

Аверьянова Елена Михайловна

воспитатель

МБДОУ Детский сад №12

г. Алексеевка, Белгородская область

Николаенко Светлана Викторовна

педагог-психолог

МБДОУ Детский сад №12

г. Алексеевка, Белгородская область

Чумаченко Татьяна Витальевна

воспитатель

МБДОУ Детский сад №12

г. Алексеевка, Белгородская область

Кинегопуло Людмила Сергеевна

воспитатель

МБДОУ Детский сад №13

г. Алексеевка, Белгородская область

СЕМЕЙНЫЙ ТУРИЗМ КАК СРЕДСТВО ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДОШКОЛЬНИКА

***Аннотация:** дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического здоровья. Очень важно именно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни. Как показала практика, наиболее эффективными формами работы являются семейные туристические походы. Все участники образовательного процесса получили знания по вопросу укрепления и сохранения здоровья не только детей, но и своего собственного.*

***Ключевые слова:** дошкольник, психолого-педагогическая поддержка семьи, здоровьесбережение, семейные туристические походы.*

Сегодняшняя система дошкольного образования отличается появлением и внедрением новых педагогических технологий, распространением

инновационной деятельности. При этом существенно меняются ориентиры и требования к дошкольному образованию, как к его общему звену.

Одной из задач ФГОС ДО является: обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

Эффективная работа по формированию здорового образа жизни детей является одним из наиболее существенных факторов конкурентоспособности современных дошкольных организаций. В дошкольном детстве здоровье ребенка формируется в двух основных средах: семье и дошкольной организации. Обе среды являются микросоциумами, на фоне которых формируется здоровье дошкольника в самом широком смысле этого понятия.

В детском саду созрела необходимость поиска инновационных подходов к укреплению здоровья дошкольников и реализации эффективных форм взаимодействия детского сада и семьи по физическому развитию.

Ничто так не сплачивает семью, не помогает достичь взаимопонимания между всеми ее членами, а также и другими семьями, как совместный активный отдых. Одной из эффективных форм активного отдыха является семейный туризм. Семейный туризм позволяет решать оздоровительные, познавательные и воспитательные задачи [2, с. 32].

Туристские походы-прогулки оказывают оздоровительный эффект. В природных условиях представляется возможность обогатить двигательный опыт дошкольника. Во время ходьбы у детей совершенствуются двигательные навыки, развиваются физические качества [3, с. 27]. Значимые изменения происходят в совершенствовании в первую очередь выносливости, а также силы, быстроты, координационных способностей.

Поэтому в здоровьесберегающую модель детского сада №12 были включены совместных с родителями туристические походы за пределы дошкольной организации, как одна из активных форм взаимодействия ДООУ с родителями воспитанников. Деятельность в форме развлечений проводится воспитателями и родителями в соответствии с планом работы.

Туристические прогулки может проводить как инструктор по физической культуре, так и воспитатель. Наилучший результат достигается при усилении всех сотрудников дошкольного образовательного учреждения.

Семейные туристические походы-прогулки в группе педагоги проводят со всеми детьми при условии учета возрастных особенностей, состояния здоровья, индивидуальных показателей. Так родителям детей младшего возраста предоставлялось право выбрать средство передвижения детей (малыши едут на «своем транспорте» – колясках или велосипедах).

При планировании похода-прогулки тщательно продумывается и распределяется между родителями поручения. Мама – педиатр, значит, они вместе со своим ребенком отвечают за аптечку, и т. д.

Накануне похода группа проходят маршрут и осматриваем место привала, чтобы не было никаких объектов, которые могут нанести вред здоровью ребенка. Поход запоминается детям встречей со сказочными персонажами (Бабой Ягой, Красной Шапочкой и др.).

С детьми проводится предварительная работа о технике безопасности, о правилах поведения в лесу. Накануне создается у детей радостное ожидание предстоящего путешествия. Во время похода-прогулки у детей появляется возможность подкрепиться на свежем воздухе вместе с друзьями и родителями. Для этой цели родители запасаются продуктами. Обязательно с собой берем термосы с витаминным чаем. Для соблюдения правил гигиены в рюкзаках у родителей есть влажные салфетки и бутылочки с водой для мытья рук. По итогам семейного похода-прогулки обязательно оформляем фоторепортаж «О том, как мы в поход ходили».

Полученные результаты позволили сделать вывод, что работа по сохранению и укреплению здоровья детей дошкольного возраста эффективна при активном включении родителей в образовательный процесс. Родители стали не просто сторонними наблюдателями, а помощниками педагогов.

Как показала практика, наиболее эффективными формами работы являются семейные туристические походы. Все участники образовательного процесса

получили определенные знания по вопросу укрепления и сохранения здоровья не только детей, но и своего собственного.

Взрослые обязаны быть примером и образцом для подрастающего поколения. Так же важна мотивация к здоровому образу жизни. Совместные мероприятия на природе в большой степени этому способствуют.

Из вышесказанного можно сделать вывод, что взаимное сотрудничество дошкольной образовательной организации и семьи способствует укреплению здоровья участников образовательного процесса.

Список литературы

1. Бочарова Н.И. Оздоровительный семейный досуг с детьми дошкольного возраста: пособие для родителей и воспитателей / Н.И. Бочарова. – М.: Аркти, 2003. – 94 с.

2. Завьялова Т.П. Туризм в детском саду: новые возможности, новые решения / Т.П. Завьялова – Тюмень, 2006. – 263 с.

3. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ: планирование, занятия, упражнения, спортивно-досуговые мероприятия / авт.-сост. О.Ф. Горбатенко, Т.А. Кардаильская, Г.П. Попова. – Волгоград: Учитель, 2008. – 157 с.

4. Шишкина В.А. Прогулки в природу: учеб.-метод. пособие для воспитателей дошкол. образоват. учреждений / В.А. Шишкина, М.Н. Дедулевич. – М.: Просвещение, 2003. – 111 с.