Аттестационная работа

Слушателя курсов повышения квалификации по программе:
«Проектная и исследовательская деятельность как способ формирования метапредметных результатов обучения в условиях реализации ФГОС»

Кретова Надежда Александровна
Фамилия, имя, отчество
МДОУ №7 г.Электросталь Московская обл.
Образовательное учреждение, район

На тему:
«Влияние занятий аквааэробикой на детский организм в ДУ»

Занятия по аквааэробике в ДУ:

- Программа занятий аквааэробикой основана на общепринятых педагогических принципах.
- По данной программе, занятия проводятся в виде кружка для детей дошкольного возраста 5-7 лет (с учетом их возрастных особенностей и уровня плавательной подготовленности).
- Материальная база ДУ позволяет в полной мере реализовать данную программу.

Характеристика образовательного учреждения:

- Муниципальное дошкольное образовательное учреждение **"Центр развития ребенка - детский сад №7"**
- МДОУ№7 осуществляет образовательную деятельность по Основной образовательной программе дошкольного образования , разработанной на основании ФГОС ДО и с учётом Примерной основной образовательной программы (одобренной федеральным учебно-методическим объединением по общему образованию (протокол от 20 мая 2015г №2/15).
- Имеется бассейн, оснащенный всем необходимым оборудованием.

Цели и задачи программы:

Цель:

- Укрепление здоровья и повышение двигательной активности дошкольников средствами аквааэробики.

Задачи:

- Формировать культуру здорового образа жизни;
- Способствовать закреплению навыков плавания и преодолению чувства боязни воды;
- Развивать физические качества: силу, выносливость, гибкость и ловкость;
- Формировать новые двигательные умения и навыки, используя средства аквааэробики;
- Способствовать развитию чувства ритма и умению управлять телом в воде;
- Развивать творческие способности и аватворчество;
- Воспитывать художественный вкус, любовь к воде и движениям в ней.

Применяемые автором формы исследовательской/проектной деятельности:

- **Теоретические** – предполагающие рассказ о значении аквааэробики, её влиянии на организм, об использовании упражнений в повседневной жизни и самостоятельной активности;
- **Практические** – обеспечивающие обучение новым упражнениям, совершенствование умения выполнять движения в темпе музыки;
- **Самостоятельные** – предусматривающие самостоятельное выполнение упражнений под музыку, проявление индивидуальности, реализацию своих потребностей в движении;
- **Индивидуальные** – направленные на совершенствование умений детей, которые имеют слабую подготовку, или, наоборот, сильную.

Основное содержание и структура образовательной программы:

Состоит из трех частей: подготовительной, основной и заключительной.

- **Подготовительная часть** – состоит из умеренных по интенсивности физических упражнений в воде под музыку, которые выполняются с предметами и без, обеспечивающих разогревание организма, повышение частоты пульса, дыхания.
- **Основная часть** – направлена на развитие физических качеств, силы, гибкости, выносливости, а также основных навыков плавания.

Состоит из выполнения плавательных движений, элементов статического и художественного плавания, упражнений на развитие акватворчества, комплексного использования умений и навыков в самостоятельной деятельности и в сотворчестве с педагогом.

- **Заключительная часть** – предусматривает постепенное снижение нагрузки под успокаивающую, расслабляющую музыку, выполнение упражнений контролируемого дыхания, релаксации, заданий на расслабление методом контраста, преодоление чувства боязни воды и восстановление функций организма.

Методы диагностики образовательного результата:

- В качестве процедуры оценивания используется тестирование плавательной подготовленности дошкольников на начало и конец года, содержащее разработанные контрольные упражнения для каждой возрастной группы.

Анализ уровня плавательной подготовленности детей показывает положительную динамику роста плавательных умений и навыков.

Вывод:

- Таким образом, можно заключить, что аквааэробика содействует укреплению здоровья и обогащению двигательной активности дошкольников, выступая, как сопутствующая форма обучения плаванию, является преемственным его продолжением, так как содержит упражнения на развитие плавательных способностей.

  Делает процесс обучения более эффективным, разнообразным, интересным. Придает занятиям яркую окраску, приносит ощутимую пользу здоровью, развивает творчество и фантазию.

Перспективы развития исследовательской/проектной деятельности в учреждении и профессиональной деятельности автора:

- Продолжение знакомства с оборудованием, инвентарем и специальными приспособлениями для занятий аквааэробикой;
- Знакомство с новыми упражнениями на развитие физических качеств ребенка;
- С элементами других водных видов спорта.