

ДЕТСКИЙ ТУРИЗМ, КАК ИННОВАЦИОННАЯ ТЕХНОЛОГИЯ ОЗДОРОВЛЕНИЯ ДЕТЕЙ В ДОУ

*Золотарева И.А.,
инструктор по ФК
МАДОУ детский сад № 192*

Наиболее серьезные проблемы здравоохранения, распространенные в настоящее время, вызваны, как показывают исследования, в большей степени особенностями поведения, образом жизни, сформировавшимися в дошкольном возрасте. Но какие бы методы сохранения и укрепления здоровья детей не использовались в дошкольном образовательном учреждении, ожидаемого эффекта не будет, если у самих старших дошкольников не сформированы потребности и привычки в осознанном и разумном отношении к собственному здоровью, не выработаны умения и навыки в совершенствовании своего физического тела.

Процесс обновления требует реконструкции и совершенствования содержания физкультурно-оздоровительного процесса, ориентирование на сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста и их физического развития. Все это требует использовать инновационные методы в системе дошкольного образования, включать в программу по физическому развитию детей новые интересные формы работы по основам безопасности жизнедеятельности, навыков безопасного поведения не только в населенных пунктах, а также в лесу, рядом с водоемами, элементам ориентирования на местности, если ребенок заблудился.

Применение в работе с дошкольниками элементов туристической программы позволяют решить ряд проблем воспитания и развития будущего поколения. Назначение этой программы заключается в том, что у дошкольников посредством овладения простейшими туристическими навыками, улучшится здоровье, сформируется осознанное отношение к своему здоровью, повысится двигательная активность, а в дальнейшем разовьется потребность в здоровом образе жизни: отказ от вредных привычек, наносящих своему здоровью и здоровью окружающих, сознательного участия в охране окружающей среды.

Очень важной составляющей подготовки туриста-дошкольника является краеведческая подготовка. Она связана с приобретением знаний о природных богатствах родного края, историческом прошлом, знакомство с наиболее интересными объектами, уникальными природными комплексами, формированием у ребят умений и навыков в организации и проведении наблюдений с их последующей обработкой и анализом

Конечно, включение элементов туристической программы предусматривает некоторые изменения в физкультурно-оздоровительной деятельности дошкольного образовательного учреждения в содержании физкультурных занятиях в спортивном зале и на воздухе, в организации активного отдыха детей, но не исключает основных их принципов здоровьесбережения.

В начале работы в данном направлении мною были сформулированы основные задачи туристической программы: на занятиях на свежем воздухе в любую погоду способствовать закаливанию организма и улучшать здоровье детей; в естественных условиях способствовать совершенствованию у детей всех физических качеств – быстроты, ловкости, выносливости, гибкости, силы,

ориентировки в пространстве, а так же всех основных видов движений – ходьбы, бега, ползания, лазания, прыжков, метания, упражнения в равновесии. Познакомить детей с малой родиной, особенностями ландшафта, животного и растительного мира, расширять знания детей о правилах поведения в природе, об её охране. Воспитывать такие качества, как самостоятельность, аккуратность, ответственность, инициативность, бережное отношение к снаряжению и спортивному инвентарю.

Наше образовательное учреждение располагается в экологически чистом районе, в поселке Исток. Круглогодично мы проводим образовательный спортивный терренкур - прогулки по территории детского сада, которые содействуют укреплению здоровья, физическому развитию детей, воспитанию эстетических чувств, общению с природой, совершенствованию двигательных навыков и физических качеств, содействуют воспитанию необходимой жизненной ориентировки на местности, решительности, смелости, общей выносливости, укреплению дружеских взаимоотношений.

Прогулки-походы по территории детского сада предварительно писались сценарий, составлялся маршрут по типу квеста. К каждой прогулке согласно времени года, создавались дополнительные к естественным препятствия, так чтобы заинтересовать, привлечь детей к двигательной активности, умению нестандартно мыслить, проявлению у них волевых качеств, пройти испытание до конца, умению ориентироваться по карте-маршруту, пользоваться компасом. Так терренкур проводился в сухую теплую осенне-весеннюю погоду, в безветренную зимнюю и солнечную летнюю.

В зимний период проводились совместные с родителями прогулки-походы выходного дня. Организовывалась микрогруппа, ребята и родители из старших и подготовительных групп выходили на лыжах в лес. Во время этих прогулок дети имели возможность познакомиться с местностью, в которой расположен микрорайон, вместе с родителями любовались самыми красивыми местами своей малой Родины, зимними пейзажами. Все это создало у детей мощную мотивацию познания, являясь тем эмоциональным фоном, на котором усвоение достаточно сложных сведений и представлений об истории родного края, его достопримечательностях идет легко и непринужденно. Совместная творческая работа детей и родителей после походов изготовление рисунков, аппликаций, поделок, способствовала укреплению внутрисемейных отношений.

Наиболее активно туристические мероприятия проходили в летне-оздоровительный период, в форме тематической туристической недели, когда погода благоприятствует для проведения различных развлечений на природе. Дети в это время, чаще выезжают с родителями за город на природу, в лес, на море, на водоемы и тема туристических походов и элементов безопасного поведения на природе, как никогда становится актуальной.

В эту неделю ребята по-настоящему могли погрузиться в туристическую атмосферу. На территории детсада располагался самый настоящий туристический городок с палатками и всем туристическим оборудованием.

В рамках спортивного праздника развлечения «Мы-туристы» дети старших и подготовительных групп разучивали и участвовали в различных туристических играх-эстафетах «Ловкий турист», «Уложи рюкзак», «Туристические препятствия», «Болото», «Напой друга» «Уложи костер» и другие. Проводились игры-викторины, где дети знакомились с туристическими терминами и основам безопасного поведения в природе. Проходили игры с элементами первой помощи, «Помоги

другу». Воспитанники узнали, как себя вести в той или иной ситуации, что можно, а что нельзя делать при травмах и как их избежать, а также умение наложить марлевые повязки на разные части тела.

С ребятами среднего и старшего возраста проводилась спортивно-туристическая игра-практикум по основам безопасности жизнедеятельности «Азбука Ау!». В этой игре Леший пригласил детей к себе в гости, в игровой форме знакомил детей с растениями и животными нашего региона, правилами поведения на природе, бережного отношения к ней. Леший провел экскурсию по территории детского сада, показал лечебные растения растущие под ногами, рассказал о их применении, пригласил к себе на полянку и провел настоящий мастер-класс по завязыванию различных узлов из веревки. В конце встречи поиграл в подвижные игры с детьми.

Младший возраст тоже не остался без внимания. В гости к ребятам пришла Машенька из мультфильма «Машенька и Медведь», провела интересную зарядку и в игровой форме рассказал, как опасно убежать от родителей, какие опасности ждут ребят в лесу.

Результатом применения инновационной формы работы – детский туризм, является значительное снижение случаев простудных заболеваний и уменьшение числа часто болеющих детей, создание условий к успешному преодолению нагрузок, меньшей утомляемости, способствует совершенствованию двигательной деятельности, улучшает физическую подготовленность, формирует значимые личностно-общественные, морально-волевые качества детей.