

Муниципальное автономное дошкольное
образовательное учреждение
«Детский сад «Полянка» п. Мирный» Томского района

«Образовательный терренкур –
инновационная модель построения воспитательно-
образовательного процесса, повышающего двигательную
активность воспитанника дошкольного образовательного
учреждения»

Автор: Кузнецова Татьяна Николаевна
заведующий

Томский район 2022

Образовательный терренкур –

специально организованный маршрут для детей, по всей территории ДООУ, с благоприятными санитарно-гигиеническими условиями, при прохождении которого реализуется воспитательно-образовательный процесс одновременно с оздоровлением и укреплением организма воспитанника.



Маршрут образовательного терренкура прокладывается через стационарные и мобильные станции, дорожки здоровья, оздоровительные и экологические тропы, зоны игр, экспериментов, наблюдений.

При переходе от станции к станции воспитанники выполняют физические упражнения и упражнения на дыхание.

На станциях педагоги реализуют воспитательно-образовательный процесс.



План реализации

Теоретический этап

- Составление карты-схемы маршрутов;
- Календарно-тематическое планирование;
- Составление сценариев;
- Обследование территории ДООУ, определение станций;
- Обобщение и распространение педагогического опыта.



#ТомскийРайонПолянкаОбразовательныйТерренкурЗдоровыеДети





#ТомскийРайонПолянкаОбразовательныйТерренкурЗдоровыеДети



#ТомскийРайонПолянкаОбразовательныйТерренкурЗдоровыеДети



#ТомскийРайонПолянкаОбразовательныйТерренкурЗдоровыеДети

План реализации Практический этап

- Благоустройство территории ДОУ,
- Оборудование станций;
- Проведение образовательных терренкуров.





План реализации Аналитический этап



- Мониторинговые исследования здоровья и физического развития воспитанников;
- Мониторинговые исследования инновационной деятельности ДОУ;
- Анализ, обобщение и распространение опыта.



Требования к организации маршрута образовательных терренкуров

- Учет возрастных особенностей воспитанников (для детей 2-3 лет продолжительность маршрута 30 мин., 2-3 станции; для детей 5-7 лет продолжительность 1-1,5 часа, 6-7 станций);
- Учет времени года и погодных условий (зимой продолжительность укорачивается, летом - увеличивается);
- Одежда и обувь воздухопроницаема, легкая, удобная;
- Инструктаж по технике безопасности;
- Регулярность прогулок;
- Дозирование пеших прогулок по расстоянию, темпу, времени;
- Соблюдение правильной осанки;
- Поддержание ровного дыхания;
- Наличие аптечки!



#ТомскийРайонПолянкаОбразовательныйТерренкурЗдоровыеДети

Правила построения воспитательно-образовательного процесса

- Педагог, воспитанники определяют тему терренкура;
- Педагог ставит цель, задачи, планирует продолжительность терренкура;
- Совместно с детьми определяет станции маршрута терренкура;
- Подбирает соответствующие возрасту варианты выбора деятельности, материалов, физических упражнений, игр;
- Подбирает инвентарь, переносные макеты.



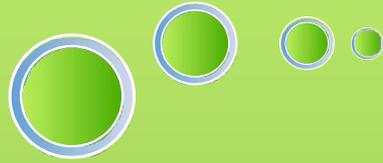
ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

Упражнение	Мальчики золотой значок	Мальчики серебряный значок	Мальчики бронзовый значок	Девочки золотой значок	Девочки серебряный значок	Девочки бронзовый значок
Челночный бег 3х10 метров (секунд)	9,2	10,1	10,4	9,7	10,7	10,9
или бег на 30 метров (секунд)	5,9	6,7	6,9	6,2	7,0	7,2
Смешанное передвижение (1 километр)	без учёта времени					
Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	4	3	2	-	-	-
или подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине (кол-во раз)	13	6	5	11	5	4
или отжимания: сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (кол-во раз)	17	9	7	11	5	4
Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу	достать пол ладонями	достать пол пальцами	достать пол пальцами	достать пол ладонями	достать пол пальцами	достать пол пальцами

Ожидаемые результаты

1. Создание инновационной модели построения воспитательно-образовательного процесса, на основе образовательного терренкура, повышающего двигательную активность воспитанника ДООУ.
2. Достижение воспитанниками целевых ориентиров ФГОС ДО и норм ГТО;
3. Снижение детской заболеваемости.
4. Формирование потребности в двигательной активности, здоровом образе жизни, занятиях спортом, закаливание.
5. Создание оздоровительной среды для пеших прогулок.
6. Обновление содержания физкультурно-оздоровительного направления.
7. Формирование основ безопасного поведения.





СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!



#ТомскийРайонПолянкаОбразовательныйТерренкурЗдоровыеДети