

# Выпускная квалификационная работа

## **Закаливание как средство оздоровления детей младшего дошкольного возраста в дошкольной образовательной организации**

Выполнила:

Халимовская Любовь Павловна

Научный руководитель:

Закутняя Татьяна Викторовна



**Объект исследования в дошкольной образовательной организации** - система оздоровительной работы с детьми младшего дошкольного возраста.

**Предмет исследования в дошкольной образовательной организации** - закаливание как средство оздоровления детей младшего дошкольного возраста.

**Цель данной работы** – создание эффективной системы закаливания как средства оздоровления детей младшего дошкольного возраста.



## Задачи исследования:

1. Проанализировать научно-теоретическую литературу по теме закаливания детей младшего дошкольного возраста;
2. Рассмотрение анатомо – физиологических и психических особенностей детей младшего дошкольного возраста
3. Определить роль закаливания как средства оздоровления детей дошкольного возраста.
4. Разработать систему закаливания.
5. Сделать выводы по результатам проведенного исследования.



**Гипотеза исследования:** если использовать закаливание в процессе оздоровительной работы с детьми младшего дошкольного возраста, то оно будет способствовать укреплению здоровья ребенка и снижению заболеваемости.

**Методы исследования:** наблюдение, беседа, опрос, сравнение, анкетирование родителей.



# Глава I Теоретическое обоснование закаливания как средства оздоровления детей младшего дошкольного возраста

1.1. Оздоровление как способ физического развития детей младшего дошкольного возраста

1.2. Анатомо – физиологические особенности развития детей младшего дошкольного возраста

1.3. Психолого – педагогические особенности работы с детьми младшего дошкольного возраста

1.4. Понятие о закаливание

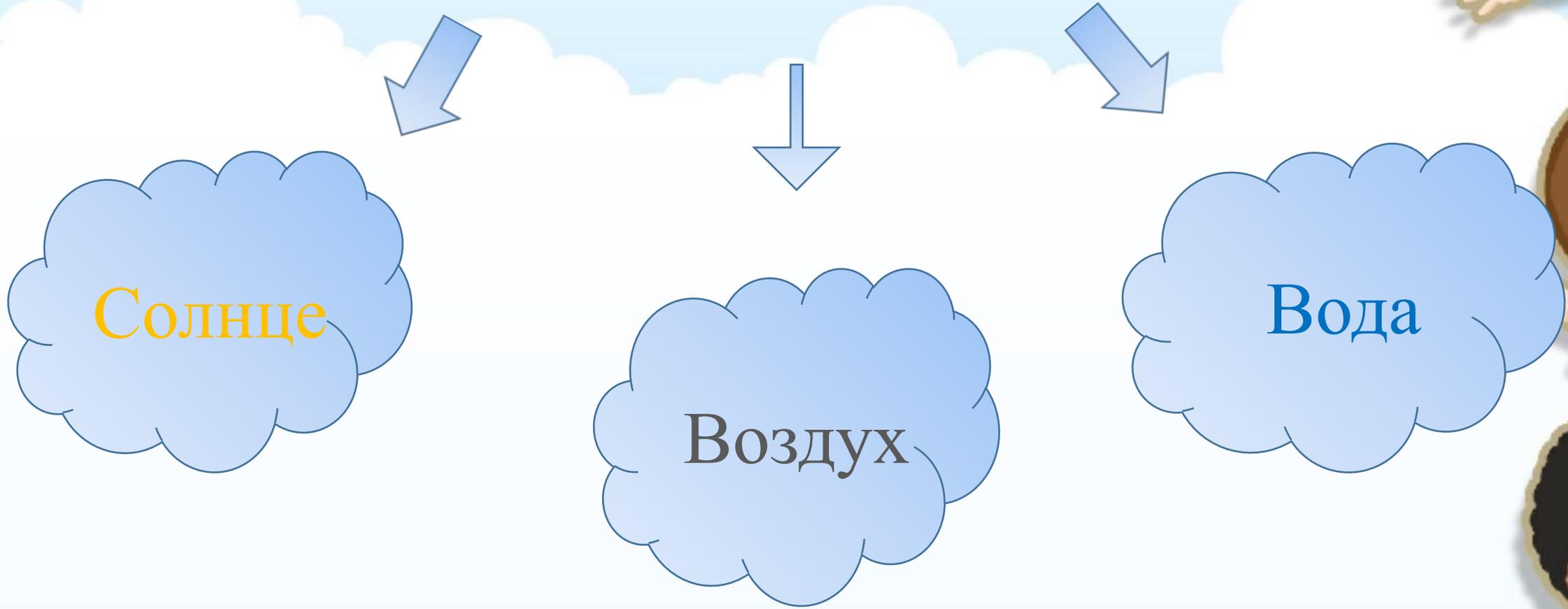
1.5. Средства закаливания



**Закаливание** — комплекс мероприятий по повышению устойчивости организма к воздействию неблагоприятных климатических условий (низкой и высокой температуры воздуха, повышенной влажности, пониженного атмосферного давления).



