



## Создание эффективного развивающего оздоровительного пространства в детском саду

**Ю. Е. Аболонская,  
О. В. Головина, Е. И. Чижилова**

Я не боюсь еще и еще раз повторить: забота о здоровье — это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы.

*В. А. Сухомлинский*

Движение — кладовая жизни.

*Плутарх*

**Д**ошкольный возраст — это знаковый период в процессе формирования личности человека. На этом этапе активно проявляют себя и требуют развития индивидуальные способности, формируются черты характера и базовые нравственные качества. Именно в этом возрастном периоде закладывается фундамент здоровья, физических качеств, культуры движения и самостоятельных здоровьесберегающих навыков, столь

необходимых для направленного развития интеллекта, психических функций, эмоционально-волевых качеств ребенка и его успешной социализации. Закономерным является и тот факт, что в комплексе задач Стандарта дошкольного образования первоочередной является задача «...охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия»<sup>1</sup>.

Дошкольное детство отличается гибкостью и пластичностью, что дает возможность педагогам на этом возрастном этапе наиболее эффективно направить каждого воспитанника к выработке своего уникального способа быть здоровым с учетом индивидуальных особенностей и темпа развития ребенка, его физического потенциала и, конечно, специфики региональных особенностей проживания.

Не случайно в заголовке статьи мы использовали такие характеристики

пространства дошкольного учреждения, как «развивающее» и «оздоровительное». На наш взгляд, именно такое пространство должно провоцировать ребенка на эффективное и заинтересованное участие в различных формах двигательной активности и тем самым стать его ненавязчивым проводником и помощником в полноценном физическом и психическом развитии, обогащать культурный и двигательный опыт, знакомить с разными видами спорта, приобщать к здоровому образу жизни.

Здоровье — уникальное и многокомпонентное явление, включающее в себя физиологическую, психологическую, социальную и педагогическую составляющие. Эта многокомпонентность находит отражение в комплексе задач и направлений образовательной области «Физическое развитие», и она же диктует модульный подход к организации развивающего оздоровительного пространства детского сада. Это подразумевает не только наличие специально оборудованных помещений для занятий физкультурой и спортом, зонирование, наличие соответствующего спортивного, игрового и оздоровительного оборудования, но и максимальное использование всего пространственного потенциала помещений детского сада для решения задач здоровьесбережения.

Так же, как и для нашего города, проблема детского двигательного дефицита характерна для многих российских регионов, где природа диктует свои суровые условия: затяжной зимний период и преобладание низких температур. Вынужденное сокращение пребывания воспитанников на свежем воздухе негативно сказывается на их здоровье и физическом развитии и делает для всех дошкольных учреждений весьма актуальной проблему преобразования пространства детского сада с целью создания условий для реализации оптимального двигательного режима.

Какими же качествами должна обладать развивающая предметно-пространственная среда детского сада, чтобы обеспечить охрану и укрепление

<sup>1</sup> Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования. — М.: Центр педагогического образования, 2014.

здоровья воспитанников, живущих на Крайнем Севере (в нашем случае — за полярным кругом), в условиях гиподинамии, обусловленной суровыми климатическими условиями?

Развивающее оздоровительное пространство должно отвечать следующим обязательным условиям:

- физический и психологический комфорт и безопасность;
- сообразность детским функциональным возможностям;
- многообразие, вариативность;
- рациональность;
- и, конечно, внешняя привлекательность и эстетика.

Такое пространство дает детям бесконечное многообразие идей для полезного движения и их развития в активной игре, и оно же предлагает им огромное множество способов реализации задумок. А для детей Заполярья, ограниченных в движении, это пространство должно еще и максимально работать на удовлетворение данной биологической потребности.

Действительно, для детских садов г. Воркуты, где дошколята в зимнее время могут неделями не выходить на прогулку в связи с экстремально низкими температурами, первоочередной является задача организации и оборудования максимального количества помещений (чаще — это третьи этажи зданий) под «активное» пространство, компенсирующее воспитанникам недостаток подвижной прогулки.

Наиболее успешными образцами системного подхода к созданию развивающего оздоровительного пространства в детском саду, эффективного и функционального использования возможностей среды с учетом современных образовательных требований и принципов мы можем назвать опыт работы коллективов двух воркутинских учреждений.

