

## ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ С СЕМЬЕЙ И ИНСТИТУТАМИ ОБЩЕСТВА

*Сергеенко Елена Геннадьевна*

инструктор по физической культуре высшей категории

МАДОУ ЦРР Д/С №11

г. Добрянка, Пермский край

### ПРОГРАММА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО НАПРАВЛЕНИЯ «ИГРАЯ С МАМОЙ, УЧИМСЯ ПЛАВАТЬ»

*Аннотация:* в статье подробно изложены основные положения оздоровительной программы, направленной на укрепление здоровья и улучшение физического воспитания детей в возрасте от 1 года до 3 лет, не посещающих ДОУ. Программа разработана в процессе деятельности МАДОУ ЦРР и рассчитана на совместные занятия мам и детей.

*Ключевые слова:* оздоровление, младшие дошкольники, неорганизованные дошкольники, плавание.

В настоящее время одной из наиболее важных и глобальных проблем является состояние здоровья народонаселения. Под ним подразумевается комплекс медико-генетических и социально- психологических характеристик жизни людей: их физическое здоровье, уровень развития интеллектуальных способностей, психофизиологический комфорт жизни, механизмы воспроизводства интеллектуального потенциала общества.

К сожалению, в настоящее время отмечается тенденция к увеличению уже на первом году жизни числа детей, относящихся к группе риска. В педиатрии понятие «риск болезни» включает в себя угрозу формирования хронических заболеваний, а также стойкой задержки умственного и физического развития детей (Кудрявцев В.С., Безруких М.М., Филиппова С.О., Попова Е.Н. и др.).

Важнейшая задача всех взрослых, воспитывающих ребенка, заключается в том, чтобы знать, что угрожает ребенку, что необходимо предпринимать в каждом конкретном случае, чтобы уменьшить «степень риска».

Программа отражает содержание качественно нового направления психофизического развития детей раннего возраста, взаимодействуя с взрослым.

Данная программа не имеет аналогии, так как разработана на основе экспериментальной деятельности МАДОУ «Центр развития ребенка «Детский сад № 11 г. Добрянка» по теме «Разработка целостной системы развития и оздоровления детей с внутриутробного периода до 8 лет путем сокооперации трех ведомств: образования, здравоохранения и культуры». В основе программы лежит авторская педагогическая технология по физическому воспитанию детей раннего возраста и их родителей.

Программа направлена на улучшение физического воспитания и укрепления здоровья детей с 1 года до 3 лет, не организованных в ДОУ. Данная технология основывается на идее активизации субъектной позиции детей на этапе раннего детства, идее интеграции усилий всех субъектов организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми в бассейне на основе реализации деятельностного, личностного, комплексного, валеологического подходов, медико-психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса.

*Задачи:*

- содействовать формированию активной жизненной позиции, педагогической компетентности родителей, детей, не организованных в ДОУ, в процессе совместных занятий по плаванию;
- активизировать мотивацию молодых семей к созданию традиций физкультурно-оздоровительной деятельности (УГ, физкультурным занятиям, активному отдыху и др.);
- создавать условия для поэтапного развивающего взаимодействия с детьми, способствующие в дальнейшем более легкой адаптации детей к ДОУ.

*Основные условия реализации программы:*

1. Диагностика уровня развития ребенка как субъекта детской физкультурно-оздоровительной деятельности, начиная с раннего возраста и его психофизического развития, состояния здоровья с 1 года до 3 лет.
2. Структурированная диагностика родителей.

3. Комплексное воздействие на ребенка со стороны всех, кто взаимодействует с ним (педагогов, специалистов, родителей).

4. Преподнесение материала с учетом возрастных и индивидуальных особенностей ребенка, уровня его психофизического развития и состояния здоровья, его развития как субъекта.

5. Опора на актуальные потребности и этапы развития ребенка как субъекта детской деятельности.

6. Создание опыта успешной деятельности, обеспечение роста достижений ребенка.

7. Умелое сочетание организующего воздействия и самостоятельной деятельности детей.

