

**«Вода – наш друг»
Практико —
ориентированный
групповой долгосрочный
проект среди детей
старшего и среднего
возраста МБДОУ № 295**

Авторский коллектив: воспитатели:

Лопатина Н.П

Жадан Е.А.

старший воспитатель

Маркова Т.Н.

Красноярск 2017-2018 гг

Актуальность.

Проблема.

Формирование здоровья детей, полноценное развитие их организма - одна из основных проблем в современном обществе. Сегодня двигательная среда – условие жизни и развития – требуют создания двигательных комплексов, моделирующих средовое развивающее воздействие на растущий организм ребенка. Усилия медиков в основном направлены на лечение заболеваний, деятельность педагогов редко включает развивающие методы работы с детьми. Практически не разработаны подходы обучения с позиции развивающей предметно- двигательной среды ребенка с целью профилактики нарушения осанки, повышения физической активности и работоспособности детского организма с раннего детского возраста. Медики, родители и педагоги повсеместно констатируют отставание, задержки, нарушения, отклонения, несоответствия нормам в развитии детей, неполноценности их здоровья.

По данным коллегии Министерства образования, различные патологии имеют 72 % мальчиков, и 59% девочек. Из выпускников детских ДДУ 29,6% отнесены к 1 группе здоровья, 55,7 % относятся ко второй группе здоровья, 12,9% к третьей, (Н.Д.Малохаткина,1997.,С.Б.Шарманова, К.А.Новоселова). В структуре заболеваемости детей дошкольного возраста, первое место занимают острые респираторные инфекции, причем 49,5% из них приходится на контингент часто болеющих детей (болеют более 4 раз в год). Среди детей дошкольного возраста в последнее время увеличивается число заболеваний опорно- двигательного аппарата (нарушение осанки, сколиотическая осанка, сколиоз, плоскостопие). В красноярском крае это 22% детей дошкольного возраста.

В период от 3 до 7 лет ребенок интенсивно растет и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот период.

Укрепление опорно-двигательного аппарата способствует формированию у детей правильной осанки. Осанка, т. е. привычное положение тела при сидении, стоянии, ходьбе, начинает формироваться с раннего детства. Нормальной, или правильной, считается такая осанка, которая наиболее благоприятна для функционирования как двигательного аппарата, так и всего организма. Она характеризуется умеренными естественными изгибами позвоночника, расположенными параллельно и симметрично (без выпячивания нижнего края) лопатками, развернутыми плечами, прямыми ногами и нормальными сводами стоп. Правильная осанка свидетельствует о хорошем общем физическом развитии.

Неправильная осанка неблагоприятно сказывается на функциях внутренних органов: затрудняется работа сердца, легких, желудочно-

кишечного тракта, уменьшается жизненная емкость легких, снижается обмен веществ, появляются головные боли, повышенная утомляемость, плохой аппетит; ребенок становится вялым, апатичным, избегает подвижных игр. Появившиеся в детском возрасте отклонения в осанке могут в дальнейшем привести к образованию стойких деформаций костной системы. Чтобы избежать этого, следует с раннего возраста осуществлять профилактические мероприятия, способствующие правильному развитию организма ребенка. Для этого используют разные средства: это общее укрепление организма, обеспечиваемое рациональным питанием, длительным пребыванием на свежем воздухе, разнообразными движениями, физическими упражнениями, а также занятиями плаванием.

Купание, игры в воде, плавание благоприятны для всестороннего физического развития детей. Работоспособность мышц у дошкольников невелика, они довольно быстро утомляются при статических нагрузках. Во время плавания чередуются напряжение и расслабление разных мышц, что увеличивает их работоспособность и силу.

В воде уменьшается статическое напряжение тела, снижается нагрузка на еще не окрепший и податливый детский позвоночник, который в этом случае правильно формируется, вырабатывается хорошая осанка.

Систематические занятия плаванием ведут к совершенствованию органов кровообращения и дыхания, улучшается сердечная деятельность, увеличивается жизненно емкость легких.

Регулярные занятия плаванием положительно влияют на закаливание детского организма: повышаются иммунологические свойства, улучшается адаптация к разнообразным условиям внешней среды. Укрепляется также нервная система, крепче становится сон, улучшается аппетит, повышается общий тонус организма. Дети дошкольного возраста могут понять пользу упражнений, им объясняют, что занятия плаванием помогут им стать здоровыми, красивыми, подтянутыми, а для этого надо делать движения правильно, энергично, проявляя усилия, настойчивость.

В связи с этим нами был разработан проект на тему «Вода – наш друг».

Цель проекта:

Развитие и укрепление физического здоровья детей дошкольного возраста через осуществление проекта «Вода — наш друг».

Задачи проекта:

1. Изучить теоретический материал по проблеме предупреждения нарушения осанки и сохранения здоровья у детей дошкольного возраста».