Так, детский сад № 53 «Радость» г. Воркуты, работая в статусе базового (опорного) образовательного учреждения над проблемой «Использование возможностей развивающей предметно-пространственной среды

в условиях реализации ФГОС дошкольного образования»<sup>1</sup>, значительно продвинулся в вопросах обновления и моделирования базового пространства. В свою очередь, коллектив воркутинского детского сада № 65 «Бусинка» в настоящий момент достиг значительных успехов в преобразовании среды, направленной на решение задач сохранения и укрепления здоровья дошкольников Заполярья. Осенью 2020 г. в учреждении был открыт физкультурно-развивающий центр «БУС» (будущие успешные спортсмены), состоящий из сухого зала и зала с чашей бассейна, что является знаменательным событием в масштабах муниципальной системы образования<sup>2</sup>.

Здоровьесберегающая инфраструктура учреждений, безусловно, имеет схожие черты, отталкиваясь от начального — типового — проекта зданий, и включает аналогичные функциональные модули, которые направлены на решение задач образовательной области «Физическое развитие». При этом следует отметить уникальность педагогических и дизайнерских решений при обустройстве и оформлении среды в каждом из описываемых учреждений.

Просторные физкультурные залы учреждений — это центры физической активной и спортивной жизни детей и своеобразные визитные карточки детских садов.

Именно здесь ярко, весело и с максимальной пользой для развития и здоровья воспитанников проходят не только физкультурные занятия, но и массовые спортивные праздники и развлечения. Для учреждений стали уже традиционными спортивные события, в которых принимают участие и дети, и

члены их семей, — семейные старты и детские соревнования, приуроченные к важным и знаменательным датам и праздникам («Веселые старты», «День отца», «День защитника Отечества»). А «Малые олимпийские игры», которые уже на протяжении многих лет традиционно проводятся в МБДОУ «Детский сад № 53», являются уникальными для системы воркутинского дошкольного образования.

Коллективы обоих учреждений использовали принцип функционального зонирования при обустройстве помещений физкультурных залов. Они оборудованы всеми необходимыми материалами, с помощью которых можно организовывать занятия по физической культуре, создавать условия для самостоятельной двигательной активности детей, а также для игровой и коммуникативной деятельности воспитанников: современными детскими спортивными тренажерами, разнообразным инвентарем.

Спортивный инвентарь и необходимое физкультурное оборудование оптимально размещены по периметру, преимущественно на стендах или в специально выделенных для этого участках помещений, благодаря чему свободным остается максимальное пространство, необходимое для активной деятельности детей.

В детском саду № 65 активная зона зала снабжена модульным спортивным покрытием, которое позволяет сделать каждое занятие не только более безопасным, но и комфортным благодаря приятной поверхности и эффекту «теплого пола».

Кроме того, наибольшим достижением коллектива учреждения стало создание целостного оздоровительного комплекса из связанных помещений третьего этажа, который и получил символическое для детского сада название «БУС».

Помимо великолепного физкультурного зала здесь предусмотрена специальная зона, где расположены

<sup>1</sup> Раздел официального сайта МБДОУ «Детский сад № 53» г. Воркуты, посвященный инновационной деятельности учреждения: [http://crr53vorkuta.ucoz.ru/index/innovacionnaja\\_dejatelnost/0-196](http://crr53vorkuta.ucoz.ru/index/innovacionnaja_dejatelnost/0-196).

<sup>2</sup> Статья на официальном сайте МКУ «Воркутинский Дом Учителя», посвященная открытию физкультурно-развивающего центра «БУС»: [http://domteacher.ucoz.ru/news/ob\\_otkrytii\\_fizkulturno\\_razvivajushhego\\_centra\\_bus\\_v\\_mbdou\\_detskij\\_sad\\_65\\_businka\\_g\\_vorkuty/2020-11-25-1000](http://domteacher.ucoz.ru/news/ob_otkrytii_fizkulturno_razvivajushhego_centra_bus_v_mbdou_detskij_sad_65_businka_g_vorkuty/2020-11-25-1000).

детские тренажеры сложного и простейшего типа, батуты, гимнастические стенки и многое другое.

Обустройство этой части физкультурного «царства» нацелено на самостоятельное использование детьми тренажерного оборудования. В процессе выполнения разнонаправленных упражнений с использованием спортивного оборудования у детей формируются устойчивые двигательные навыки: езда на велосипеде, самокате, прыжки на батуте и через скакалку, лазание по канату и т.д.