# Средства закаливания



Солнце

Воздух

Вода



# Принципы закаливания

1. Постепенность увеличения дозировки раздражителя
2. Последовательность применения закаливающих процедур
3. Систематичность
4. Комплексность
5. Учет индивидуальных особенностей ребенка
6. Активное и положительное положение детей к закаливающим процедурам



Глава II Практическое обоснование закаливание как средство оздоровления детей младшего дошкольного возраста в дошкольной образовательной организации

2.1. Анализ оздоровительной программы «Будем здоровы!» в дошкольной образовательной организации деревни Кипень Ломоносовского района Ленинградской области

2.2. Практическое применение использование методики закаливания детей младшего дошкольного возраста в дошкольной образовательной организации

2.3. Выводы по проделанной работе



# Описание дошкольного образовательного учреждения

*Основными задачами учреждения являются:*

1. **Охрана жизни и укрепление физического и психического здоровья детей.**
2. Обеспечение познавательно-речевого, социально-личностного, художественно-эстетического и физического развития детей.
3. Воспитание с учетом возрастных категорий детей гражданственности, уважения к правам и свободам человека, любви к окружающей природе, Родине, семье.
4. Осуществление необходимой коррекции недостатков в физическом и (или) психическом развитии детей.
5. **Взаимодействие с семьями детей для обеспечения полноценного развития детей.**
6. Оказание консультативной и методической помощи родителям (законным представителям) по вопросам воспитания, обучения и развития детей.

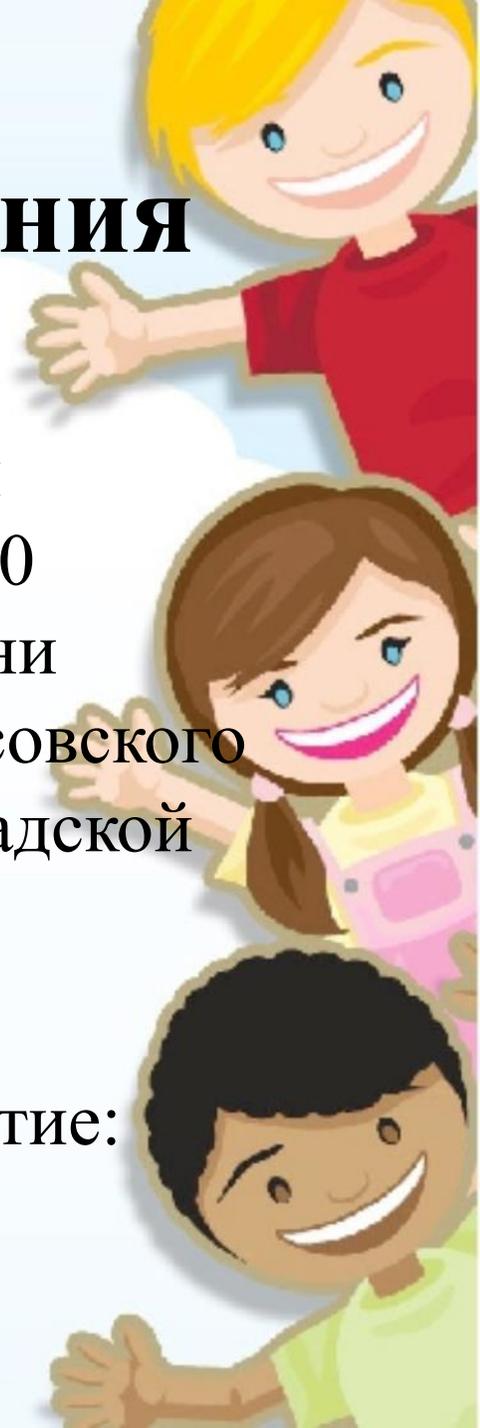


# Описание организации исследования



Дошкольной  
образовательной  
организации №30  
«Улыбка» деревни  
Кипень Ломоносовского  
района Ленинградской  
области

Принимало участие:  
20 детей.



