

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение города
Нижевартовска детский сад №29 «Ёлочка»

педагогический проект "Дельфины"



Подготовили и провели: инструктора по физической культуре
(плавание) Диннер Л.А., Бребан С.В.

Нижевартовск 2018 год

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	2
СОДЕРЖАНИЕ ПРОЕКТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.....	4
Приложения.....	5
Используемая литература.....	11

1. ВВЕДЕНИЕ

АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОЕКТА

В современных условиях развития общества проблема здоровья детей является актуальной, как никогда ранее, в связи с тенденцией к ухудшению здоровья детского населения. Достичь необходимого уровня интеллектуально-познавательного развития может только здоровый ребенок. Развитие детей и улучшение их здоровья в процессе воспитания и обучения в дошкольных образовательных учреждениях – одна из актуальных задач современной педагогики. Дошкольный возраст, как известно, является самым благоприятным периодом для всестороннего развития ребенка. Но сегодня родители, к сожалению, больше внимания уделяют умственному развитию детей, не проявляют должной заботы о физическом развитии, забывая о том, что регулярные занятия плаванием способствуют закаливанию, совершенствованию механизма терморегуляции, повышению иммунитета, укрепляют нервную систему, повышают тонус мышц, выносливость. Плавание благотворно влияет и на формирование личности ребенка. Занятия плаванием развивают целеустремленность, смелость, настойчивость, дисциплинированность.

Но прежде неплохо было бы овладеть элементарными знаниями, которые помогли бы нам выбрать наиболее рациональный путь к здоровью с учётом личных физиологических возможностей, привлечь к решению проблемы всех участников образовательного процесса, особое внимание уделяя взаимодействию с родителями. Для реализации данной цели и служит проект “ДЕЛЬФИНЫ”.

Тип проекта

По доминирующей в проекте деятельности: ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ.

По характеру контактов: В РАМКАХ ДОУ.

По времени проведения: КРАТКОСРОЧНЫЙ

Участники проекта: дети средней и старшей группы, инструктор по физической культуре, воспитатели групп, родители.

ГИПОТЕЗА ПРОЕКТА

Если качественно организовать физкультурно- оздоровительную работу с детьми, то это поможет сохранению, укреплению, оздоровлению и улучшению здоровья детей, как физического, так и психического, а правильно организованная, развивающая среда, представляет ребенку возможность проявить себя в социальном плане, освоить определенные правила здорового образа жизни, ощутить взаимосвязь с другими детьми, укрепить уверенность в своих силах.

· **проблема** - поиск участниками образовательного процесса эффективных путей укрепления здоровья ребенка и приобщения его к здоровому образу жизни.

Цель проекта - создавать условия в месте проведения занятий по плаванию для полноценной работы по сохранению и укреплению здоровья детей, приобщение детей и их родителей к здоровому образу жизни.

задачи проекта

- охрана жизни и укрепление здоровья детей посредством водной среды;
- формирование сознательного отношения к своему здоровью;
- улучшение деятельности сердечно – сосудистой и дыхательной систем;
- развитие физических качеств: выносливости, ловкости, быстроты, силы в соответствии с индивидуальными особенностями ребёнка;
- формирование правильного изгиба позвоночника, укрепление связочно-суставного аппарата;
- создание условий для реализации потребности в двигательной активности;
- формирование адекватных установок для успешного овладения различными способами плавания.
- пропаганда здорового образа жизни;
- повышение интереса родителей воспитанников к участию в физкультурных и [оздоровительных мероприятиях](#) вместе с детьми.

Методы проекта

1. Тематические занятия в бассейне
2. Праздники, досуги, развлечения;
3. Мониторинговые процедуры с привлечением родителей (анкетирование).

Ожидаемый результат

Обогатится социальный опыт дошкольников, расширится их кругозор. Повысится интерес детей к занятиям плаванием и спорту. У детей сформируются представления о здоровом образе жизни. У родителей сформируются представления о создании благоприятного эмоционального и социально – психологического климата для полноценного развития ребенка. Родители будут вовлечены в единое пространство «семья – детский сад».

