**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад № 93»**

**Выступление**

**на методическом объединении (педсовете)**

 **для воспитателей по теме:**

**«Образовательный терренкур в ДОУ»**

**Подготовил: воспитатель**

**Лыбаева Н.А.**

г. Саранск 2019

Растить детей здоровыми, сильными, эмоциональными - задача каждого ДОУ.

Невозможно представить себе жизнь ребенка в детском саду без веселых досугов и развлечений, шумных праздников и соревнований, интересных игр и увлекательных аттракционов. Одни развивают сообразительность, другие -смекалку, третьи - воображение и творчество, но объединяет их общее - воспитание у ребенка потребности в движении и эмоциональном восприятии жизни. Двигаясь, ребенок познает окружающий мир, учится любить его и целенаправленно действовать в нем, совершенствует опыт организации игр, поскольку игра для дошкольника - это не просто воспоминание о каких-то действиях, сюжетах, а творческая переработка имевших место впечатлений, комбинирование их и построение новой действительности, отвечающей запросам и впечатлениям ребенка.

Работая в детском саду мы уделяем особое внимание созданию развивающей предметно-пространственной среде, как в групповых помещениях, так и на **территории** детского сада. При этом предметно-пространственная среда на участках ДОУ должна быть направлена не только на обеспечение двигательной активности детей на свежем воздухе, но и на игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех обучающихся, а значит, способствовать их познавательному, интеллектуально-творческому и социально-личностному развитию.

Одним из способов создания такого единого **образовательного** пространства развития ребенка, включая **территорию ДОУ**, могут стать **образовательные терренкуры разной сложности,** в зависимости от возраста и интересов детей.

Что это такое?

Терренкур, согласно толковому словарю Ефимовой, это:

1) Точно дозированная по времени и по расстоянию лечебная ходьба.

2) Специально оборудованная дорожка для такой ходьбы.

В малой медицинской энциклопедии терренкур (франц. terrain местность + нем. Kur лечение) - метод лечебной физкультуры, заключающийся в дозированной ходьбе по специально проложенным и оборудованным маршрутам на пересеченной местности.

Изначально понятие «терренкур» представляет собой ходьбу по горным и равнинным местностям, он использовался в пионерских лагерях Краснодарского края. Например, во всем известном лагере «Орленок» терренкур существует уже на протяжении многих лет, он является одним из основных способов оздоравливания детей, проводится в виде экскурсий, походов, прогулок по пересеченной местности, с определенной физической нагрузкой, с подъемами в гору, со спусками, с переходом через ручьи вброд и по навесным мостам.

Изучив эти определения, для себя возьмем, что терренкур для дошкольников - это система дозированной ходьбы, прыжков, бега, подвижных и спортивных игр с использованием прохождения данных маршрутов на территории детского сада, которые способствуют оздоровлению организма воспитанников, повышению уровня двигательной активности.

Маршрут разбивается на станции. На каждой станции делается небольшая  остановка, где проводятся игры, игровые упражнения, выполняются различные дыхательные упражнения. При этом не все «станции» стационарны, их периодически можно менять в зависимости от игровых интересов детей. Каждая «станция» может иметь свое название, например: «Дом феи воды» «Лунные кратеры» «В стране сказок» «Поляна богатырей» «Центр отдыха» «Метеостанция». При выборе темпа обязательно учитывается возраст детей.

**Образовательный терренкур** – это специально организованные маршруты для детей по территории ДОУ с посещением зоны игр на асфальте, центров познавательно-исследовательской деятельности, прохождением экологических и оздоровительных троп, которые способствуют оздоровлению организма детей, повышают двигательную, познавательную, творческую активность каждого ребёнка.

Существуют несколько вариантов терренкуров:

-спортивная площадка;

 -игры на асфальте;

 -специально созданные центры;

 -тропа здоровья, экологическая тропа;

 -объекты за пределами детского сада.

**Цель** **образовательного терренкура** – оздоровление организма обучающихся, повышение уровня двигательной активности, познавательно-исследовательской деятельности детей и взрослых.

Организуются терренкуры только на прогулке, т.к. они решают ряд важнейших образовательных задач:

**Задачами образовательного терренкура являются:**

- упражнение детей в основных движениях;

- развитие у них выносливости, ловкости, координации движений, навыков самоорганизации;

- развивать наблюдательность, любознательности, познавательную активность;

- воспитывать чувства коллективизма, взаимопомощи, эстетическое восприятие природы.

- формировать умение делать выводы, устанавливая причинно – следственные связи между объектами природы;

- формировать эстетическое восприятие дошкольников;

- приобщать детей к здоровому образу жизни;

- побуждать ребенка к проявлению инициативности и самостоятельности в различных видах деятельности.

