

ЭКОЛОГИЧЕСКАЯ ТРОПА

**«Тропа здоровья»
в ДОУ
/обоснование/**

Подготовили воспитатели:

Поздеева О.А.

Щербакова Ю.Н.

Куличева Г.Б.

г.Ярославль, 2019





"Тропа здоровья" в детском саду.

Концепция построения, технология работы

Охрана жизни и укрепление здоровья детей являются одной из приоритетных задач, стоящих перед коллективом МДОУ «Детский сад №37» «Морячок» г.Ярославля.

Немаловажное значение для её решения имеет создание в детском саду необходимых материально-технических условий. Именно поэтому на участке дошкольного учреждения начала функционировать «Тропа здоровья», оборудованная совместными усилиями педагогов и родителей.

Основными целями организации "Тропы здоровья" являются:

- 
- 
- приобщение детей к здоровому образу жизни;
 - организовать досуг детей в летний период для оздоровления;
 - повышение сопротивляемости инфекционным заболеваниям;
 - улучшение эмоционально-психического состояния детей;
 - профилактика плоскостопия;
 - улучшение координации движения;
 - улучшение функций сердечнососудистой и дыхательной систем.



На «Тропе здоровья» размещено оборудование, которое предоставляет возможность формировать жизненно необходимые двигательные умения и навыки детей и развитие физических качеств.

Концепции построения “Тропы здоровья”

1. Требования, предъявляемые к снарядам для “Тропы здоровья”:

- прочность;
- устойчивость к переменам погоды;
- большая пропускная способность.

Спортивные снаряды сделаны из досок окрашенных устойчивой к коррозии краской, углублены на 0,7 м и залиты щебёночно-цементным раствором.

Все снаряды, установленные на “Тропе здоровья”, максимально безопасны в пользовании. Поверхность деревянных снарядов ошкурена и окрашена, металлические конструкции не имеют заостренных углов, выступающих болтов..

2. Маршрут “Тропы здоровья”

проложен на территории дошкольного учреждения. Это наиболее подходящий для подобного объекта маршрут на участке детского сада, так как он пролегает в тенистой местности и одновременно хорошо освещается солнцем.



Технология работы на «Тропе здоровья»



Для полноценного и эффективного использования всех объектов «Тропы здоровья» разработан режим её функционирования, составлено расписание организованной оздоровительной деятельности воспитателей и всех специалистов, обеспечено медицинское сопровождение и взаимодействие с родителями воспитанников, созданы простейшие программы работы.



«Тропа здоровья» начинает функционировать во второй половине июня, когда дневная температура воздуха устанавливается от $+18^{\circ}\text{C}$ и нет ветра, температура земли - не ниже $20^{\circ}\text{C}-22^{\circ}\text{C}$, и заканчивает свою работу во второй половине августа.



Начиная с трёхлетнего возраста на протяжении всего летнего периода, ребята выполняют различные упражнения по продолжительности прогулки на тропе, скорость движения детей по тропе связана с состоянием погоды – чем прохладнее, тем быстрее темп. «Тропа здоровья» длиной 15 м и шириной от 1 м делится на участки от 1 м до 1,5 м, которые имеют разное покрытие: большая часть поверхности «Тропы здоровья» представляет собой: травяной покров; песчаную поверхность; короб с галькой, поверхность из бросового материала (киндеры, дно пластмассовых бутылок), еловые шишки; вкопанные деревянные палочки.



Занятия на «Тропе здоровья» проходят: 2 раза в неделю, с подгруппой детей 8-10 человек, Продолжительность: в младшей группе – 15 минут, в средней группе – 20 минут, в старшей группе – 25 минут, в подготовительной – 30 минут.





Занятие состоит из трёх частей: вводная, основная, заключительная.

Создание программ работы на “Тропе здоровья” облегчает работу воспитателей.

Программа работы включает в себя:

- перечень упражнений с подробным описанием содержания;
- комплексы (например, для формирования правильной осанки, или развития выносливости, постановки правильного дыхания др.) составленные из упражнений, о которых говорилось выше.

В конечном счете, она действительно является “тропинкой” к обретению дошкольниками здоровья как физического, так и психического.

Обеспечение медицинского сопровождения функционирования “Тропы здоровья”

Организация здоровьесберегающего режима на “Тропе здоровья” дошкольного учреждения, создание комфортных условий для физического развития каждого ребенка не могут быть полноценными и эффективными без активного участия медицинского персонала детского сада.

Старшая медицинская сестра систематически осуществляет контроль проведения физического воспитания и закаливания детей на “Тропе здоровья” в летне-оздоровительный период, ежедневно проверяет санитарное состояние “Тропы здоровья”, делая соответствующую запись в “Журнале санитарного состояния “Тропы здоровья”.

Своевременные консультации, медицинское сопровождение педагогического процесса позволяет воспитателям и специалистам дошкольного учреждения проводить оздоровительную деятельность на “Тропе здоровья” в соответствии с концепцией её построения и функционирования.



Система оздоровительной работы и её результативность

На наш взгляд в МДОУ «Детский сад № 37» сложилась эффективная система физкультурно-оздоровительных мероприятий на «Тропе здоровья» в летний период, включающая в себя следующие факторы:

- ✓ эколого-гигиенические и закаливающие факторы;
- ✓ психологические факторы;
- ✓ средства физического и музыкального воспитания;
- ✓ лечебно-профилактический фактор.

Взаимодействие всех факторов позволит добиться положительных результатов:

- снижения кратности простудных заболеваний воспитанников в летний период;
- положительной динамики роста-весовых показателей;
- формирования правильной осанки,;
- желания ребят заниматься на свежем воздухе, босиком;
- улучшения эмоционально-психического состояния дошкольников.

Работа по наполнению «Тропы здоровья» – это работа не одного дня. Педагоги заинтересованы разнообразить ее нестандартным оборудованием.

Самое главное – детям должно быть безопасно и интересно!