Содержание проектной деятельности

Этапы и сроки реализации:

1. I этап – подготовительный,
2. II этап – практический,
3. III этап – заключительный.

I Этап – подготовительный

1. Изучение понятий, касающихся темы проекта;
2. Изучение современных нормативных документов, регламентирующих деятельность по здоровьесбережению;
3. Анкетирование родителей;
4. Разработка плана организации физкультурно-досуговых мероприятий в бассейне;
5. Подготовка цикла тематических физкультурных занятий по плаванию;

II ЭТАП – ПРАКТИЧЕСКИЙ

1. Проведение цикла тематических занятий по плаванию.
2. Проведение занятий с участием родителей.
3. Проведение физкультурных праздников и развлечений в бассейне
4. Организация целенаправленной просветительской и консультативной деятельности с родителями по вопросам формирования у детей привычки здорового образа жизни, организации активного отдыха в семье. Анкетирование родителей.

III этап - заключительный

Проведение спортивного праздника

«Самый ловкий, самый быстрый»

2. Анализ проекта с педагогами.

РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ:

- Повышение активности родителей воспитанников, проявляющееся в участии в физкультурно-оздоровительных мероприятиях вместе с детьми, проводимые в бассейне ДОУ.

-Привычка ребенка к регулярным занятиям плаванием с целью укрепления здоровья или активного отдыха в дальнейшей жизни – самый важный итог нашей работы.

-Участие в играх и праздниках детей – это укрепление дружеских взаимоотношений в детском коллективе. Участие в праздниках объединяет детей, общение радостными переживаниями, приносит эмоциональное, «эстетическое» удовлетворение.



ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Тематическое занятие по плаванию «ДЕЛЬФИНЫ»

в средней группе

Подготовила и провела: инструктор по физкультуре (плаванию)

Цель:

Повторение изученного материала через игровые упражнения или в игровой форме.

Задачи:

- 1 Создание условий для реализации потребности в двигательной активности;
- 2 Формирование адекватных установок для успешного овладения различными способами плавания.
- 3 Совершенствование навыка выдоха в воду;
- 4 Закрепление навыка работы ног кролем;
- 5 Формирование бережного отношения друг к другу и сплочение коллектива.

Продолжительность занятия : 20 минут.

Инвентарь:

Плавательные доски по количеству детей, вспомогательные средства.

Конспект занятия

Содержание

1Вход в воду.

2.Построение у бортика. Выдохи в воду 5 раз.

3.Игра «Солнце и дождик» .

Правила:

Капля раз, капля два

(медленные хлопки по воде),

Капли медленно сперва:

Кап-кап, кап-кап.

Стали капли попевать

(быстрые хлопки по воде),

Капля каплю догонять –

Кап, Кап, кап, кап.

Зонтик поскорей раскроем, от дождя себя укроем.

Дети поднимают руки над головой и убегают в домик. Взрослый брызгается на детей, они должны вернуться и убежать от брызг.(Игра повторяется 3-4 раза).



Дети разбирают плавательные доски, строятся у бортика.

. Очень часто на остров цветов приплывают дельфины, чтобы посмотреть на эту красоту. Сейчас мы с вами покажем, как плавают и резвятся дельфины.

Игровое упражнение «Веселые дельфины»

4. Скольжение на груди с вспомогательными средствами в руках, ноги - кроль.

(4 бассейна)

5. Выдохи в воду 3-5 раз

6. Игра «Хоровод».

Правила:

Мы идем, идем, идем

(идут по кругу, взявшись за руки),

Хоровод ведем, ведем.

Сосчитаем до пяти,

Ну, попробуй нас найти

(на счет 5 дети опускаются под воду).

Раз, два, три, четыре, пять.

(Игра повторяется 3 раза).

Дети возвращаются к бортику.

Инструктор произносит слова:

«Мы умеем веселиться

Прыгать, в салочки играть

И друг друга догонять.»

7. Игра «Салочки» по всему бассейну. 1-2 минуты.

8. Выдохи в воду 5 раз.

9. Свободное плавание во время которого осуществляется индивидуальная работа с детьми.

10. Ребята встают в круг. Игра «Смелые ребята».

Мы ребята смелые,

Смелые, умелые.

Если только захотим,

Через воду поглядим.