**Педагогическая значимость терренкура** заключается в том, что при грамотно организованном образовательном пространстве и методически обоснованном поборе материала, дети в игровой форме получают:

- реалистические знания,

- закрепляют определённые навыки и умения,

- проявляют творчество и фантазию,

- удовлетворяют двигательную активность,

- взаимодействуют с окружающим миром,

- развивается крупная и мелкая моторика, речь, интонации, глазомер, движения.

Терренкур поможет не только улучшить здоровье детей и повысить их двигательную активность, но облегчит решение ряда задач образовательной программы:

- формирование элементарных математических представлений: закрепление знания порядкового счёта названий цифр и геометрических фигур, умение ориентироваться в пространстве;

- в изобразительной деятельности (рисование мелками, веточками на песке, водой на асфальте); дети учатся видеть красоту природы и передавать её;

- развитие речи (разучивание стихов, кричалок, загадок, составление рассказов);

- знакомство с окружающим миром (игры экологического содержания, экологические праздники);

- музыкальная деятельность (исполнение песен, игра на музыкальных инструментах, хороводные игры, ритмопластика);

- театрализованная деятельность (обыгрывание знакомых сказок, песенок, потешек).

Поэтому педагоги должны творчески подходить к оформлению участков, тогда среда сама будет побуждать детей к исследованию, проявлению инициативы и творчества. Проходя по маршруту терренкура от одного Центра дети выполняют разные упражнения, проводят опыты, беседы, исследования.

**Каждый такой терренкур может быть:**

\*итогом недели, реализации какого-то либо проекта, либо закрепление определённой темы в процессе интеграции НОД;

\* знакомство с предметами, явлениями, событиями и фактами;

\* закрепление полученных знаний в процессе реализации темы или проекта.

**Для достижения успеха в образовательном терренкуре необходимо**:

- Вызвать интерес у детей, обеспечить достаточной мотивацией (тайна, сюрприз, познавательный мотив, ситуация выбора);

- Предложить детям доступный материал (с соотношением известного и неизвестного);

- Дозировать степень активности взрослого (средний возраст: взрослый- непосредственный участник, старший дошкольный возраст взрослый – советчик, партнёр);

- Создание творческой обстановки;

- С вниманием и уважением относится ко всем мыслям и гипотезам детей.

В ходе терренкура возможна интеграция различных образовательных областей.

**Перед проведением терренкура** детям сообщается цель предстоящей деятельности. Если в ДОУ есть баннер, где обозначены центры познавательно-исследовательской деятельности, зоны отдыха, спортивные сооружения, то к составлению маршрута возможно привлекать самих дошкольников. С детьми проводится беседа о том, какие «станции» они хотели бы посетить, напоминаются правила поведения на некоторых из них. Некоторые центры могут быть временными (сюрпризными) и устанавливаются дополнительно перед походом, с учетом цели терренкура, времени года, возраста воспитанников и т. д.

**Содержание терренкура может** зависеть от выбранной тематики, времени года, погоды.

Образовательный терренкур имеет свои **этапы**.

**1 этап —подготовка.**

Одевание по сезону. Обращение к детям, рассказ о предстоящей деятельности. Подготовка атрибутов и снаряжения.

**2 этап—проведение.**

- Сбор и прохождение намеченного маршрута от точки до следующей точки маршрута;

- Остановка, привал, познавательно-исследовательская деятельность детей и взрослых;

- Комплекс оздоровительных игр и физических упражнений;

- Самостоятельная деятельность детей;

- Сбор и возвращение в группу.

**3 этап—подведение итогов**

Составление мини-отчёта о маршруте (рисунки, поделки, рассказы и др.)

**Требования к организации образовательных терренкуров с детьми и соблюдению правил в ходе их проведения.**

Варианты маршрутов разрабатываются с учетом физической нагрузки, познавательного содержания, интересов детей, обсуждаются в процессе взаимодействия воспитателей и инструктора по физической культуре.

Оборудование и атрибуты для организации спортивных, дидактических игр, самостоятельной деятельности подбираются в соответствии с разработанными маршрутами с учетом интересов детей, времени года и погодных условий.

Прогулки предусматривают контроль за соблюдением правильного дыхания, сохранение оптимальной нагрузки, результатом которой является появление у участников маршрута приятной усталости к концу пути. Одежда и обувь воспитанников для прохождения маршрута должны соответствовать сезону года и погодным условиям.

Приобщение воспитанников детского сада к здоровому образу жизни должно находить каждодневную поддержку и у них дома. Ведь главные воспитатели ребенка - его родители. От того, сколько внимания они уделяют здоровью детей, зависит состояние физического комфорта малышей. Поэтому придается большое значение работе с родителями. С помощью различных форм (папок-передвижек, консультаций, «дней открытых дверей») рекомендуется знакомить родителей с методами и приемами здоровьесберегающих технологий.