

# Проект «Волшебница Вода»



**Власова Людмила Николаевна,  
воспитатель МБДОУ г. Мурманска № 120**



# Проект «Волшебница вода»

Цель: закалять детей дошкольного возраста с применением водных процедур.

## Этапы проекта

1. Организационный
2. Деятельностный
3. Результативный



# Организационный этап

Постановка проблемы:

**полезно ли мыть руки прохладной водой?**



# Деятельностный этап

←  
систематизация  
информации  
о полезных свойствах  
ВОДЫ

→  
оздоровительная  
работа по  
закаливанию водой



# Изучение полезных для закаливания свойств воды

- беседа «Если хочешь быть здоров - закаляйся!». Цель: Уточнить и расширить представления детей о видах, методах закаливания.
- чтение художественной литературы: стихи К. Чуковского «Мойдодыр», Агнии и Павла Барто «Девочка Чумазая», и др.
- рассматривание иллюстраций по теме. Цель: расширение знаний детей о способах профилактики простудных заболеваний (обтирание рук влажной варежкой, ходьба по тропинке здоровья, полоскание горла и т.д.).
- игра «Купание куклы Машеньки». Цель: формировать у детей навыки последовательности при выполнении гигиенических процедур; воспитание привычки к ЗОЖ
- опыт «Холодная-горячая водичка», «Разноцветная водичка», «Сладкая-соленая водичка» и др.



# Практическая часть

- ежедневное умывание прохладной водой лица и рук по локоть.

В начале проекта температура воды  $+28^{\circ}$ ,  
затем снизили до  $+20$ .



# Практическая часть

- игра «Веселые кораблики» или «Буря в стакане» (ежедневно после утренней гимнастики).

Цель этой игры: развитие у детей сильного, плавного, длительного выдоха и вдоха.

Дети набирают воздух носиком и дуют на кораблики, чтобы они передвигались. – это не произносишь



# Практическая часть

- обтирание рук влажной варежкой.

Дети левой рукой растирают правую руку (вытянутую вперёд ладонью вниз), и так же на правой руке. Сразу после обтирания кожу вытирают сухим полотенцем.

Температура воды для обтирания:  
начальная -  $30^{\circ}$ , предельная -  $22^{\circ}$





# Практическая часть

- ежедневно перед сном обливание ног водой.



Начальная температура воды +27+28,  
конечная температура не ниже +18



# Практическая часть

- ходьба по «дорожке здоровья», смоченной солевым раствором, цель которой, наряду с закаливанием, является профилактика и коррекция плоскостопия, развития чувства равновесия и координации движений.



# Практическая часть

## Игры с водой

- игра «Взбиваем пену» на развитие у детей быстроты реакции.



Налить в таз воду, добавить пену для ванн или мыло. Дети опускают руки в таз и резкими движениями образуют пену.



# Практическая часть

## Игры с водой

- игра «Найди льдинку»



Дети достают лед из таза с водой в отдельную ёмкость.





# Практическая часть

## Закаливание снегом

- в группе дети попеременно погружают руки в таз со снегом, а потом в таз с водой  $t 36^{\circ}$ .





# Практическая часть

## Закаливание снегом

- в конце прогулки дети сначала растирают ладошки снегом, а затем голыми руками лепят снежки. Потом просушивают руки бумажными полотенцами и заходят в сад.



# Результативная часть

Снижение заболеваемости воспитанников группы  
на 17%.

Абсолютных противопоказаний к закаливанию нет. Каждый человек должен закаляться всю жизнь. Важно только правильно дозировать, особенно в начальном периоде, закаливающие процедуры.

