

# ПАСПОРТ

## «ДОРОЖКИ ЗДОРОВЬЯ»

*«Я не боюсь ещё и ещё раз повторить,  
забота о здоровье – важнейший труд воспитателя».*  
*В.А. Сухомлинский*

Здоровье ребенка зависит от того, как будет организована здоровьесберегающая среда, в которой он живет. Под понятием "здоровьесберегающая среда" подразумевают такую организацию пространства, которая обеспечивает безопасность, психологическое благополучие и развитие ребенка.

### Цель проекта:

- изготовление массажных ковриков и использование их в целях профилактики плоскостопия у воспитанников группы.

### Задачи проекта:

- расширить знания воспитанников о средствах и методах активного оздоровления организма;
- уточнить понятия о строении организма человека;
- способствовать профилактике плоскостопия у воспитанников группы
- развивать пространственную координацию с помощью игр на массажном коврике;

- повышать интерес к двигательной активности, профилактическим упражнениям;
- воспитывать сознательное отношение к сохранению своего здоровья.

### Ожидаемые результаты:

- расширение знаний воспитанников о строении организма человека, о роли стопы для активного укрепления здоровья, о пользе массажных ковриков;
- общее укрепление здоровья воспитанников группы, профилактика нарушения осанки и плоскостопия; укрепление мышц, формирующих свод стопы; формирование и закрепление навыка правильной ходьбы;
- сформированность навыка физической активности;
- повышение работоспособности воспитанников, снижение утомляемости во второй половине дня и в конце недели;
- пополнение группы нестандартными физкультурными пособиями - массажными ковриками, выполненными из подручных материалов и природных материалов (галька).

### Практическая значимость:

- Использование массажных ковриков в целях профилактики плоскостопия у воспитанников группы.

### Этапы воплощения решения

- использование нестандартных методов профилактики плоскостопия на физкультурных занятиях,
- включение прохождения «Дорожки здоровья» в систему закаливания детей после сна,
- использование «Дорожки здоровья» как физкультурно-коррекционное оборудование для повышения двигательной активности.
- развитие статической и динамической устойчивости (*равновесия*).

## Эффекты в учебно-воспитательной деятельности

- снижение уровня развития плоскостопия у детей,
- улучшение мышечно-суставного чувства (*кинестезии*) и тактильных (*кожных*) ощущений,
- общая релаксация (*расслабление*) организма и отдельных его конечностей и др,
- эстетическая привлекательность и игровая направленность.
- универсальность конструкции,
- применение **недорогого**, доступного материала, который при этом обладает такими качествами как прочность, гигиеничность, «*приятность на ощупь*»,
- простота конструкции, которая позволяет достичь максимально возможного педагогического и коррекционно-развивающего эффекта.

