

Семинар:
Совместная работа педагогов и
родителей по созданию
«Маршрутов здоровья» на
территории ДОУ

Подготовила:

Воспитатель

Иванова С.А.

В современном обществе проблема сохранения и укрепления здоровья детей является как никогда ранее актуальной. В последние годы отмечается ухудшение здоровья детей. С учетом этого особую актуальность приобретают новые формы работы с детьми по формированию у них основ здорового образа жизни, культуры здоровья, создание соответствующих условий, а также активное привлечение внимания к этой проблеме родителей.

Главная задача педагогов детского сада и родителей в работе по приобщению к здоровому образу жизни – формировать у детей разумное отношение к своему организму, учить вести здоровый образ жизни с раннего возраста.

«Маршрут здоровья» – специально оборудованный маршрут на территории детского сада. Специфика маршрута в том, что общая протяженность его небольшая, и основная часть объектов создана специально, что позволяет учесть возрастные возможности детей.



Цель : сохранить и укрепить здоровье детей дошкольного возраста.

Задачи:

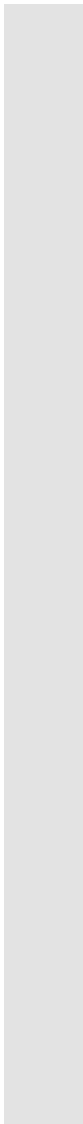

1. Совершенствование физического и двигательного развития детей.
2. Повышение сопротивляемости и защитных свойств детского организма, его тренированности и устойчивости к утомлению.
3. Улучшение физической и умственной работоспособности.
4. Развитие эмоциональной сферы ребенка.
5. Формирование коммуникативных умений и навыков.



Достаточная длина тропы здоровья позволяет выходить на нее целой группой. Дополнительно дети проходят по бревну и газону. Во время прогулки по тропе босиком воспитанники выполняют различные дыхательные и двигательные игры и упражнения. Закаливание детей на тропе здоровья проводится в теплое время года как инструктором по физической культуре, так и воспитателями.

Тропа здоровья позволяет проводить профилактику и коррекцию здоровья детей в игровой форме. Поскольку в летний период воспитанники большую часть времени проводят на свежем воздухе, данный объект задействуется максимально в течение дня.

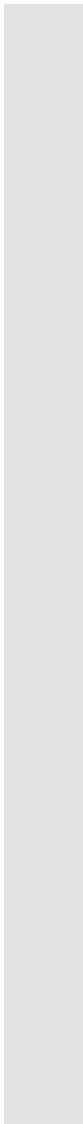





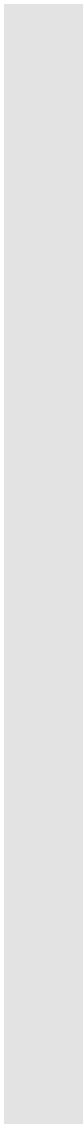
Станция «Туристическая»







Станция « Спортивная »



- Планируем Тропу здоровья использовать и в вечернее время, когда родители приходят за детьми. Вместе с педагогами они могут проводить вечерние часы на тропе здоровья, выполняя рекомендации по восстановлению сил после тяжелого рабочего дня:
- Посидеть на скамейке 2 -3 мин с закрытыми глазами;
- Вытянуть ноги, распрямить спину, отвести руки назад;
- Сделать несколько дыхательных упражнений;
- Походить босиком по песку, траве;
- Поллюбоваться красотой цветущих растений.

Таким образом, постоянные «маршруты здоровья» будут способствовать снижению количества простудных заболеваний среди воспитанников, формированию правильной осанки у детей, улучшению эмоционально - психического состояния дошкольников.

Спасибо за внимание!