**Мастер-класс для педагогов**

**«Педагог на встречу ГТО»**

**Цель:** познакомить сотрудников ДОУ с нормативами ГТО в непринужденной форме.

**Задачи:**

- повышение общего физического уровня **педагогов**; ознакомить с общими нормативами сдачи ГТО;

- способствовать сплочению **педагогического коллектива**, эмоционального благополучия и создания веселого настроения.

**ХОД МАСТЕР-КЛАССА**

 **Голос**: В одном царстве, детсадовском государстве, жила - была королева. И было у неё во владениях 2 больших спортзала, да не простых, а оздоровительных. И вот однажды… Королеве пришло письмо с пожеланием от правителя соседнего государства, провести турнир по **ГТО** между двумя королевствами для установления союзнических отношений.

**КОРОЛЕВА:** «Ой-ой-ой, что мне делать, как мне быть? Я издам сейчас указ, срочно нужно набрать отряд красивых, умных, смелых, сильных и ловких для покорения соседнего царства – государства и сразиться в турнире по ГТО.» (Смотрит в зеркало) Ну что молчишь? Говори, что делать?

**Голос:** есть в саду здесь твой сосед, он поможет дать совет, ты 3 раза постучи, вокруг обруча оббеги. (королева под музыку выполняет)

***И под музыку выходит инструктор, зевая***

- что разбегалась вокруг, говори в чем дело? Суть?

**КОРОЛЕВА:** вот проблемка у меня нужен отряд до завтрашнего дня, да такой, чтоб весь он смог покорить соседнее царство – государство в сражении по ГТО.

**Инструктор:** помогу твоей беде, есть девчата у меня, **педагоги удалые**, а веселые какие… Я сейчас вам расскажу, все вам покажу, а потом нормы проведем и лучших вам скорей найдем.

- Я читала ГТО очень сложное оно. Там и гибкость, быстрота, ловкость очень там нужна. Тема моего мастера класса «

**1 слайд**. Рассказ про ГТО. По Указу Президента РФ с 1 сентября 2014 года в нашей стране вводится Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) для решения проблемы продвижения ценностей здорового образа жизни и укрепления здоровья детей.

**2 слайд. Цель** ГТО приобщение детей и взрослых к здоровому образу жизни.

**Задачи:**

Массовое внедрение комплекса ГТО, охват системой подготовки всех возрастных групп населения.

**3слайд.**  Нормы ГТО

**4 слайд.** Получение значков отличия

Мы сейчас заданье выполним и посмотрим на ваши способности, на команды поделитесь и собою похвалитесь.

**Инструктор:** Встали все в шеренгу смело, вместе дружно все равняйсь, и конечно смирно. На право, по залу шагом марш, разминка.

**Виды испытаний (тесты).** ***«Челночный бег»*.** Пробежать до фишки, вернуться, взять за руку следующего участника, пробежать вдвоем, вернуться за третьим, четвертым, пятым.

**Виды испытаний (тесты).** ***Наклон вперед*** из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи-см) бронзовый знак или 7-9 раз для серебряного и золотого знака.

**Виды испытаний (тесты).** ***Прыжки в длину*** с места 160-170-185

**Виды испытаний (тесты).** **Метание** спортивного снаряда в цель

**Виды испытаний (тесты).** ***Поднимание туловища из положения лежа*** на спине (количество раз за 1 мин) 30-35-45

**Инструктор:** Ну вот и вы готовы, чтоб покорять соседнее царство – государство. На этом мастер – класс окончен.

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ТАЗОВСКИЙ РАЙОН**

**Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение детский сад «СЕВЕРЯНОЧКА»**

 **Выполнил:**

 Инструктор по физической культуре

 Первой квалификационной

 категории

 Рыбак Мария Владимировна

с. Гыда - 2019г