

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
города Москвы
Школа № 1371 «Крылатское»

«Дорожка здоровья»

Младшая группа «Пуговишки»

**Подготовили: Колесова Е.Н.
Воробьёва Л.Н**



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

Задачи:

1. Определить теоретические основы создания нестандартного оборудования с учетом особенностей детей.
2. Разработать и изготовить нестандартное оборудование.
3. Обогащить двигательную среду с целью воспитания культуры здоровья у детей.



Актуальность создания массажных ковриков своими руками

В современном мире проблема здорового поколения стоит наиболее остро. Часто болеющие дети имеют самые распространенные заболевания; ОРВИ, плоскостопие, нарушение осанки. Современные дети стали более пассивными, большую часть времени смотрят телевизор., в результате низкие показатели двигательной активности, физической выносливости, силовых качеств, нарушение 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.





Размещение

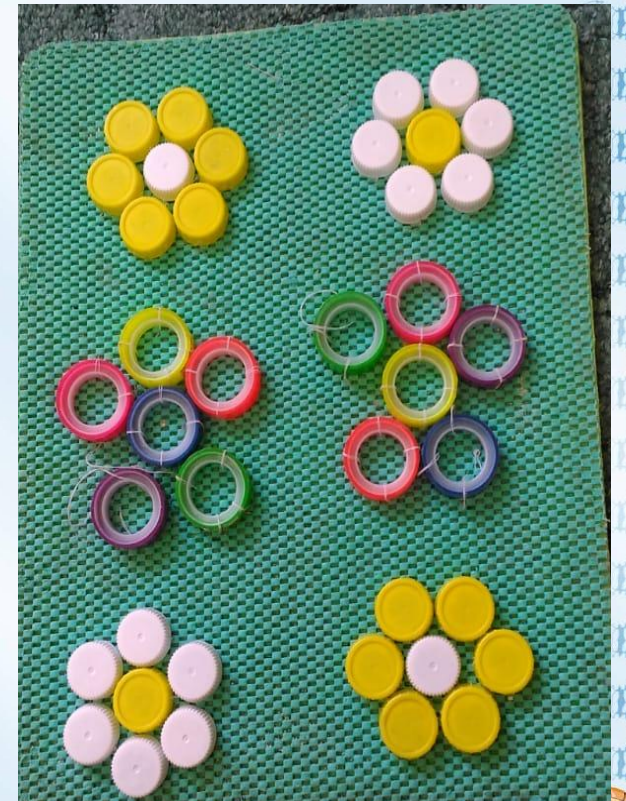
Дорожки здоровья расположены у нас в группе, дети могут по ней пойти когда захотят, в спальне после сна выкладываем дорожки на некоторое время, а также при хождении по линии, когда у нас происходят занятия по Монтессори.

Своими руками

В качестве наполняющих предметов можно применять самый разный подручный материал, попавший под руку. Орешки, бусинки, камешки, крышечки от пластиковых бутылок и даже можно использовать пластиковые бутылочки. Конструировать дорожку здоровья можно из мягких материалов, твердых, сыпучих (песок, гречка, фасоль, манка). Только в этом случае дорожка делается из отдельных тканевых карманов.

Использование дорожек здоровья пойдет на пользу всем детям. Поэтому мы периодически меняем и совершенствуем изготовление дорожек своими руками.

*Разные виды массажных
дорожек сделанных своими
руками.*



Чтоб здоровье сохранить,
Организм свой укрепить,
Знают все мои друзья
Должен быть режим у дня.
Физкультура это класс
Укрепит здоровье в раз!







*Этот шарик не простой,
Весь колючий, вот такой!
Мы под ножки кладем,
Им мы ножки разотрём.
Вверх, вниз его катаем,
Свои ножки развиваем.*