# Проект «В здоровом теле, здоровый дух»

*Цель проекта:* создание системы работы по взаимодействию дошкольной образовательной организации и семьи по закаливанию детей младшего дошкольного возраста

Вид проекта: физкультурно – оздоровительный

Сроки реализации: краткосрочный (с октября по декабрь)



Проект состоит из трех этапов:

- подготовительный этап
- практический этап
- заключительный этап

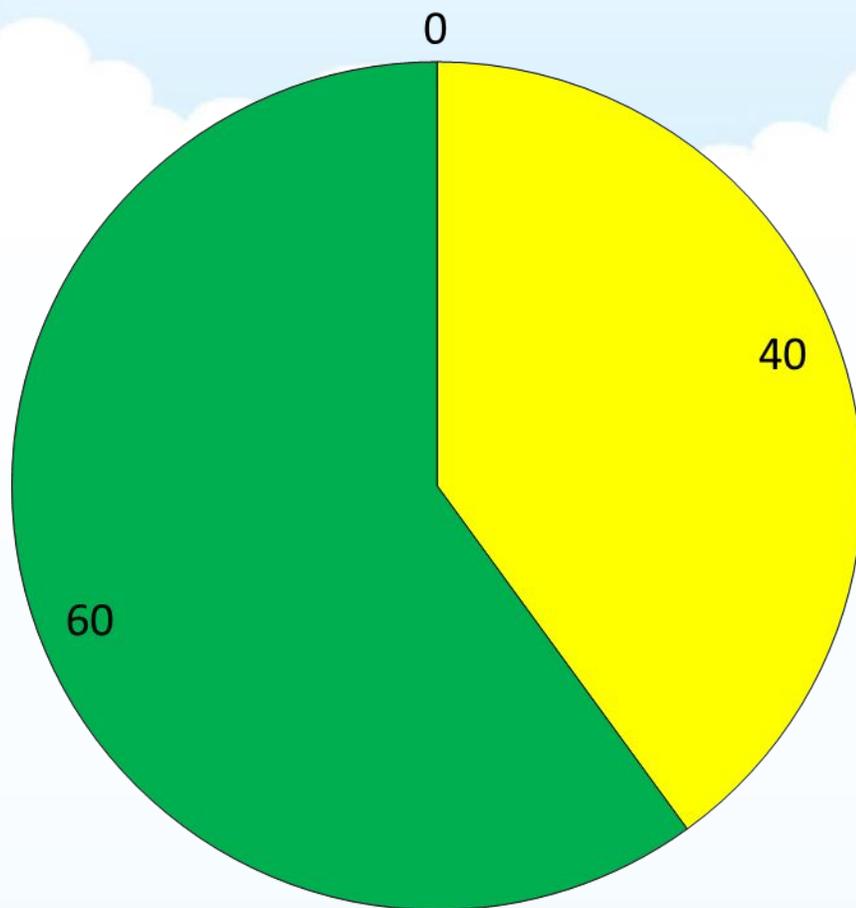


# Подготовительный этап

Исследование по отношению ребенка к здоровью и здоровому образу жизни



# Показатели заболеваемости детей младшего дошкольного возраста



- первая группа здоровья
- вторая группа здоровья
- третья группа здоровья



Часто ли болеет ваш ребенок?	Ответы родителей в %						
	а	б	в	г	д	е	ж
1. Часто ли болеет ваш ребенок? а) совсем не болеет б) редко болеет в) часто болеет	0	35	75				
1. Знаете ли Вы физические показатели вашего ребенка?	0	25	75	-	-	-	-
1. На что, на Ваш взгляд, должны семья и детский сад обращать особое внимание, заботясь о здоровье и физической культуре ребенка?	10	20	30	75	20	15	10
1. Какие закаливающие процедуры наиболее приемлемы для Вашего ребенка?	10	20	25	10	15	-	-
1. Знаете ли Вы как укрепить здоровье ребенка?	10	35	0	0	45	-	-
1. Ваш ребенок занимается физкультурой и спортом?	0	0	20	80	-	-	-
1. Считаете ли Вы питание своего ребенка вне детского сада рациональным?	5	10	15	60	-	-	-
1. Какой отдых Вы предпочитаете для ребенка?	25	60	10	5	-	-	-
1. Как ваш ребенок проводит досуг?	10	10	65	15	-	-	-
1. Откуда Вы получаете информацию о здоровом образе жизни?	0	5	15	80	-	-	-
1. Вы прививаете ЗОЖ СВОЕМУ РЕБЕНКУ?	5	70	25	-	-	-	-
1. Если Вы прививаете ЗОЖ, каким образом?	5	0	0				
1. Нужна ли помощь детского сада?	80	20	0				