С последними словами стараются опустить лицо в воду с открытыми глазами.

11 Выход из воды.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2 Анкета для родителей:

- 1. Какие закаливающие процедуры проводятся дома?**
- 2. Умеете ли ВЫ плавать?**
- 3. Как относитесь к обучению детей плаванию?**
- 4. Каким средством физического воспитания отдается предпочтение в семье (физические упражнения, прогулка, водные процедуры)?**

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Сценарий физкультурного досуга в бассейне

«Самый ловкий, самый быстрый»

для детей старшей группы

Цель: организация активного отдыха детей

Задачи:

- 1.Продолжать развивать интерес к занятиям в бассейне.**
- 2. Способствовать закреплению и совершенствованию двигательных навыков и умений.**
- 3. Воспитывать дружеские взаимоотношения, создавать положительный эмоциональный настрой.**

Предварительная работа:

- 1.Запись фонограммы для досуга.
- 2.Оформление помещения бассейна.
3. Подготовка письма к детям.
4. Подбор загадок.

Оборудование:

Аудиозапись музыки: «Все спортом занимаются» сл. В. Викторова, муз. Е. Туманян

«Песня Буратино» авт. Ю. Энтин, А. Рыбников

Доски для плавания – 6 шт.

Массажные кольца – 6 шт.

Теннисные шарики – 6 шт.

Обручи мал.- 2шт.

Тонущие игрушки – 20 шт.

Удочка с бабочкой.

Место проведения: плавательный бассейн

Продолжительность досуга – 25-30 мин.

Ход досуга

Дети выходят из душевой и становятся вдоль скамейки.

И. Здравствуйте, ребята. Мы сегодня не одни, у нас много гостей. Давайте с ними поздороваемся. Итак, мы начинаем нашу встречу ... с чего?

Д. С разминки!

Проводится разминка на суше под музыку «Все спортом занимаются»

И А теперь заходим в воду. Но сначала давайте вспомним важные правила: как мы спускаемся по лестнице? Куда смотрим?

(Ответы детей)

Дети становятся вдоль бортика, проверяют дистанцию.

*И Краб—известный забияка,
Он чуть-чуть похож на рака.
Клешни грозные имеет,
В драках шумных не робеет.*

Превращаемся в крабов и идем вдоль бортика

Упражнение «Крабы»

(Дети идут вдоль бортика правым боком в полуприседе, руки на поясе, назад – левым боком.)

И. предлагает встать напротив досок, разложенных на бортике в шахматном порядке.

И. В синем море корабли

Уплывают от земли.

Рядом прыгают дельфины,

Выгибают гордо спины.

Упражнение «Дельфины»

(Дети прыжками на двух ногах продвигаются вперед к противоположному бортику.)

И Для нее волна-качели

И плывет она без цели

Ниоткуда в никуда

Вся прозрачна как вода.

Упражнение на дыхание «Медуза»

(Дети делают глубокий вдох, ложатся на грудь, расслабляют руки и ноги и лежат, пока И. считает до 5)

И Ребята, посмотрите, нам дельфины принесли какое-то письмо.

Открывает его и читает: «Здравствуйте, ребята! К вам в гости идет необычный гость.

Попробуйте, угадайте кто он.

«У отца был мальчик странный
Необычный — деревянный.
Но любил тот папа сына.
Что это за странный
Человечек деревянный?
На земле и под водой
Ищет ключик золотой...
Всюду нос сует он длинный.
Кто же это?..» Д. Буратино!

Звучит песня из кинофильма «Приключения Буратино»

Входит Буратино.

Б. Послушайте, друзья, вы не видели здесь Черепаху Тортилу? Нет? Ну, тогда я побежал!

(собирается уходить, но потом останавливается и спрашивает:)

Б А что вы здесь делаете?

И. Буратино, воспитанные люди сначала здороваются, а потом вопросы задают!

Б. Ой, да ладно вам! Здравсьте...

И. Ребята, скажите, чем мы здесь с вами занимаемся?

(Ответы детей)

И. Правильно. Мы занимаемся физкультурой, учимся плавать, закаляемся.

Б. Ой, подумаешь – плавать! Лег и плыви!!

