

Макимова Елена Николаевна

воспитатель

АНО ДО «Планета детства «Лада» –

Д/С №67 «Радость»

г. Тольятти, Самарская область

ДЕТСКИЙ ТУРИЗМ КАК НЕТРАДИЦИОННАЯ ФОРМА РАБОТЫ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ДОШКОЛЬНИКОВ

***Аннотация:** в статье описана работа в детском саду по реализации оздоровительной работы в детском саду через инновационные формы работы. В работе подробно рассмотрены составляющие общей подготовки юного туриста.*

***Ключевые слова:** физическое развитие, основы здорового образа жизни, детский туризм, оздоровительная работа, планирование.*

Детский туризм – одно из эффективных средств гармоничного развития дошкольников, которое реализуется с 5 – 6 лет в форме экскурсий, целевых пеших прогулок, походов, экспедиций.

Проблема развития детского туризма в дошкольном учреждении актуальна на сегодняшний день. Специалисты считают, что в перспективе детско-юношеский туризм может и должен стать одним из приоритетных направлений развития туризма в России, а начальное овладение навыками пешего туризма в дошкольном возрасте позволит привить культуру здорового образа жизни.

Цель физкультурно-оздоровительной работы средствами детского туризма состоит в организации системы работы дошкольного учреждения по формированию ценностного отношения к здоровому образу жизни у воспитателей, родителей и детей в процессе организации занятий пешим туризмом.

К *средствам* туризма относят:

1) для физической подготовки:

– упражнения на развитие основных видов движений (обогащение двигательного опыта детей);

- подвижные, народные и спортивные игры (развитие физических качеств: выносливости, координации, гибкости и скоростных, силовых качеств);

2) для технической подготовки:

- упражнения по овладению техникой движений в пешеходных и лыжных прогулках, походах;

- упражнения по безопасному и рациональному преодолению естественных препятствий (поваленные деревья, ручей, болотистые участки);

- специальные двигательные задания по ориентировке на местности (по плану, схеме, компасу).

При определении содержания работы по формированию основ детского пешего туризма у старших дошкольников необходимо учитывать составляющие общей подготовки юного туриста, которая предполагает:

1. Теоретическую подготовку с постановкой задач по формированию ценностного отношения к здоровому образу жизни в процессе организации тренировок по пешему туризму, которая включает:

1.1. Краеведческую подготовку с постановкой задачи формирования знаний о родном крае и правилах поведения в природе.

1.2. Топографическую подготовку с постановкой задач по ознакомлению с пространственными отношениями (вычерчивание плана, ориентировка в карте, схеме).

1.3. Умение ориентироваться на местности, в предметно-пространственном окружении, с постановкой задачи овладения умением хождения по легенде, определение частей света по компасу.

2. Физическую подготовку, которая предполагает общую физическую подготовку в соответствии с основной общеобразовательной программой дошкольного образования детского сада и специальную с постановкой задачи формирования умений и навыков пешеходных и лыжных прогулок:

2.1. Техника пешего туризма с постановкой задачи формирования умений рационального и безопасного преодоления препятствий.

2.2. Простейшие элементы горного туризма (ходьба с обвязкой по склону или доске с углом в 45 градусов, преодоление детской стены скалодрома в обвязке с использованием карабинов, ходьба по склону траверсом).

2.3. Техника лыжного туризма с постановкой задачи овладения техникой движения (подниматься на горку лесенкой или елочкой, спускаться с горы в низкой стойке, тормозить, ходить скользящим и попеременным шагом).

3. Техническую подготовку с постановкой задачи овладения практическими навыками туриста (выбор места стоянки, установка палатки, укладка рюкзака, разведение костра, вязка узлов, подбор продуктов и одежды для похода).

4. Формирование личностных качеств и дружеских отношений.

Работа по освоению детьми техникой пешего туризма может проводиться как специалистом по физической культуре, так и воспитателем, которые прежде чем приступить к введению новшества в педагогический процесс должны сами пройти теоретическую и практическую подготовку, получить консультативную помощь у специалистов – инструкторов туристских центров.

Достичь нужной подготовки дошкольника к пешему походу помогает продуманная система работы дошкольного образовательного учреждения, которая обеспечивает преемственность в содержании, формах и методах.

В основу планирования содержания работы по ознакомлению дошкольников с основами пешего туризма положен принцип повторяемости и усложнения.

Все компоненты образовательной деятельности детей старшей группы повторяются с детьми подготовительной к школе группы с учетом стартовых возможностей каждого ребенка на начало нового учебного года.

Таким образом работа по данной теме с постепенным усложнением образовательного материала позволяет углублять представление ребенка об окружающем мире, совершенствовать его специальные двигательные умения и навыки, которые позволят дошкольнику быть активным участником похода.

Список литературы

1. Сценарии спортивно-театрализованных праздников. Серия «Здоровый образ жизни» // Воспитание дошкольников. Приложение «Дошкольное воспитание и обучение». – Вып. 81. – М.: Школьная пресса, 2008. – 96 с.
2. Трубицына С. Прогулка с детьми. Поиск гармонии с окружающим миром // Наш вальдорфский детский сад. – М., 2002. – С. 39–46.