*Структура программы:*

1. Разработка оздоровительных и образовательных маршрутов для детей и их мам.

2. Реализация педагогической технологии конструирования целостной педагогической системы развития ребенка как субъекта физкультурно-оздоровительной деятельности (на материале плавания).

3. Подготовка родителей по формированию у них педагогической техники взаимодействия с ребенком как субъектом физкультурно-оздоровительной деятельности в процессе игр и занятий в бассейне.

4. Психологическое сопровождение развития детей как субъектов физкультурно-оздоровительной деятельности.

5. Медицинское сопровождение, включающее оздоровительную и лечебно-профилактическую работу с детьми и их мамами.

*Разработка оздоровительных и образовательных маршрутов для детей и их мам*

В основу разработки маршрутов положена пошаговая технология развития ребенка как субъекта физкультурно-оздоровительной деятельности на каждом этапе онтогенеза от 1 года до 3 лет (см. приложение).

Учитывая особенности состояния здоровья детей, первичный диагноз, обусловлен выбор основных направлений оздоровительной и лечебно-профилактической работы: организации сбалансированного питания, закаливание, физического развития, повышения неспецифической резистентности организма, нормализации соотношения процессов возбуждения и торможения нервно-психической деятельности, специальные лечебно-оздоровительные мероприятия, направленные на коррекцию индивидуальных отклонений в состоянии здоровья детей.

Образовательный маршрут конструировался согласно рекомендациям К.Н. Поливановой.

*Разработка и апробация педагогической технологии* конструирования целостной педагогической системы на основе связи физкультурно-оздоровительной деятельности с познанием, игрой, общением ребенка со взрослыми, экспериментирования в виде перспективных планов и методических рекомендаций к ним.

*Первым шагом* является диагностика определения уровня владения ребенком позиции субъекта физкультурно-оздоровительной деятельности, для этого разработаны специальные игровые ситуации «Принеси рыбку», «Прыгаем как зайчики» и др. Проблемная ситуация конструируется таким образом, чтобы ребенок мог сам выполнить цепочку последовательных действий с предметом: поплыла рыбка, запрыгал зайчик и т.п. Проанализировать результаты диагностики инструктору помогают краткие характеристики уровней в программе «Школа для заботливых родителей». Они являются основой для осуществления индивидуально дифференцированного подхода к детям при конструировании инструктором педагогического процесса.

*Вторым шагом* является прогнозирование, планирование педагогического процесса, инструктор дифференцирует группу на типологические подгруппы, объединяющие детей с общей социальной ситуацией развития и состоянием здоровья и конструирует педагогическое воздействие в подгруппах путем создания

дозированных по содержанию, объему, сложности, физическим и эмоциональным, психическим нагрузкам заданий и образовательных ситуаций. Цель – помочь ребенку максимально реализовать свой личностный потенциал, освоить доступный возрасту социальный опыт и сохранить, укрепить его здоровье.

*Третьим шагом* является исполнение намеченных планов-маршрутов. При этом основная задача педагогов состоит в том, что необходимо наполнить жизнь малыша с 1 года жизни интересными делами, включить каждого ребенка в содержательную деятельность, способствовать реализации детских интересов и жизненной активности. Учитывая, что самое главное – найти эффективный способ педагогического воздействия, позволяющий поставить ребенка в позицию активного субъекта детской деятельности.

#### *Научно-методическое сопровождение программы*

Система подготовки родителей по формированию у них педагогической техники взаимодействия с ребенком включает:

- анкетирование по выявлению опыта воспитания ребенка как субъекта физкультурно-оздоровительной деятельности на разных возрастных этапах;
- беседы и консультации с целью выработки единой стратегии воспитания детей;
- совместные занятия с детьми в бассейне, где родители под руководством опытных педагогов учатся понимать своего ребенка, общаться с ним и воспитывать его как субъекта детской деятельности.