Если наличие тренажерного модуля в дошкольном учреждении — это пусть и редкое, но не уникальное явление для нашего муниципалитета, то такой оформленный и укомплектованный модуль, как ортопедическая зона центра «БУС», в которой сосредоточено оборудование и пособия, необходимые для укрепления свода стопы, это интересное и эффективное решение. Известно, что стопа связана со всеми внутренними органами и целенаправленная стимуляция определенных точек и зон приводит к укреплению организма и улучшению самочувствия в целом. Регулярные нагрузки поддерживают мышцы в тонусе, способствуют развитию опорно-двигательного аппарата, а игровая форма поднимает настроение и положительно влияет на общее эмоциональное состояние ребенка. Учитывая это, каждый педагог в каждом образовательном учреждении имеет в своем арсенале определенный набор



Комплекс «Лабиринт»  
в МБДОУ «Детский сад № 53»

ортопедических ковриков, дорожек и оборудования, но такой комплексный и централизованный подход к организации данного направления оздоровительной работы реализуется далеко не во всех детских садах. Посещение детьми ортопедической зоны и совместное выполнение упражнений создают положительный настрой, дают заряд бодрости и энергии.

Еще одной яркой отличительной чертой специального оздоровительного пространства детского сада № 65 является скалодром, под который переоборудована часть стены физкультурного зала.

С точки зрения исторических условий развития человека лазание, наряду с ходьбой, бегом и метанием, — это базовый двигательный навык, поэтому данный вид спорта относится к наименее травмоопасным и наиболее физиологичным. Скалолазание активно влияет на все группы мышц и не требует монотонных упражнений. Увлекательные трассы, разнообразные зацепки, смешанные задачи, одновременная работа рук, ног и корпуса способствуют гармоничному развитию тела, координации движений и логического мышления. При этом развиваются ловкость и выносливость.

В описываемых воркутинских детских садах оздоровительное пространство оснащено современными игровыми 3D-комплексами, «сухими» бассейнами и батутами.

Их использование способствует физическому развитию детей, обеспечивает воспитанникам эмоциональную разрядку и хорошее настроение на весь день, а игры в лабиринте развивают у дошкольников навыки пространственного воображения, ориентирования на местности и способствуют физическому развитию. Передвигаясь по веревочным лестницам, забираясь по канатам, перепрыгивая и преодолевая препятствия иными способами, ребенок становится более ловким и сильным, а значит — и более здоровым.

Пребывание в таком насыщенном пространстве дает возможность детям удовлетворить свою потребность в движении, отдохнуть и разнообразить опыт общения со сверстниками в процессе спортивных состязаний и подвижных игр.

Процесс, направленный на физическое развитие дошкольников, проживающих в жестких климатических условиях, имеет свои особенности. В результате резких изменений погодных условий происходят неблагоприятные процессы в функционировании всех систем организма детей дошкольного возраста. Низкие температуры воздуха, недостаток кислорода и солнечного света негативно сказываются на росте и развитии детей. Поэтому необходимым функциональным модулем, направленным на охрану и укрепление здоровья воспитанников в условиях Крайнего Севера, является бассейн.

Не во всех дошкольных учреждениях наличие бассейна учтено при планировке и строительстве здания. Для детского сада № 53 плавательный бассейн и организация оздоровительных и обучающих занятий в нем — это уже многолетняя и высокоэффективная практика работы.

А вот у воспитанников детского сада № 65 только в 2020 г. в одной из зон центра «БУС» появился каркасный бассейн.

Плавание благотворно влияет на развитие всех систем детского организма и является непревзойденным средством закалывания и формирования правильной осанки ребенка. И создание условий для плавания, столь необходимого для гармоничного детского развития, в учреждении, где проектом здания не предусмотрено наличие стационарного бассейна, — это решительный шаг для коллектива в создании «здоровой» среды для дошколят

На третьих этажах детских садов расположены зимние сады — любимые детьми уголки общения с



Прогулочная зона третьего этажа в МБДОУ «Детский сад No 65»

природой и прогулочные веранды для малышей, предназначенные для отдыха, игр, познавательного развития и социализации детей раннего возраста.

В помещениях прогулочных веранд располагаются игровое и спортивное оборудование, мягкие модули, «сухие» бассейны. Малыши могут покататься на велосипедах, весело провести время в «сухом» бассейне, поиграть с песком и водой, а педагоги, используя специальное физкультурное оборудование (горки, скаты, лесенки, бревна, мягкие модули), создать игровые ситуации, направленные на развитие движений детей (имитационные игры, игры-путешествия, игры с игрушками и спортивным оборудованием).

Посещение прогулочной веранды: — обогащает детский двигательный опыт, способствует освоению основных движений, развитию интереса к подвижным играм и согласованным двигательным действиям;

— обеспечивает смену деятельности детей с учетом степени ее эмоциональной насыщенности;

— создает все условия для успешной адаптации каждого ребенка к условиям детского сада;

— укрепляет здоровье детей.

