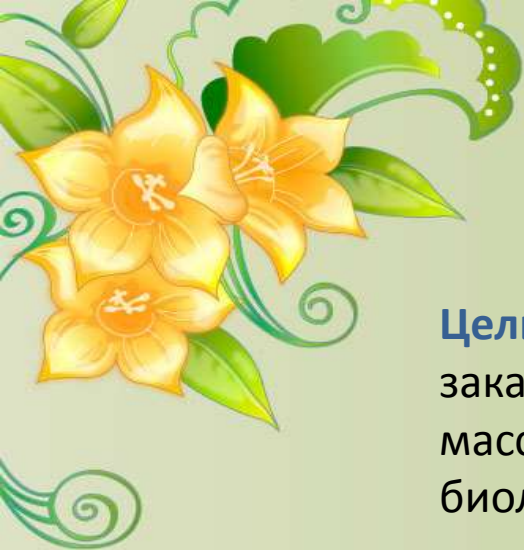




Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад общеразвивающего вида № 25 рабочего посёлка Переяславка Муниципального района имени Лазо Хабаровского края

Презентация на тему: « Дорожка здоровья»

*Подготовили презентацию:
Задорожная О.А.
Лалетина О. А*



Цель: Создать условия для физического здоровья детей, закаливания организма при помощи использования массажных ковриков, посредством воздействия на биологически активные точки стопы.

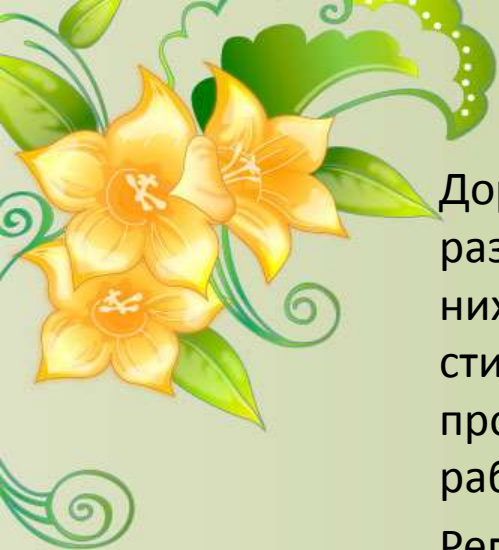
Задачи:

1. Выявить уровень культуры здоровья детей, их потребности и функциональные возможности.
2. Определить теоретические основы создания нестандартного оборудования с учетом особенностей детей.
3. Разработать и изготовить нестандартное оборудование.
4. Обогащить двигательную среду с целью воспитания культуры здоровья у детей.



Актуальность

В современном мире проблема здорового поколения стоит наиболее остро. Анализируя показатели здоровья детей поступающих в ДОУ видим, что идет преобладание второй и третьей группы здоровья. Часто болеющие дети имеют самые распространенные заболевания: ОРВИ, плоскостопие, нарушение осанки. Современные дети стали более пассивными, большую часть времени проводят у телевизора или компьютера, в результате низкие показатели двигательной активности, физической выносливости, силовых качеств, нарушения координации движений. Как привлечь детей к занятию физическими упражнениями в целях укрепления и оздоровления организма? Важным моментом в этом направлении является массаж стопы ребенка, цель которого - воздействие на биологически активные центры на ногах.



Для чего нужна дорожка здоровья?

Дорожка здоровья в детском саду предназначена для разнообразного воздействия на детские стопы. Как известно, на них располагается огромное количество активных точек, стимуляция которых позволяет положительно влиять на прохождение разных процессов внутри организма, а также на работу органов и систем.

Регулярное массажное воздействие на стопы помогает ежедневно и совершенно без труда улучшить здоровье ребенка. И дорожка здоровья позволяет сделать этот процесс не только полезным, но и весьма увлекательным.

Детям такая конструкция будет крайне полезна, ведь она представляет собой не только средство профилактики, но и является замечательным вариантом терапии плоскостопия.

Прогулки по такой дорожке рекомендуется совмещать с процедурами закаливания. Благодаря этому, здоровье деток действительно значительно улучшится.



Размещение

Как уже говорилось, дорожка здоровья может быть организована, как в группе детского сада, так и на территории для прогулок. Хорошо, если конструкция будет постоянно доступна детям, чтобы они могли пройти по ней, как только у них возникнет такое желание. Однако в некоторых группах практикуют выкладывание дорожки на некоторое время, например, после дневного сна.

Своими руками

В качестве наполняющих предметов можно применять самые разные подручный материал, попавший под руку. В роли таковых могут выступить орешки, бусинки, крышечки от пластиковых бутылок и даже сами бутылки, заполненные песком либо водой, фломастеры или карандаши, мех, вязанные предметы и т.д. . Конструировать дорожку здоровья можно с помощью толстой веревки, пластиковых ковриков по типу травка, резиновых ковриков для обуви и металлических цепей. Кроме того на конструкции должны находиться и достаточно мягкие предметы, к примеру, мочалки сизалевые либо посудные губки из поролон. На дорожке можно разместить полотняные мешочки, заполненные крупами, фасолью и горохом. Отдельные элементы такой дорожки пришивают на отрез из плотной ткани, также их можно приклеивать на клеенку, фанеру либо лист линолеума.



Результаты

Как показывает практика использования дорожек здоровья в детских дошкольных учреждениях, за период их применения педагогам удается значительно сократить уровень заболеваемости воспитанников. У деток наблюдается положительная динамика показателей роста и веса, у них формируется правильная осанка. При этом у малышей с нарушениями опорно-двигательного аппарата фиксируются значительные улучшения. Дети проявляют активное желание заниматься на подобных дорожках здоровья, особенно на свежем воздухе. На фоне таких занятий происходит заметное улучшение общего эмоционально-психического состояния.

Использование дорожек здоровья пойдет на пользу всем деткам. Поэтому сооружение разных их видов в детских садах должно поощряться руководством и родителями.



Как весело, как весело
Отправится с друзьями
В загадочное путешествие,
Пойдемте вместе с нами!





Вот пошли мы по дорожке
Разомнем свои мы ножки.
Чтоб здоровыми остаться,
Надо с детства закаляться





Что за чудо?
Наши ножки оказались на дорожке.
На дорожке не простой,
А затейливой такой!





Чтоб здоровье сохранить,
Организм свой укрепить,
Знает вся моя семья
Должен быть режим у дня.
Следует, ребята, знать

На зарядку становиться!
Чистить зубы, умываться,
И почаще улыбаться,
Закаляться, и тогда
Не страшна тебе хандра.





Спасибо за внимание!