#### *Медицинское сопровождение, включающее оздоровительную и лечебно-профилактическую работу с детьми*

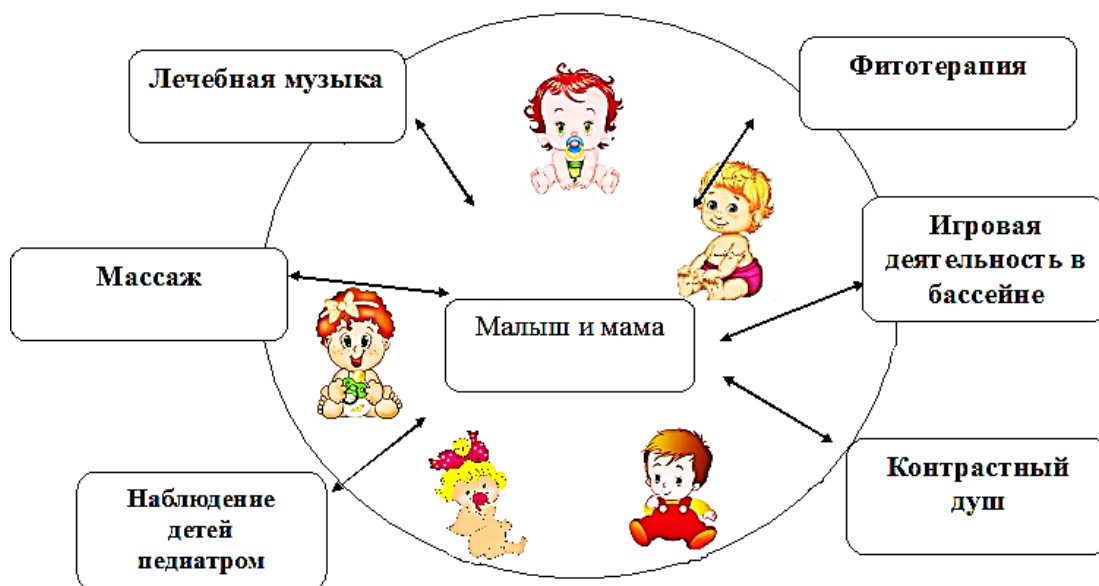
Решение психолого-педагогических задач возможно при условии соматического и нервно-психологического благополучия детей, которое обеспечивается системой медицинского сопровождения каждого ребенка. Лечебно-профилактическая работа осуществляется медицинскими сестрами и инструктором по физкультуре, имеющими специализацию по физиотерапии и массажу, Активное участие в оздоровительной работе принимают родители. Основными направлениями оздоровительной и лечебно-профилактической работы являлись:

- организация занятий в бассейне;
- закаливание;

- физическое развитие детей;
- массаж;
- лечебная музыка Рушеля Блаво.

## Приложение

### Модель МПП сопровождения детей раннего возраста



### План работы по обучению детей раннего возраста плаванию на квартал

Недели	Задачи	Основные упражнения на воде	t° воды
Неделя 1	1. Вызвать у младенца интерес к занятию по плаванию. 2. Приступить к освоению с водой. 3. Поддерживать эмоциональное отношение между ребенком и взрослым.	1. Поддержка «солдатином». 2. Поддержка «подводной подушкой». 3. Поддержка «двойным замком» в положении на спине. 4. Поддержка «двойным замком» в положении на груди. 5. Поддержка «ложкой» (ладонь).	37°
Неделя 2	1. Приучать детей к воде. 2. Учить держаться на воде. 3. Приучать слушать ребенка, выполнять упражнения по сигналу.	1. Поддержка «ложкой». 2. Поддержка для отдыха в полувертикальном положении. 3. Поддержка для отдыха в вертикальном положении. 4. Поддержка дугой в положении ребенка на груди.	37°