Предметно-пространственная среда не только специальных помещений, но и всех возрастных групп детских садов соответствует требованиям ФГОС ДО в части охраны и укрепления физического и психического здоровья детей. В каждой группе оборудован спортивный уголок и предусмотрено наличие разнообразного инвентаря для самостоятельного использования в свободной игровой деятельности по желанию и интересам детей.

Именно интерес детей к самостоятельной организации увлекательных дворовых подвижных игр подтолкнул воспитателей и родителей воспитанников к оформлению свободного пространства групп и холлов детского

сада соответствующей разметкой. Находясь в группе или передвигаясь по проходным помещениям, дети играют в «Классики», «Твистер» и «Лабиринт», развивая тем самым свои физические качества и укрепляя здоровье, а маркеры «Ровная спинка» позволяют формировать правильный стереотип осанки у детей дошкольного возраста.

Таким образом, при рациональном подборе и размещении физкультурного оборудования и спортивного инвентаря, эффектной оформлении основных и второстепенных помещений детского сада создаются благоприятные условия для развертывания спонтанной самостоятельной двигательной активности детей. Дошкольники могут выбирать интересные и доступные для себя упражнения и занятия с различными пособиями, которые помогают творчески решать двигательные задачи и комфортно ощущать себя в пространстве.



Игровая и оздоровительная разметка пола и стен в помещениях МБДОУ «Детский сад No 53»



Прогулочная зона участка МБДОУ  
«Детский сад № 53»

Для детей дошкольного возраста, живущих в населенных пунктах, расположенных в самых холодных уголках России, зимняя прогулка на свежем воздухе зачастую является роскошью и редким удовольствием. И так важно сделать ее максимально насыщенной и полезной, разнообразить подвижную деятельность детей на прогулке. В этом помогает наличие современного выносного инвентаря, которым обеспечена каждая дошкольная группа детских садов города Воркуты: кегли, мячи, серсо, ракетки, лыжи, лежанки,

инвентарь для организации игр в футбол и хоккей и т.д.

В теплый «бесснежный» период года, который для нашего региона является очень непродолжительным, работа детских садов не останавливается. Для организации двигательной активности детей на прогулках территории детских садов оборудованы спортивно-игровыми зонами с современными детскими комплексами. В каждом детском саду они отличаются разнообразной комплектацией и включают несколько физкультурных снарядов (сетки, гимнастические кольца, лестницы, турники, баскетбольное кольцо, детский скалодром и пр.), а также различного рода качели и детские горки.

Свободная площадь участков детских садов благодаря усилиям педагогов и родителей оформлена многообразной и привлекательной для детей разметкой, позволяющей не только педагогам организовано проводить подвижные игры и развлечения, но и самим воспитанникам проявлять свое двигательное творчество.

В соответствии с особыми климатическими условиями нашего города именно детский сад призван обеспечить наилучшие условия для полноценного и здорового развития детей дошкольного возраста. Физкультурно-оздоровительная работа, проводимая в муниципальных воркутинских

дошкольных учреждениях, направлена на достижение каждым дошкольником максимально высокого уровня двигательной активности, компенсирующей отрицательное воздействие климатических условий.

Кроме того, созданная в дошкольных учреждениях активная оздоровительная среда для воспитанников созвучна актуальным идеям «многомерной» физкультуры. Это создание условий для овладения дошкольниками в игре и свободной деятельности различными способами решения поставленных задач и достижения целей; самостоятельное преодоление препятствий и умение работать в команде; выбор каждым ребенком своей траектории направленного движения, физического развития и роста, полноценное ощущение себя в пространстве и пространства вокруг себя, осознание своего потенциала, своих возможностей и — как результат — желание не просто двигаться, а двигаться вперед и вверх!

Создание современной эргономичной многофункциональной и привлекательной предметно-пространственной среды способствует повышению эффективности физкультурно-оздоровительной работы, мотивирует воспитанников на активное и заинтересованное участие в спортивных мероприятиях и подвижных играх.

В результате проводимой педагогическими коллективами системной и последовательной работы по организации развивающего оздоровительного пространства наблюдаются стабильные показатели здоровья и их позитивная динамика, отмечается снижение уровня заболеваемости детей. Воспитанники демонстрируют достаточно высокие результаты физического воспитания и развития, положительное психоэмоциональное состояние и наличие устойчивых навыков здоровьесбережения и безопасности жизнедеятельности. Дошкольники детских садов принимают активное участие в спортивных состязаниях и конкурсах разного уровня, где одерживают победу и устанавливают личные рекорды. **дп**

