения и навыки владению мячом. - развивать силу, меткость, глазомер (при метании мяча в даль). - воспитывать желание побеждать и сопереживать. - стремление и подготовка сдаче норм ГТО.	11.04.25г. Спортивный зал	Инструктор физ. воспитания Алексеева С.Е.
30)Гр.№9 (подготовительная)	№7-8 Стр.81-82	Воспитатель Гр.№9	<u>Цель:</u> Формировать у детей привычку вести образ жизни. <u>Задачи:</u>	16.04.25г. Спортивный зал	Инструктор физ. воспитания

			- прививать детям быть здоровыми, закаляться. - укреплять здоровье с помощью зарядки (каждый день). - развивать способность проявлять находчивость.		Алексеева С.Е.
31)Гр.№4 (2-я младшая)	№13-14 Стр.82-83	Воспитатель Гр.№4	<u>Цель:</u> Формировать целостное отношение к здоровью. <u>Задачи:</u> - формировать двигательное умение. - развивать быстроту, силу, внимание, ловкость, выносливость. - развивать координацию движения. - способствовать воспитанию патриотизма гордость за страну. - воспитывать желание участвовать в сдаче норм ГТО.	22.04.25г. Спортивный зал	Инструктор физ. воспитания Алексеева С.Е.
МАЙ					

32)Гр.№1 (средняя)	№25-26 Стр.88-89	Воспитатель Гр.№1	<u>Цель:</u> Формировать у дошкольников стремление участвовать в ГТО. <u>Задачи:</u> - укреплять здоровье у детей. - развивать подвижность и сноровку (в метании мяча). - формировать волевые качества, выдержку, силу. - вызвать у детей интерес к выполнению упражнения.	06.05.25г. Спортивный зал	Инструктор физ. воспитания Алексеева С.Е.
33)Гр.№7,9,6 (подготовительные)	Сдача норм ГТО №7,9,6 (подготовительные 30 чел.)	Воспитатель Гр.№7,9,6	<u>ГТО-7 нормативов:</u> 1)Прыжок в длину с места 2)Наклон вперед на лавочке (Гибкость) 3)Челночный бег 3х10 4)Бег 10 м 5)6 мин бег	14.05.25г. Спортивная площадка	Инструктор физ. воспитания Алексеева С.Е.
34)Гр.№3 (старшая)	№25 Стр. 94-95	Воспитатели Гр.№3	<u>Цель:</u> Приобщать дошкольников к массовому спортивному движению: «Готов к труду и обороне!» <u>Задачи:</u>	19.05.25г. Спортивный зал	Инструктор физ. воспитания Алексеева С.Е.

			- формировать у детей волевые качества. - упражняться в ориентировке в пространстве. - развивать двигательные умения. - формировать доброжелательные отношения между детьми.		
35)Гр.№5 (средняя)	№25-26 Стр.89-90	Воспитатель Гр.№5	<u>Цель:</u> Формировать положительную оценку здорового образа жизни. <u>Задачи:</u> - развивать целеустремлённость, выдержку. - развивать ловкость, быстроту и двигательную память. - закреплять знания детей о комплексе ГТО и видах физ. активности. - воспитывать желание: «Идти вперед!» - готовимся к сдаче норм ГТО.	30.05.25г. Спортивный зал	Инструктор физ. воспитания Алексеева С.Е.