Неделя 3	1. Приучать детей не бояться брызг. 2. Подготовить к плавательным упражнениям. 3. Проверить «толчковый рефлекс» на спине в «чепчике Русалки».	1. Прямая проводка на спине. 2. Прямая проводка на груди. 3. Проводка головой вперед в положении на спине и на груди и «толчковый рефлекс».	36,5°
Неделя 4	1. Учить погружаться с головой. 2. Учить в воде отталкиваться от стенки. 3. Чередовать проводки с отдыхом ребенка.	1. Закрепить проводку с поворотами, чередуя с простыми проводками (прямыми, по кругу, восьмеркой).	36°
Неделя 5	1. Усложнить проводки ребенка в положении на груди. 2. Ознакомить с погружением в воду ребенка. 3. Освоить способ поддержки ребенка в вертикальном положении.	1. Проводки ребенка в положении на груди (одна рука «дугой»). 2. Подготовка к погружению ребенка в воду. 3. Увеличиваем проводку на спине на груди.	34°
Неделя 6	1. Учить делать легкий массаж, гимнастические упражнения. 2. Учить самостоятельно держаться на воде. 3. Овладеть всеми способами поддержки (на суше).	1. Поддержка «ковшом». 2. Поддержка «обхватом сзади». 3. Поддержка «лицом к лицу».	Упражнения на суше 34°
			1. Легкий массаж (3-4 мин.). 2. Гимнастические упражнения (в начале занятия) 7 упр.
Неделя 7	1. Увеличить время самостоятельного плавания ребенка (5-7 сек.) 2. Стимулировать активные плавательные движения ногами и руками. 3. Учить в вертикальном положении нырять в воду.	1. Погружать ребенка под воду (частично до уровня носа) – 1 сек. на груди. 2. Погружение с головой в вертикальном положении (5-6 р.).	1. Легкий массаж (5-6 мин.). 2. Гимнастические упражнения (7 упр.). 34°

Неделя 8	1. Поддержать врожденную способность к задержке дыхания. 2. Перед упражнениями в воде – подготовить ребенка к освоению плавательных упражнений.	Продолжать погружения: 1. С головой во время скольжения на груди. 2. С головой в вертикальном положении.	Массажные гимнастические упражнения. Повторить подержки.	34°
Неделя 9	1. Научить малыша самостоятельно лежать на воде 30-40 сек., потом 60-90 сек. 2. Учить держаться на воде. 3. Применить подвески («переходный мост»).	1. Подвеска подводится под затылок ребенка. 2. Подвеска при проводках в положении на груди. 3. Двойные подвески: под подбородок и под живот.		34°
Неделя 10	1. Инстинктивные и малоактивные движения перестроить на более рациональные и активные.			

### ***Список литературы***

1. Абросимова Л.И., Юрко Г.П. Физическое воспитание детей. – М.: Просвещение, 1989.
2. Березин И.П., Дергачев Ю.В. Школа здоровья. – М, 1998.
3. Бернштейн Н.А. Очерк о физиологии движений и физиологии активности. – М.: Изд-во «Медиум», 1966. – 350 с.
4. Вавилова Е.Н. Учите бегать, прыгать, лазать: Пособие для воспитателя детского сада. – М.: Просвещение, 1983 – 144 с.
5. Воробьев В.И. Слагаемые здоровья. М, 1994.
6. Воронова Е.К. Программа обучения детей плаванию в детском саду. – С-Пб.: «Детство-Пресс», 2001.
7. Гербова В.В., Иванова Р.А., Казакова Р.Г. Воспитание детей в детском саду. 1984.
8. Герхард Левин. Плавайте с малышами. – Минск: «Полымя», 1981.
9. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам. Старший возраст. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 1999. – 264 с.



10. Дмитриев А.А. Физическая культура в специальном образовании: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 178 с.
11. Дошкольное воспитание. Журнал. – 1996, № 6.
12. Елисеев С.П. Адаптивная физкультура. – СПб, 2003.
13. Зефирова А.Н., Анатерев В.И. Управление движениями у человека. Изд-во Казанского университета. – Казань: 1985. – 72 с.
14. Казаков А.П. Оздоровительный комплекс в детском саду. М.: ООО «Гном и Д», 2004.
15. Касьянов В.М. Развитие ребенка и среда (формирование речевой и двигательной функции. Детская нервность). – МГПИ, Кафедра школьной гигиены. – М, 1971.