

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА №8» Г.УСИНСКА**

# **Детский сад – территория здоровья**

*Руководитель проекта:  
Ивкина Вера Васильевна  
инструктор по физической  
культуре*

«Забота о здоровье – это важнейший  
труд воспитателя. От  
жизнерадостности, бодрости детей  
зависит их духовная жизнь,  
мировоззрение, умственное развитие,  
прочность знаний, вера в свои силы»  
В.А.Сухомлинский.

# Актуальность проекта

*В настоящее время задача сохранения и укрепления здоровья детей, как физического, так и психического, приобщения его к здоровому образу жизни и овладению современными здоровьесберегающими технологиями в нашем детском саду является одной из значимых и приоритетных.*

Чтобы знать законы закаливания организма, понимать природу, устанавливать причинно-следственные связи, ребенку необходимо создать необходимые условия, которые помогут ему наблюдать, исследовать изменения, происходящие с объектами природы.

## **Цель создания "Территории здоровья":**

укрепление здоровья детей при взаимодействии с окружающей средой, улучшение эстетического состояния территории ДОУ, рационального ее использования в соответствии с воспитательно-образовательными задачами

# Задачи:

- повышение уровня двигательной активности ребёнка в течение дня,
- закаливание детского организма;
- развитие двигательных навыков;
- профилактика плоскостопия;
- улучшение координации движения;
- улучшение функций сердечно - сосудистой и дыхательной систем;
- улучшение эмоционально-психического состояния детей;
- приобщение детей и родителей воспитанников к здоровому образу жизни;
- формирование основ здорового образа жизни, основанных на современных программах и технологиях, способствующих реализации образовательных задач

## *Объекты «Территории здоровья»:*

- песочная беговая дорожка,
- разновысотные деревянные спилы и пеньки для перешагивания и подлезания,
- «Дорожки здоровья» с разметками для разных видов ходьбы, прыжков и бега,
- скамейки разной высоты и ширины,
- наклонная доска,
- мостик с перилами,
- комплекс для метания и лазания, лестницы,
- тоннель для лазания,
- емкость с водой,
- дорожка со следами,
- массажный коврик,
- классики
- аэрохоккей
- боулинг

## *Предполагаемая работа на «Тропе здоровья»*

- Закаливающие мероприятия.
- Упражнения без предметов: ходьба и бег по траве и песку, различные виды ходьбы, бега, прыжков и т.д.
- Упражнения с предметами: с флажками, кубиками, с шишками со скакалкой и т.п.
- Подвижные игры, игры малой подвижности.

## ***можно использовать разнообразные формы и методы работы с детьми:***

- утренняя гимнастика;
- ООД «Физическая культура»;
- спортивные развлечения, досуги, праздники;
- закаливающие мероприятия;
- игры (дидактические, экологические, игры-путешествия, сюжетно-ролевые игры, подвижные);
- конкурсы; познавательные беседы;



## Прогнозируемый результат

- это *ребёнок:*

имеющий элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни. Знающий о пользе утренней зарядки, физических упражнений. Имеющий элементарные представления о здоровом образе жизни, о зависимости здоровья от правильного питания. Начинающий проявлять умение заботиться о своем здоровье - *физически развитый.*







**Ходьба по ребристой дорожке**

































# карта тропы здоровья



# Список литературы

1. Губанова Н. Ф. Игровая деятельность в детском саду. — М.: Мозаика-Синтез, 2006-2010.
2. Дыбина О. Б. Ребенок и окружающий мир. — М.: Мозаика-Синтез, 2005-2010.
3. Комарова Т. С, Зацепина МБ. Интеграция в воспитательно-образовательной работе детского сада. — М.: Мозаика-Синтез, 2010.
4. Комарова Т. С., Филлипс О. Ю. Эстетическая развивающая среда. — М., 2005
5. Новикова И. М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. — М.; Мозаика-Синтез, 2009-2010.
6. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. — М.: Мозаика-Синтез, 2009-2010.
8. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая - подготовительная группа. - М.: Мозаика- Синтез, 2009 - 2011.
9. Степаненкова Э. Я. Методика физического воспитания. — М., 2005.
10. Степаненкова Э. Я. Методика проведения подвижных игр. — М.: Мозаика-Синтез, 2008-2010.
11. Степаненкова Э. Я. Физическое воспитание в детском саду, —М.: Мозаика-Синтез, 2005-2010.