

ПЕДАГОГИКА

Мальцева Юлия Васильевна

воспитатель

МАДОУ «Д/С КВ №39 «Золотая рыбка»

г. Губкин, Белгородская область

ПРОЕКТ «АКВААЭРОБИКА – НЫРНЁМ ЗА ЗДОРОВЬЕМ!»

Аннотация: автор данной статьи проводит анализ работы в детском саду по программе «Здравушка» и предлагает внедрить новый проект, который направлен на сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного и младшего школьного возраста. В заключении работы особое внимание уделено календарному плану-графику работ по предложенному проекту.

Ключевые слова: проект, аквааэробика, здоровье, дети

Формальное основание для открытия проекта: сегодня к актуальным проблемам детского здоровья относятся: гиподинамия, детские стрессы, снижение иммунитета. Не секрет, что в детском саду и дома дети большую часть времени проводят в статичном положении. Это увеличивает статичную нагрузку на определенные группы мышц и вызывает их утомление.

Анализ работы в детском саду по программе «Здравушка» показал:

– заболеваемость детей старшего дошкольного возраста (5–7 лет): количество пропущенных дней одним ребенком по саду из-за простудных заболеваний – 9,2 дней, в сравнении с прошлым годом (8,9 дней, пропущенных одним ребенком по саду простудными заболеваниями), повысилась на 0,3 дней;

– анкетирование родителей детей старшего дошкольного возраста по теме «Спорт в вашей жизни» показало, что 58% родителей не занимаются спортом и здоровым образом жизни, 89% родителей не делают вместе с детьми утреннюю гимнастику и всего лишь 25% детей старшего дошкольного возраста посещают спортивные секции, из них 9% детей – спортивную секцию по плаванию.

Для достижения хороших результатов по оздоровлению детей нами была выбрана аквааэробика. В отличие от других видов физических упражнений аквааэробика обеспечивает более высокий оздоровительный эффект. Аквааэробика, так же как и плавание, повышает сопротивляемость организма воздействию температурных колебаний, воспитывает стойкость к простудным заболеваниям.

Измеримая цель проекта – снижение уровня заболеваемости детей 5–7 лет на 10–15%, повышение уровня физической подготовленности (силы, координации, гибкости) на 25–30%.

Способ достижения цели – внедрение проекта «Аквааэробика – нырнём за здоровьем!» в работу детского сада.

Работа с детьми:

– мониторинг, диагностика, занятия по аквааэробике в ДОУ; занятия по аквааэробике в бассейне «Дельфин»; беседы о спорте и здоровом образе жизни; спортивные праздники и развлечения с родителями и учениками школ; гидромассаж; кислородный коктейль; употребление напитка «Неболейка».

Работа с родителями:

– совместные занятия (дети / родители) в ДОУ; совместные занятия (дети / родители) в бассейне «Дельфин»; совместные спортивные праздники и развлечения; анкетирование; тестирование; мастер-классы; семинары-практикумы; беседы за круглым столом; дискуссии и др.

Таблица 1

Календарный план-график работ по проекту

Код задачи	Название задачи	Длительность, дни	Дата начала/окончания работ
1	Обеспечение нормативно-методической базы внедрения проекта «Аквааэробика – нырнем за здоровьем!»	44	02.07.14–01.09.14
1.1	Разработка мониторинга, включающего формальные и содержательные показатели уровня физической подготовленности (силы, координации,	44	02.07.14–01.09.14

	гибкости) дошкольников		
1.2	Разработка и утверждение методических рекомендаций для педагогов ДОО и родителей:	45	01.09.2014– 31.10.2014
2	Создание материально-технической базы для реализации проекта «Аквааэробика-нырнем за здоровьем!»	86	01.09.2014– 31.12.14
2.1	Оборудование предметно-пространственной развивающей среды бассейна	86	01.09.2014– 31.12.14
3	Организация и проведение обучения инструктора по физической культуре ДОО		
3.1.	Обучение инструктора по физической культуре основам проведения занятий по аквааэробике в сотрудничестве с тренерами по плаванию бассейна «Дельфин»:	23	01.09.14– 03.10.14
3.4	Организация и проведение двух городских мастер-классов по внедрению проекта «Аквааэробика»	2	22.12.14– 25.03.15
3.4.1.	Подготовка документации о проведении мастер-класса (декабрь)	5	15.12.14– 22.12.14
3.5.2	Проведение мастер-класса и подготовка информации по результатам проведения для размещения на сайте ДОУ	7	22.12.14– 31.12.14
3.5.3	Подготовка документации о проведении мастер-класса (март)	5	20.03.15– 25.03.15
3.5.4	Подготовка информации по результатам проведения мастер-класса для размещения на сайте ДОУ	5	25.03.13– 30.03.15
4	Информационное сопровождение внедрения проекта «Аквааэробика – нырнем за здоровьем!».	86	01.09.2014– 31.12.14
4.1.1	Подготовка статей о внедрении проекта «Аквааэробика – нырнем за здоровьем!» на сайте ДОУ.	23	01.09.14– 03.10.14
4.1.3	Взаимодействие с социальными партнерами по вопросам внедрения проекта «Аквааэробика – нырнем за здоровьем!».	86	01.09.2014– 31.12.14
5	Управление проектом	182	01.09.14– 25.05.15

Список литературы

1. Булгакова Н.Ж. Плавание: пособие для инструктора-общественника / Н.Ж. Булгакова. – М.: Физкультура и спорт, 1984. – 160 с.

2. Волошина Л.Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников: учебно-методическое пособие /Л.Н. Волошина. – М.: АРКТИ, 2005. – 108 с. (Развитие и воспитание).
3. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам: программа и программные требования: пособие для педагогов дошкольных учреждений / Л.Д. Глазырина. – М.: Гуманитар. изд. центр «Владос», 2004. – 143 с.