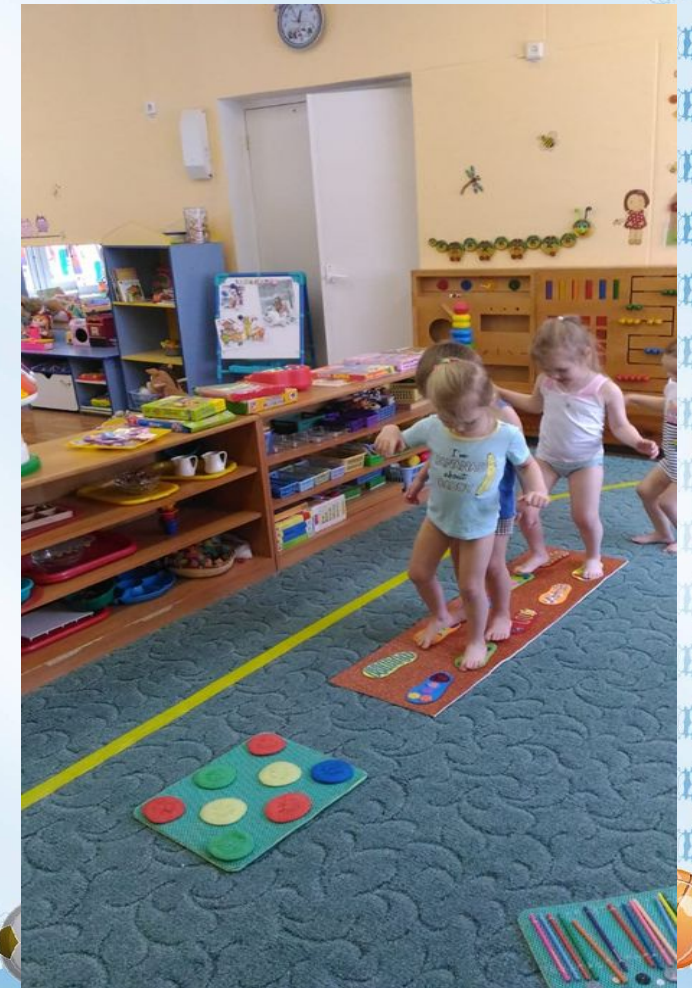


Что за чудо?

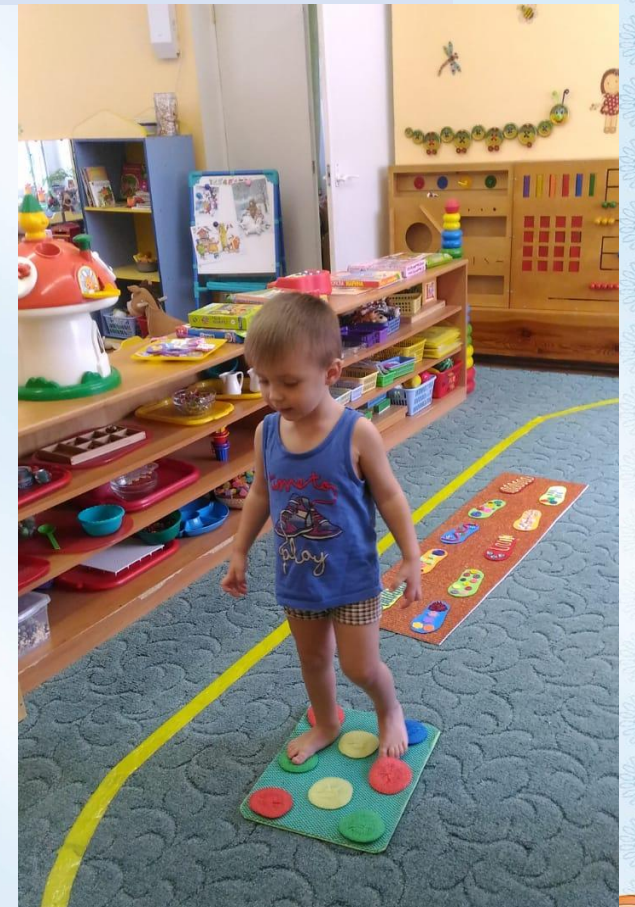
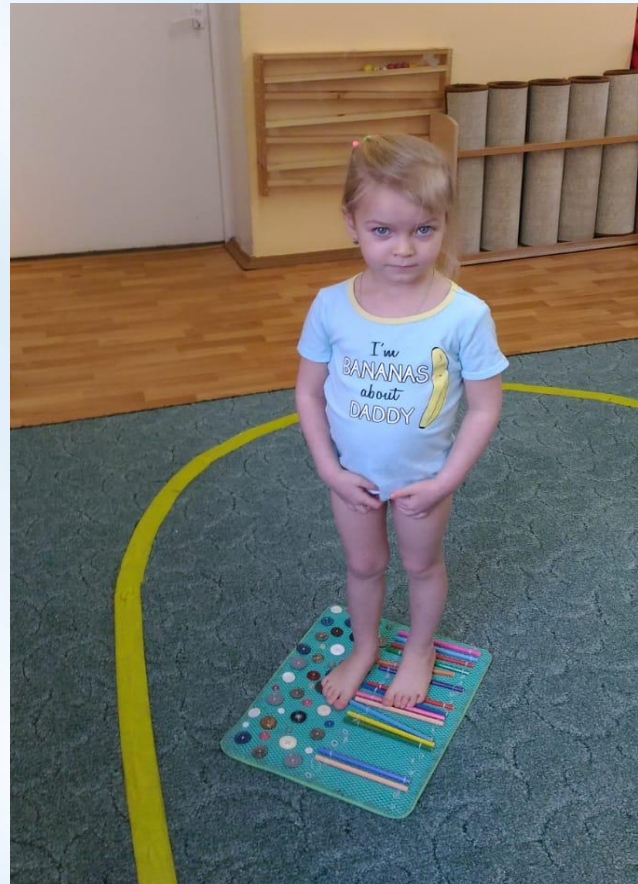
Наши ножки оказались на дорожке.

На дорожке не простой,

А затейливой такой!



