

Управление образования Администрации г. Екатеринбурга  
Отдел образования Чкаловского района  
Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение -  
детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по  
физическому развитию воспитанников № 358 «Лесная полянка»  
620024, Екатеринбург, Новоспасская,18  
216-54-78, [dou358@yandex.ru](mailto:dou358@yandex.ru)

## **«ТУРИСТЯТА ОТКРЫВАЮТ МИР» (ЭКОЛОГИЧЕСКИЙ ТУРИЗМ КАК СРЕДСТВО ОЗДОРОВЛЕНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ)**

Проект

Сроки реализации проекта:  
2018-2023 учебный год



Екатеринбург

## Содержание проекта

<b>Паспорт проекта</b> .....	3
<b>I. ВВЕДЕНИЕ</b> .....	3
1.1. Назначение и краткая характеристика проекта «Туристы открывают мир»..	3
<b>II. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА</b> .....	4
2.1. Актуальность проекта «Туристы открывают мир».....	4
2.2. Цели и задачи проекта «Туристы открывают мир».....	7
2.3. Принципы реализации проекта «Туристы открывают мир».....	7
2.4. Условия реализации проекта «Туристы открывают мир».....	8
2.5. Основные направления деятельности.....	8
2.6. Предполагаемые результаты.....	9
2.7. Этапы реализации проекта «Туристы открывают мир».....	10
Блок I. «К тайнам природы Урала через движение».....	10
Блок II. «Папа, мама, я - здоровая семья».....	14
<b>III. МОНИТОРИНГ ЭФФЕКТИВНОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА «ТУРИСТЫ ОТКРЫВАЮТ МИР»</b> .....	16
3.1. Мониторинг эффективности реализации проекта «Туристы открывают мир».....	16
3.2. Показатели подготовленности детей старшего дошкольного возраста к туристической прогулке.....	17
Литература.....	20
<b>РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА «ТУРИСТЫ ОТКРЫВАЮТ МИР» (ПРИЛОЖЕНИЕ)</b>	
Перспективный план занятий и туристических прогулок с детьми старшего дошкольного возраста (приложение № 2)	
Содержание комплексных занятий в клубе «Здоровячок» с детьми старшего дошкольного возраста и их родителями (приложение № 3)	
Модель взаимодействия персонала ДООУ в организации туристских прогулок. (приложение № 4)	

*ДЕНЬ, проведённый ребёнком среди роц и полей...  
стоит многих недель, проведённых на учебной скамье  
К.Д. Ушинский*

## **Паспорт проекта «Туристыя открывают мир»**

**Наименование:** Проект «Туристыя открывают мир»

**Основной заказчик:** Администрация муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения - детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по физическому развитию воспитанников № 358 «Лесная полянка» г. Екатеринбург

**Проект адресован:** Педагогическим работникам и инструкторам по физической культуре дошкольного образовательного учреждения.

Проект «Туристыя открывают мир» позволяет педагогам и инструкторам по физической культуре включиться в процесс обновления физического воспитания дошкольников в дошкольном образовательном учреждении.

**Авторы-разработчики:** творческая группа муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения - детского сада общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по физическому развитию воспитанников № 358 «Лесная полянка» г. Екатеринбург: Богданова Ольга Владимировна, инструктор по физической культуре, Боровик Татьяна Николаевна воспитатель, Виноградова Елена Борисовна, заместитель заведующего по ВМР.

**Проект «Туристыя открывают мир» разработан** для организации туристических прогулок с детьми старшего дошкольного возраста.

**Вид, тип проекта:** долгосрочный, исследовательско-творческий.

**Исполнители:** Инструктор по физической культуре, воспитатели, родители (законные представители) воспитанников муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения - детского сада общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по физическому развитию воспитанников № 358 «Лесная полянка» г. Екатеринбург.