## Занятие физкультурой



## Утренняя гимнастика



## Су-джок терапия



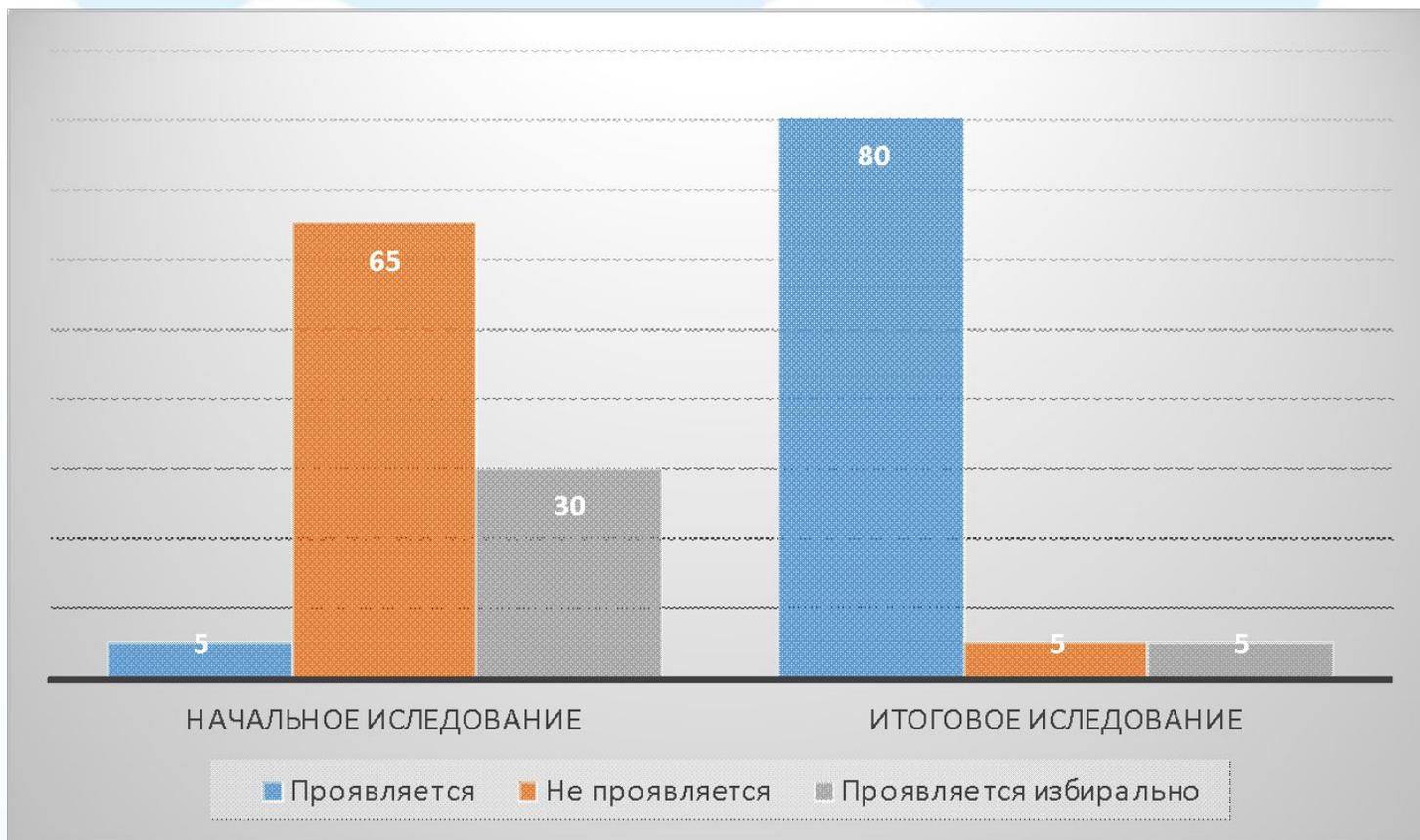


# Заключительный этап

## Сравнительные показатели заболеваемости детей младшего дошкольного возраста после проведения проекта



# Сравнительные показатели по отношению ребенка к здоровью и здоровому образу жизни





## Вывод:

При правильном проведении закаливающих процедур, ребенка можно закалять довольно длительное время и получить хороший результат – крепкое здоровье.

На данном этапе итог работы с детьми младшего дошкольного возраста сложно определить. Поэтому мы продолжим начатую нами работу по закаливанию.

В начале исследования мы выдвигали гипотезу: если использовать закаливание в процессе оздоровительной работы с детьми младшего дошкольного возраста, то оно будет способствовать укреплению здоровья ребенка и снижению заболеваемости. Можем предположить, что гипотеза подтвердилась.