2. Просветить родителей по вопросам предупреждения нарушения осанки и сохранения здоровья детей
3. Проводить ежемесячно мониторинг по показателям физического здоровья детей.

Содержание работы.

Работа ведется комплексно с детьми и родителями. С детьми работа проводится два раза в неделю: понедельник во второй половине дня, среда в первой половине дня. Занятия проводятся в игровой форме.. Продолжительность занятий 40 минут. Группы 10-12 человек.

В рамках активизации взаимодействия с родителями было проведено анкетирование. Результаты опроса позволяют сделать следующие выводы: на вопрос об отношении родителей к здоровью ребенка:

- 67% родителей отметили, что относятся внимательно.
- 28% родителей относятся с беспокойством, стараясь предупреждать болезнь.
- 5% предложили витаминизацию.

А также ведется работа по просвещению родителей о профилактике нарушения осанки и закаливанию организма ребенка. Планируется провести следующие мероприятия:

Перспективный план

Дата	Тема	Организационная форма	Отчёт о проведении
Сентябрь-май	Посещение бассейна 2 раза в неделю	Практические занятия	+
Сентябрь	«Предупреждение сколиоза»	Консультация	+
Октябрь	«Тест правильности осанки человека»	тест	+
Ноябрь	«Тест правильности формирования стопы»	тест	+
Декабрь	«Предупреждение Скалиоза»	мастер класс	+

Январь	«Предупреждение плоскостопия»	мастер класс	+
Февраль	«Занятия плаванием является одним из важным аспектом для всестороннего развития детей»	Консультативная беседа	+
Март	« Взаимосвязь детского сада и семьи в работе по закаливанию детей и укреплению их здоровья»	Родительские гостиные	+
Апрель	«Мониторинг физического развития детей»		+
Май	Вечер вопросов и ответов	Дискуссионный клуб	+

Планируется провести вечер вопросов и ответов. Данное мероприятие будет представлять собой концентрированную информацию по профилактике нарушения осанки, оздоровлению детей и будет носить дискуссионный характер. Роль вечера вопросов и ответов, в вооружении родителей знаниями об оздоровительной работе состоит не только в самих ответах, что очень важно, но и также в форме проведения этого вечера. Он должен проходить как непринужденное, равноправное общение педагогов и родителей.

На вечер вопросов и ответов приглашается специалист – ортопед.

Родители будут оповещены не позднее чем за месяц о проведение этого вечера. В течении этого времени педагоги собирают вопросы, группируют и распределяют их в педагогическом коллективе для подготовки ответов.

Дети дошкольного возраста могут понять пользу упражнений, им объясняют, что занятия плаванием помогут им стать здоровыми, красивыми, подтянутыми, а для этого надо делать движения правильно, энергично, проявляя усилия, настойчивость.

**карты физического развития детей — участников проекта
сентябрь 2017**

Фамилия Имя	Параметры			
	Координирует движения рук и ног	Бегает свободно сохраняя равновесие	Точно выполняет команды заданные воспитателем	Может плавать без поддержки
Иванов Артем	1	1	0	0
Усольцева Ярослава	1	1	1	0
Каширина Поля	0	1	0	0
Иваницкий Илья	1	1	0	0
Васинская София	1	1	0	0
Баженова Мальяна	1	1	0	0
Аверин Арсений	1	1	0	0
Солодянкин Савва	1	1	2	0
Скоробогатов Игорь	2	2	2	2
Матвеюк Рита	2	2	2	2
Молчанова Катя	2	2	2	2
Мальчикова Мила	2	2	2	2

Критерии показателей

0 – не соответствует

1 – частично соответствует с помощью воспитателя

2 – полностью соответствует выполняет самостоятельно

**карты физического развития детей — участников проекта
октябрь 2017**

Фамилия Имя	Параметры			
	Координирует движения рук и ног	Бегает свободно сохраняя равновесие	Точно выполняет команды заданные воспитателем	Может плавать без поддержки
Иванов Артем	1	1	0	0
Усольцева Ярослава	1	1	1	0
Каширина Поля	0	1	0	0
Иваницкий Илья	1	1	1	0
Васинская София	1	1	0	0
Баженова Мальяна	1	1	0	0
Аверин Арсений	1	1	0	0
Солодянкин Савва	1	1	1	0
Скоробогатов Игорь	2	2	2	2
Матвеюк Рита	2	2	2	2
Молчанова Катя	2	2	2	2
Мальчикова Мила	2	2	2	2

**карты физического развития детей — участников проекта
ноябрь 2017**

Фамилия Имя	Параметры			
	Координирует движения рук и ног	Бегает свободно сохраняя равновесие	Точно выполняет команды заданные воспитателем	Может плавать без поддержки
Иванов Артем	1	1	1	0
Усольцева Ярослава	1	1	1	0
Каширина Поля	0	1	0	0
Иваницкий Илья	1	1	1	0
Васинская София	1	1	0	0
Баженова Мальяна	1	1	0	0
Аверин Арсений	1	1	0	0
Солодянкин Савва	1	1	1	0
Скоробогатов Игорь	2	2	2	2
Матвеюк Рита	2	2	2	2
Молчанова Катя	2	2	2	2
Мальчикова Мила	2	2	2	2

