

Муниципальное бюджетное дошкольное учреждение  
Карачаевского городского округа  
«Детский сад №2 «Красная шапочка»

Инструктор по физической культуре:  
Топоркова Виктория Евгениевна.

## Конспект спортивного мероприятия

### «Готов к труду и обороне!»

для детей подготовительных групп



г. Карачаевск 2022г.



**Цель:**

Воспитывать морально-волевые качества у дошкольников, побуждать к выполнению норм ВФСК ГТО

**Задачи:**

1. Развивать двигательную активность, координационные способности, силу, гибкость, быстроту, ловкость, глазомер.
2. Воспитывать целеустремлённость, смелость, выдержка, организованность, самостоятельность, настойчивость в достижении результатов, уважение соперников по состязанию, доброжелательность, отзывчивость, умение сочувствовать.
3. Обучить детей комплексу упражнений ГТО и видам физической активности, входящих в их структуру.

**Место проведения:** физкультурная площадка ДОУ

**Оборудование:** разноцветные флажки для оформления площадки, секундомер, сантиметровая лента, конусы, мячи для метания, коврик, 4 кубика, гимнастическая скамейка + линейка, мелки.

**Предварительная работа:** беседа с детьми и показ презентации на тему «ГТО – путь к здоровью»,





### **Ход НОД :**

Под музыку на площадку выходят дети - участники состязаний.

**Инструктор:** Добрый день, дорогие друзья! Мы рады приветствовать всех на празднике здоровья и спорта!



Спорт – это жизнь, а не игра!

Спорт – распорядок дня с утра!

Спорт – дисциплина, тяжкий труд!

Спорт – это праздник и триумф

Ребята, как вы считаете, необходим ли комплекс ГТО для укрепления здоровья? (ответы детей)



**Инструктор.** А как же выяснить, насколько человек силен, подтянут, ловок и вынослив? (ответы детей) - Нужно сдать определенные нормативы в прыжках в длину с места, в



метании, в гибкости и в беге. И сегодня наши участники покажут, какие они сильные и ловкие!!! Но сначала ребята расскажут нам, что такое спорт и для чего нужно сдавать нормы ГТО



### **1 ребенок.**

Расскажу вам для чего

Сдаем мы нормы ГТО:

Чтоб здоровье укреплять.

Патриотами чтоб стать!



## **2 ребенок:**

В спорте слабых не бывает.

Сила воли – побеждает!

Чтоб до цели добежать.

Все высоты нужно взять!





### **3 ребенок:**

Чтобы сильным стать и ловким

Всем нужна нам тренировка.

Всех зову до одного

К сдаче нормы ГТО!





**Инструктор:** Здоровье крепче у того, кто дружен со спортом и...

**Дети:** ГТО!





**Инструктор.** Молодцы! Желаем каждому участнику не только побед, но и бодрого настроения в течение всех состязаний! Пора переходить к самому интересному: к состязаниям! Юные участники! Получайте номера! ( дети получают индивидуальные номера, расходятся по «станциям» и выполняют задания. Судьи фиксируют результаты в таблице.)

### **Перечень нормативов (тестов) по ГТО**

1. Челночный бег 3X10 м (или бег на 30м.)
2. Прыжки в длину с места
3. Метание мяча в цель
4. Наклон вперед из положения сидя.
5. Поднимание туловища из положения лежа на спине
6. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа .
7. Подтягивание.

Подведение итогов, награждение участников призами.

### **Инструктор:**

С детства мы со спортом будем дружить,  
Физкультуру очень любить.

Комплекс спортивный успешно внедрим,

Значок ГТО на груди прикрепим!

Здоровье крепче у того, кто дружен со спортом и...

**Дети:** ГТО!