И. Ребята, разве Буратино прав?

(Ответы детей)

И. Надо стараться, упражняться, много потрудиться, чтобы научиться плавать.

Б. Ох, вот как раз я это не люблю-учиться..., вернее, люблю, но не очень...

И. Буратино, если не учиться, то так и останешься неграмотным на всю жизнь

Б. Ой, а ваши дети больно грамотные?

И. А ты спроси у них что-нибудь.

Б. Пусть мои загадки разгадают!

Буратино загадывает загадки, дети отгадывают и показывают отгадку в виде упражнений «Поплавок», «Стрела», «Морская звезда», «Насос»

Он в воде сидит,
А я на берегу.
На него я наглядеться не могу. Как он нырнет,

Значит рыба клюет.

(Поплавок)

Вот так длинная струна!

Не гитарная она.

Далеко летает

В цель попадает.

(Стрела)

Глубоко на дне она,
Словно на небе видна.
Но не светит и не греет,
Потому что не умеет.
(Морская звезда)



Носим воду из реки.
Носим воду в две руки.
Надо, чтобы воду нёс
Электрический... (насос)

Б Ох, и правда. Умные у вас дети! И ловкие... Только ни за что не поверю, что еще и быстрые!

И Так давай, Буратино, проверим. Согласны, ребята? Давайте разобьемся на 2 команды «Рыбки» и «Дельфины».

Проводится эстафета «Самый быстрый»

Цель: быстро проплыть дистанцию, не уронив кольцо с доски.

Дети по очереди плывут кролем на груди с доской, на которой лежит кольцо.

Проводится игра на дыхание «Ветерок»

Цель: как можно быстрее загнать шарик в обруч, используя только силу дыхания.

Дети дуют на теннисные шарики, стараясь загнать их в обруч.

Б. Вот молодцы!..Приятно посмотреть.

Проводится игра «Самый сильный»

Цель: дотянуть напарника, лежащего на груди, за руки до противоположного бортика.

Дети становятся лицом друг другу в паре, один тянет, другой делает скольжение на груди.

Проводится игра «Самый ловкий»

Цель: достать наибольшее количество предметов со дна

Дети собирают разбросанные на дне предметы по одному и приносят в «домики», потом считают их количество.

И Что скажешь, Буратино?

Б Мне так понравились ваши ребята!! Я даже захотел с ними и сам поиграть.

Буратино играет с детьми в игру «Бабочка»

Цель: вовремя нырнуть под воду, не дать «бабочке» сесть на голову

Дети становятся в круг, берут в руки массажные кольца, Буратиностарается опустить на их голову «бабочку», а детям нужно успеть нырнуть под воду, спрятаться.

После окончания игры звучит мелодия из фильма «Приключения Буратино» 00:40

Б Ой, как я рад, что встретился с вашими ребятами! Я увидел, какие они ловкие, умные, быстрые и смелые. И я понял, чтобы стать таким же, надо учиться и трудиться.

И чтобы не терять времени даром, я бегу в школу за знаниями! Спасибо!

А на память я хочу подарить вашим ребятам интересную игру. До свидания!

Буратино убегает

И Вот и закончилось наше развлечение. Вам понравилось? Давайте прощаться с нашими гостями. До свидания. Дети выходят из воды.

Используемая литература

1. Булгакова у воды, на воде, под водой / – М.: Физкультура и Спорт, 2000 г.
2. Васильев детей плаванию / – М.: Физкультура и Спорт, 1989 г.
3. Воронова обучения в детском саду / – СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2003 г.
4. «Нептун» собирает друзей / , – М.: Физкультура и Спорт, 1983 г.
5. Левина Г. Плавайте с малышами / Г. Левина – М.: «Просвещение», 1991 г.
6. Осокина научить детей плавать. Пособие для воспитателя детского сада – 3-е изд. дораб. и дополн./ – М.: «Просвещение» 1985 г
7. Осокина плаванию в детском саду: Кн. Для воспитателей д/с и родителей / , , – М.: Просвещение, 1991 г.
8. « Навстречу друг другу», СПб, 2001 г

Составитель: инструктор по физической культуре

(плавание) Диннер Л.А.