**карты физического развития детей — участников проекта
декабрь 2017**

Фамилия Имя	Параметры			
	Координирует движения рук и ног	Бегает свободно сохраняя равновесие	Точно выполняет команды заданные воспитателем	Может плавать без поддержки
Иванов Артем	1	1	1	0
Усольцева Ярослава	1	1	1	0
Каширина Поля	1	1	0	0
Иваницкий Илья	1	1	1	0
Васинская София	1	1	0	0
Баженова Мальяна	1	1	1	0
Аверин Арсений	1	1	0	0
Солодянкин Савва	1	1	1	0
Скоробогатов Игорь	2	2	2	2
Матвеюк Рита	2	2	2	2
Молчанова Катя	2	2	2	2
Мальчикова Мила	2	2	2	2

**карты физического развития детей — участников проекта
январь 2018**

Фамилия Имя	Параметры			
	Координирует движения рук и ног	Бегает свободно сохраняя равновесие	Точно выполняет команды заданные воспитателем	Может плавать без поддержки
Иванов Артем	1	1	1	0
Усольцева Ярослава	1	1	1	1
Каширина Поля	1	1	0	0
Иваницкий Илья	1	1	1	0
Васинская София	1	1	0	0
Баженова Мальяна	1	1	1	0
Аверин Арсений	1	1	1	0
Солодянкин Савва	1	1	1	0
Скоробогатов Игорь	2	2	2	2
Матвеюк Рита	2	2	2	2
Молчанова Катя	2	2	2	2
Мальчикова Мила	2	2	2	2

**карты физического развития детей — участников проекта
февраль2018**

Фамилия Имя	Параметры			
	Координирует движения рук и ног	Бегает свободно сохраняя равновесие	Точно выполняет команды заданные воспитателем	Может плавать без поддержки
Иванов Артем	1	1	1	1
Усольцева Ярослава	1	1	1	1
Каширина Поля	1	1	0	0
Иваницкий Илья	1	1	1	0
Васинская София	1	1	0	0
Баженова Мальяна	1	1	1	0
Аверин Арсений	1	1	1	0
Солодянкин Савва	1	1	1	0
Скоробогатов Игорь	2	2	2	2
Матвеюк Рита	2	2	2	2
Молчанова Катя	2	2	2	2
Мальчикова Мила	2	2	2	2

**карты физического развития детей — участников проекта
март 2018**

Фамилия Имя	Параметры			
	Координирует движения рук и ног	Бегает свободно сохраняя равновесие	Точно выполняет команды заданные воспитателем	Может плавать без поддержки
Иванов Артем	1	1	1	1
Усольцева Ярослава	1	1	1	1
Каширина Поля	1	1	0	0
Иваницкий Илья	1	1	1	0
Васинская София	1	1	0	0
Баженова Мальяна	1	1	1	0
Аверин Арсений	1	1	1	0
Солодянкин Савва	1	1	1	0
Скоробогатов Игорь	2	2	2	2
Матвеюк Рита	2	2	2	2
Молчанова Катя	2	2	2	2
Мальчикова Мила	2	2	2	2

**карты физического развития детей — участников проекта
апрель 2018**

Фамилия Имя	Параметры			
	Координирует движения рук и ног	Бегает свободно сохраняя равновесие	Точно выполняет команды заданные воспитателем	Может плавать без поддержки
Иванов Артем	1	1	1	1
Усольцева Ярослава	1	1	1	1
Каширина Поля	1	1	0	0
Иваницкий Илья	1	1	1	0
Васинская София	1	1	0	0
Баженова Мальяна	1	1	1	0
Аверин Арсений	1	1	1	0
Солодянкин Савва	1	1	1	0
Скоробогатов Игорь	2	2	2	2
Матвеюк Рита	2	2	2	2
Молчанова Катя	2	2	2	2
Мальчикова Мила	2	2	2	2

**карты физического развития детей — участников проекта
май 2018**

Фамилия Имя	Параметры			
	Координирует движения рук и ног	Бегает свободно сохраняя равновесие	Точно выполняет команды заданные воспитателем	Может плавать без поддержки
Иванов Артем	1	1	1	1
Усольцева Ярослава	1	1	1	1
Каширина Поля	1	1	0	0
Иваницкий Илья	1	1	1	0
Васинская София	1	1	0	0
Баженова Мальяна	1	1	1	0
Аверин Арсений	1	1	1	0
Солодянкин Савва	1	1	1	0
Скоробогатов Игорь	2	2	2	2
Матвеюк Рита	2	2	2	2
Молчанова Катя	2	2	2	2
Мальчикова Мила	2	2	2	2