Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №2 «Рябинка»

**Конспект мастер – класса для родителей «Путь к ГТО»**

Подготовила и провела:

инструктор по физической культуре Яковлева Е.Д.

Пошехонье 2019г.

**Цель:** формирование положительной нравственной оценки здорового образа жизни, позитивное отношение к занятиям спортом, к введению комплекса ГТО.

Добрый день, уважаемые родители.

В известном детском стихотворении Самуила Яковлевича Маршака, написанного в 1937 году «Рассказ о неизвестном герое» пожарные, милиция и фотографы разыскивают двадцатилетнего парня, спасшего из огня девочку.

Из примет –

«Среднего роста, плечистый и крепкий,

Ходит он в белой футболке и кепке.

Знак «ГТО» на груди у него

Больше не знают о нем ничего», сообщает читателю Маршак.

Суть отрывка стихотворения заключается в том, что значкистов ГТО в то время было больше половины страны, и каждый был готов к труду и обороне!

А зачем же сейчас, в 21 веке сдавать ГТО?

Ответ на этот вопрос для каждого может быть свой. Кто-то хочет сравнить себя со старшими членами семьи, имеющими советский знак ГТО. Кто-то хочет попробовать достичь конкретного результата и проверить свою силу воли и настойчивость. А кто-то просто привык быть первым во всем. Все люди разные. Однако, у всех, кто добровольно решил пройти испытание комплексом ГТО, есть одна общая черта, — целеустремлённость. Именно эта черта является наиболее важной для людей XXI века.

Уважаемые родители, сегодня тема нашего мастер-класса «Путь к ГТО» По Указу Президента РФ Владимира Владимировича Путина с 1 сентября 2014г. введен в действие физкультурный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО).

- Что же дает ГТО детям?

Здоровье, крепкая, гармонично развитая фигура, гибкость, сила и ловкость – это наиболее очевидные преимущества от систематических занятий спортом.

Выполнение нормативов ГТО для ребят — это событие! Такие мероприятия повышают интерес у детей к физической культуре и здоровому образу жизни. Они получают радость от своих результатов, учатся переживать за товарищей, чувствуя себя участниками большой спортивной команды. Подготовка и участие в сдаче норм ГТО позволяет создать условия для укрепления, воспитания волевых качеств, развития стремления к победе и уверенности в своих силах, но и приблизить дошкольников к положительным результатам сдачи норм ГТО в дальнейшем. Значок   ГТО не только подтверждает уровень физического развития ребенка, но и является предметом гордости и успешности.

А сейчас посмотрим, как вы относитесь к этому событию.

Проведем тест «Моё отношение к нормам ГТО»

Перед вами лежат кружки разного цвета:

Белый – означает - не знаю;

Жёлтый – положительное отношение (да)

Красный – отрицательное отношение (нет)

И так начнем!

- Ваше отношение к введению комплекса ГТО? *(Больше всего кружков желтого цвета, к введению комплекса большинство относится положительно).*

- Ваш ребенок сообщил, что ему предстоит сдать нормы ГТО. Ваше отношение к этому сообщению. (отмечаю какие цвета преобладают)

(Если есть отрицательное – красный, спрашиваю почему: обоснуйте свой ответ)

- Как вы думаете: для всех ли детей будут одинаковы нормы ГТО?

- Могут ли одни и те же нормы сдавать мама и дочь, отец и сын?

А сейчас я покажу вам простые физические упражнения, а вы попытайтесь за мной повторить.

(комплекс утренней зарядки)

Молодцы! Поздравляем вас, вы сделали первый шаг к комплексу ГТО.

Подобную зарядка, как вы сейчас проделали, мы с детьми делаем каждый день. Чтобы ребята окончательно разбудили свои мышцы и с новыми силами включились в жизненный процесс.

А теперь продолжим наш мастер-класс.

Сейчас я вас познакомлю с играми, основные движения которых входят в комплекс упражнений ГТО

1. « Попрыгунчики»

На старте стоит ребенок, делает прыжок, ставиться отметка приземления. Мама начинает прыжок от отметки, папа начинает прыжок после отметки мама. Замеряется длина прыжка всей семьи.

2. «Челночный бег»

На полу лежат три обруча, на старте три мешочка, ребенок берет мешочек, бежит до первого обруча, кладет мешочек в первый обруч. Возвращается обратно за вторым мешочком, кладет его во второй обруч, возвращается обратно за третьим мешочком. Мама бежит до первого обруча, забирает мешочек, возвращается на старт, кладет мешочек в обруч, затем бежит за вторым мешочком и за третьим. Папа раскладывает мешочки, как ребенок, на обратном пути забирает все.

А сейчас предлагаю вам поиграть в игру«Угадай что это?»

С помощью жестов показать вид спорта.

(*Ведущий называет одному из участников вид спорта, участник должен без слов показать его, а остальные – повторить движение и угадать).*

(Баскетбол, футбол, фигурное катание, волейбол, хоккей, настольный теннис, лыжи, лёгкая атлетика, гимнастика).

Уважаемые родители, на этом наш мастер-класс завершен. Спасибо за участие.