

«Дидактическое пособие - дорожка здоровья с элементами сенсорики»

МАДОУ Детский сад № 53
воспитатель группы раннего возраста
Леонова Наталья Николаевна

Цель: всестороннее развитие ребенка.

Задачи:

- Способствовать профилактике плоскостопия
- Улучшить координацию движений
- Укрепить иммунитет
- Улучшить эмоционально-психическое состояние детей
- Усвоение сенсорных эталонов (цвет, форма)
- Развитие внимания, памяти, наглядно-действенного, образного мышления.

Дорожка здоровья позволяет проводить профилактику и коррекцию здоровья детей в игровой форме. Она предназначена для разнообразного воздействия на детские стопы. Ученые утверждают, что стопы являются своеобразной проекцией всех наших органов, соответственно, оздоровительный массаж этой части тела оптимизирует процессы кровообращения и внутренний обмен веществ, также такое воздействие помогает улучшить иммунитет и активизировать защитные силы организма.

Регулярное массажное воздействие на стопы помогает улучшить здоровье ребенка, а дорожка здоровья помогает сделать этот процесс интересным, в игровой форме. Ходьбу по дорожке здоровья рекомендуется совмещать с процедурами закаливания (босохождение, воздушные ванны). Стоит помнить, что массаж такого типа не проводится, если ребенок не совсем здоров. Как показывает практика, регулярное использование дорожки здоровья в ДОУ значительно сокращает уровень заболеваемости воспитанников, у детей формируется правильная осанка.

Я изготовила своими руками две дорожки здоровья. Они предназначены для использования с детьми раннего возраста.

Для дорожки здоровья на ткань были нашиты геометрические фигуры (треугольник, круг, квадрат) разных цветов; в качестве наполняющих материалов использованы морская галька, мелкие бусины, декоративная лента для создания эффекта «шуршащей подушки». Также нашиты шнурок и крышки от пластиковых бутылок. На дорожке здоровья присутствуют элементы развития мелкой моторики (**«застегни молнию»**, **«застегни пуговицу»**), что также помогает усвоению навыков самообслуживания.

Для второй дорожки здоровья за основу взят коврик из вспененного ПВХ, на него с помощью липучек крепятся геометрические фигуры (круг, квадрат, треугольник, прямоугольник) основных цветов (красный, синий, зеленый, желтый). В дальнейшем планирую изготовить овалы таких же цветов для полного формирования знаний детей раннего возраста о сенсорных эталонах. Также по мере взросления детей можно дополнять дорожку новыми геометрическими фигурами и цветами. На каждую геометрическую фигуру пришиты пуговицы для использования дидактического пособия как дорожки здоровья. При хождении детей по пуговицам также происходит массажное воздействие на стопы.

Почему две дорожки здоровья изготовлены с элементами сенсорики? Сенсорное развитие является одной из основных сторон дошкольного воспитания. Полноценное сенсорное развитие – основа успешного обучения ребенка в детском саду и школе. Это фундамент общего умственного развития. Я работаю на раннем возрасте, а этот возраст самое благоприятное время для сенсорного воспитания, поэтому дорожки здоровья изготовлены для развития представлений у детей о сенсорных эталонах (цвет, форма, положение в пространстве).

При ходьбе по дорожкам здоровья можно играть с детьми в разные игры и выполнять веселые упражнения («Стань на квадрат», «Пройди только по треугольникам», «Постой на одной ножке на круге» и др.). Также при ходьбе использую стихотворения:

1) Вот так чудо! Наши ножки оказались на дорожке,

На дорожке не простой, занимательной такой!

Мы на ней немножко разминаем свои ножки,

Чтоб здоровыми остаться, надо с детства закаляться!

2) Мы шагаем по дорожке, разминаем наши ножки!

Как солдатики шагаем, ножки выше поднимаем!

Дорожку здоровья использую на занятиях по сенсорному развитию. Для усвоения знаний о сенсорных эталонах использую дидактические игры «Найди такой же формы», «Рассели фигурки по местам», «Подбери по цвету», «Чего не стало?». Эти игры развивают у детей память, внимание, мышление, ориентировку на плоскости.

Использую дорожки здоровья после дневного сна во время бодрящей гимнастики, в процессе непосредственно образовательной деятельности, а также в организованной самостоятельной деятельности детей.

Список литературы:

1. Антропова М. В. Гигиена детей и подростков. М. : Медицина, 1982. – 335с.
2. Белостоцкая Е. М. Гигиенические основы воспитания от 3 до 7 лет. М. : Просвещение, 1987. – 140с.
3. Валеология: Учебное пособие / Я. Л. Мархоцкий. - Мн. : Выш. шк. 2006.
4. В детский сад - за здоровьем: пособие для педагогов, обеспечивающих дошкольное образование / В. А. Шишкина. 2006
5. Вайнер Э. Н. Валеология: Учебник для вузов. - М. : Флинта: Наука, 2001. -

6. Ветлугина Н. А. Нравственно-эстетическое воспитание ребенка в детском саду. М. : Просвещение, 1989. – 78с.

7. Давиденко Д. Н. Основы здорового образа жизни. Вестник Балтийской Академии, 1996. Выпуск 8.- с. 16-24