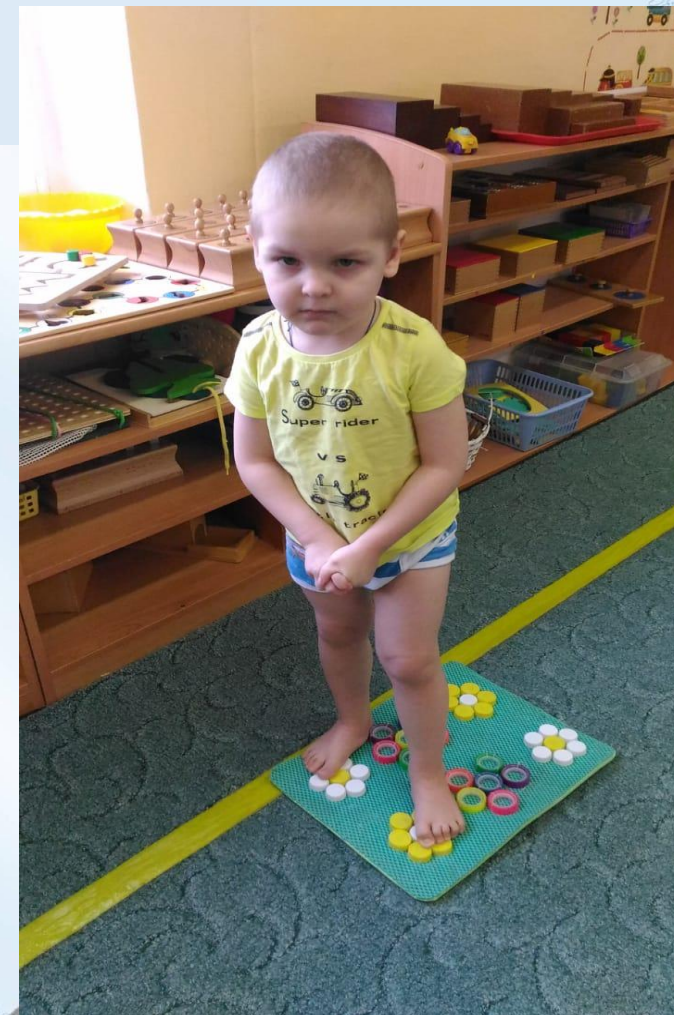
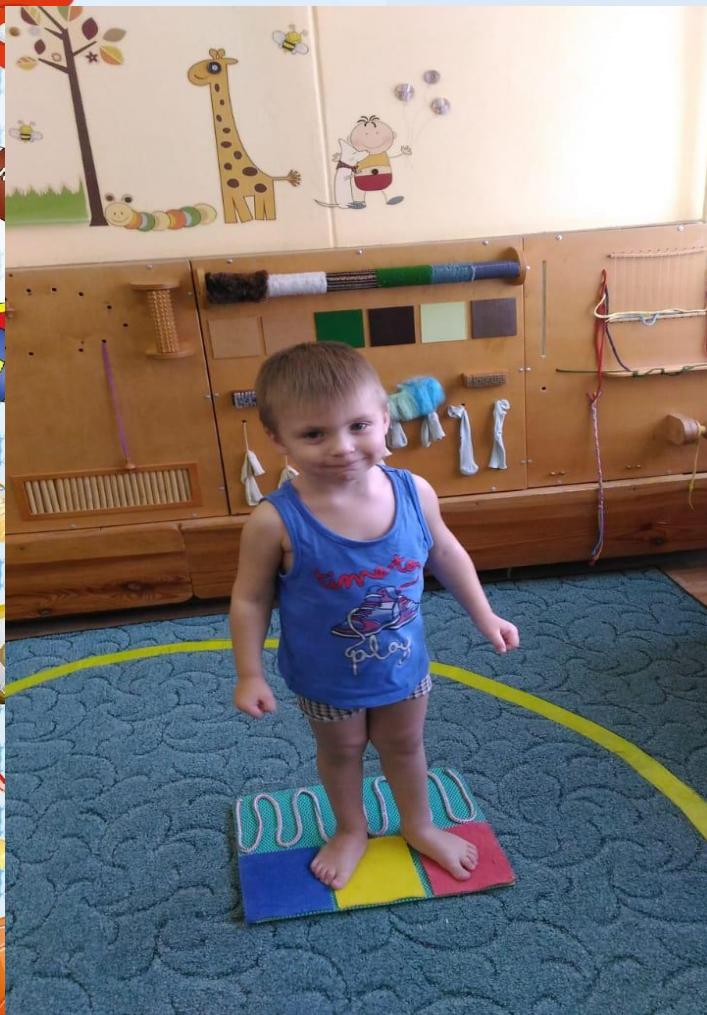
Вот пошли мы по дорожке
Разомнем свои мы ножки
Чтоб здоровыми остаться,
Надо с детства заниматься



Ходьба по следам



*Ножками затопали,
Зашагали по полу.
Там, там! Та – ра – рам!
Друг за другом, по местам*



Желаем здоровья!



A decorative border surrounds the central text, featuring a repeating pattern of sports-related icons: a badminton racket, a blue and yellow tennis racket, a volleyball, a football, a red table tennis paddle, a soccer ball, a tennis racket, a basketball, a badminton racket, a blue and yellow tennis racket, a volleyball, a football, a red table tennis paddle, and a soccer ball. The background is a light blue gradient with a subtle pattern of small white floral motifs.

СПАСИБО

