

## **«Мы дети твои – Россия! Мы дети твои – Земля!»**

*«День, проведенный ребенком без прогулки, потерян для его здоровья»*

*Г. А. Сперанский*

Ежегодно мы работаем над проблемой внедрения здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательный процесс и находимся в постоянном поиске инновационных подходов к сохранению и укреплению здоровья дошкольников. Ребенок дошкольного возраста должен ежедневно находиться на свежем воздухе не менее 3 часов в день.

Многие дети нуждаются в особых технологиях физического развития, в которых должен быть учтен весь комплекс соматических, физических и психологических проблем развития детей. Изучение специальной литературы, практического опыта коллег, анализа существующих форм, методов и условий реализации оздоровительной работы в нашем дошкольном учреждении помог найти новые решения и новые возможности в этом направлении через использование элементарных форм детского туризма: туристические прогулки.

Система работы по использованию элементарных форм туризма в оздоровлении детей старшего дошкольного возраста позволяет удовлетворить потребность детей в активной деятельности в рамках оздоровительной работы детского сада, а так же – способствует становлению эффективного взаимодействия детского сада с родителями, общественностью.

Туризм ( в переводе с французского означает: прогулка, поездка) – путешествия по своей стране или в другие страны, сочетающие отдых с элементами спорта и познавательными задачами.

Туристская прогулка – форма организации туристской деятельности, предполагающая кратковременное (3-6 часов) пребывание в природных условиях и способствующая привитию здорового образа жизни через различные экскурсии, туристические походы, спортивные развлечения на открытом воздухе.

Таким образом, туристская прогулка является приемлемой формой организации деятельности детей в дошкольном образовательном учреждении.

Ежегодно в нашей группе есть традиция – делиться воспитаниями о лете и активным отдыхом детей совместно с родителями. Мы создали иллюстративные альбомы, сочинения «Мое самое незабываемое путешествие на природе» с показом мультимедийной презентации. Самое интересное путешествие, которое заинтересовало детей – туристический поход с последующим маршрутом на карте. . В совместной деятельности мы познакомились с картой нашего района, научились определять с помощью компаса стороны света (север, юг, запад, восток). У детей появились вопросы о возможности создания подобного туристического похода с использованием карты, компаса в районе нашего детского сада. Рассмотрев множество туристических карт дети увидели обозначения в виде цветных флажков и их значения. И пришли к выводу о создании своих обозначающих знаков в виде разноцветных флажков.

В последствии нами был создан туристический отряд под названием Туристы – навигаторы. Целью которого является привлечение детей к здоровому образу жизни посредством участия в туристических спортивных мероприятиях.

Совместно с детьми был построен маршрут по достопримечательностям нашего города: Стадион Юбилейный. Где ребята активно катались на лыжах, занимались на тренажерах и познакомились с историей его возникновения.

Следующим нашим маршрутом был городской парк. Мы познакомились с историей создания парка, играли в подвижные игры, занимались на игровой площадке.

Далее мы отправились на познавательную экскурсию к Дворцу Культуры Шахтеров.

Для совместной деятельности с родителями были организованы выходные здоровья, совместные спортивные прогулки.

В рамках проекта для наших коллег был проведен семинар «Оздоровительный семейный досуг», выставка методической литературы о туризме.

На этом мы не останавливаемся и продолжим дальше посещать памятные места нашего города в течении всего учебного года. В завершении нашего проекта мы создали методические памятки для наших коллег с отображением безопасного маршрута.

**Цель:** привлечение детей к здоровому образу жизни посредством участия в спортивных мероприятиях.

#### **Задачи**

1. Совершенствовать естественные виды движений и обогащать двигательный опыт
2. Развивать координационные способности и выносливость как основу физической подготовки ребенка – будущего туриста.
3. Способствовать развитию психических процессов и расширять объем знаний в области физической культуры и туризма, краеведения.
4. Формировать межличностные, в частности, дружеские отношения дошкольников в процессе игровой туристской деятельности, адаптированной к их возможностям.
5. Совершенствование всех физических качеств – быстрота, выносливость, ловкость, гибкость, сила, ориентировка в пространстве.
6. Расширение знаний о правилах поведения в природе, об охране ее. Благодаря постоянному перемещению по местности.
7. Умение пользоваться картой, компасом, активному участию в играх и туристических состязаниях, умение действовать по предложенному плану, самостоятельно выполнять поставленную умственную задачу. Правильно оценивать результаты своей деятельности.

#### **Новизна:**

Новизна проекта заключается в реализации инновационных здоровьесохраняющих технологий. Физкультурно – оздоровительной деятельности : использование ИКТ для более наглядной демонстрации преимущественно для здорового образа жизни (мультфильмы о туризме, презентация «о семейном отдыхе туристической направленности каждой семьи наших детей». Внедрение новых здоровьесохраняющих технологий деятельности ДОУ (туристические маршруты, вблизи находящихся достопримечательностей нашего города).

**Дата проведения:** 02.2022 – 32.05.2022.

#### **Участники проекта:**

Дети от 5 до 7 лет, родители и педагоги.

**Ожидаемый результат:** повышение эмоционального, физического благополучия детей; оздоровление детей за счёт повышения двигательной активности; преодоление естественных препятствий и трудностей походной жизни, требующих от участников проявления смелости, решительности, осознанного роста собственного духовного потенциала; сформируется устойчивый интерес к занятиям по физической культуре

#### **План реализации патриотического отряда:**

##### **Деятельность с детьми:**

- Экскурсионная работа: прогулки, экскурсии к местам исторических памятников, исторических событий,
- Спортивно - туристические походы,
- поход выходного дня «Выходи гулять»
- Спортивные состязания,
- Конкурс рисунков на спортивную тематику.
- Составление альбомов о спортивном туризме, совместных походах с родителями.

- Рассматривание предметных иллюстраций «Что возьмем с собой в поход»
- Участие в туристической викторине – играх на местностях, лыжных прогулках.
- Просмотр познавательных мультфильмов о туризме.
- Подвижные туристические игры.
- Знакомство с различными туристическими картами и их обозначениями.
- Знакомство с картой нашего района.
- Создание своих обозначающих знаков.
- Создание туристического маршрута по достопримечательностям нашего города.

#### **Деятельность с родителями:**

- Фотоальбомы «Наше незабываемое лето».
- Ежегодный выпуск газеты «Семейный поход».
- Совместные спортивно – туристические прогулки с родителями.
- Выходной день здоровья.
- Лыжная подготовка туриста, проведение специальных видов упражнений: перетягивание каната, подъем и спуск с горы бегом, на лыжах.

Таким образом, целенаправленная, регулярно осуществляемая работа воспитателями и родителями по привлечению к здоровому образу жизни посредством участия в спортивных мероприятиях посредством физкультурно – оздоровительной деятельности, способствующей физическому развитию детей, позволит добиться положительных результатов.