**Данный проект** может применяться в любом ДООУ благодаря простоте большинства рекомендуемых средств и методов, отсутствию необходимости в приобретении дорогостоящей аппаратуры, необязательности высокого уровня профессиональной подготовки персонала, но при обязательном добросовестном выполнении рекомендаций.

## **I. ВВЕДЕНИЕ**

### **1.1. Назначение и краткая характеристика проекта «Туристыя открывают мир».**

Наиболее серьезные проблемы здравоохранения, распространенные в настоящее время, вызваны, как показывают исследования, в большей степени особенностями поведения, образом жизни, сформировавшимися в дошкольном возрасте.

Среди актуальных проблем реформирования дошкольного образования наиболее острой является обеспечение условий сохранения и укрепления здоровья дошкольников.

Но какие бы методы сохранения и укрепления здоровья детей не использовались в дошкольном образовательном учреждении, ожидаемого эффекта не будет, если у самих дошкольников не сформированы потребности и привычки в осознанном и разумном отношении к собственному здоровью, не выработаны умения и навыки в совершенствовании своего физического тела.

Проект «Туристы открывают мир» разработан в соответствии с Законом Российской Федерации «Об образовании», Законом Российской Федерации «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации», Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования.

Проект «Туристы открывают мир» определяет качественное повышение физического развития и оздоровления детей посредством организации туристических прогулок.

Основные цели и задачи проекта «Туристы открывают мир» разработаны в соответствии с государственной программой «Развитие образования Свердловской области до 2020 года», с комплексной программой «Детство» Примерная образовательная программа дошкольного образования / Т.И. Бабаева, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцева и др., учитывают региональные особенности и традиции родного края.

**Проект** «Туристы открывают мир» направлен на овладения простейшими туристическими навыками, улучшение здоровья, формирование осознанного отношения к своему здоровью, повышение двигательной активности, а как следствие в дальнейшем развитие потребности в здоровом образе жизни: отказ от вредных привычек, наносящих своему здоровью и здоровью окружающих, сознательное участие в охране окружающей среды.

Проектом «Туристы открывают мир» предусмотрены изменения в физкультурно-оздоровительной деятельности дошкольного образовательного учреждения в целом: в содержании физкультурных занятиях в спортивном зале и на воздухе, в технологии обучения, в организации активного отдыха детей.

Реализация основных направлений проекта «Туристы открывают мир» осуществляется посредством тесного взаимодействия с педагогами и с семьей.

## **II. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

### **2.1. Актуальность проекта**

Проблема здоровья подрастающего поколения вызывает тревогу государства и общественности, медицинских работников и педагогов, родителей и самих детей.

Медицинская статистика многих поколений отмечает, что большинство болезней взрослых уходит корнями в детство, указывая особую роль детского сада в формировании как непосредственно здоровья ребёнка, так и его отношения к своему здоровью, реальным действиям и поступкам, создающим предпосылки для формирования навыков здорового образа жизни.

Одной из причин медленного ухудшения результатов в борьбе за снижение заболеваемости является недостаточная педагогическая культура семей. Нарушается режим сна и отдыха в праздничные и выходные дни, дети много

времени проводят у телевизора и компьютера, потребность в движении удовлетворяется не полностью. У родителей отсутствует потребность в здоровом образе жизни, недостаточный уровень педагогической культуры в вопросах физического воспитания, невнимание взрослых к здоровью детей и воспитания правильного отношения к своему здоровью.

В соответствии с ФГОС ДО в образовательной области «Физическое развитие» главной задачей является гармоничное развития у воспитанников физического и психического здоровья (п.1.6 ФГОС ДО). "Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах поведения детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость ... становлении ценностей здорового образа жизни, овладении его элементарными нормами и правилами..." (п. 2.6 ФГОС ДО).

ФГОС дошкольного образования выделяет ряд принципов, которым должна соответствовать программа ДОУ. Одним из важнейших является принцип интеграции образовательных областей в соответствии с их спецификой и возможностями. Процесс интеграции представляет собой объединение в единое целое ранее разрозненных компонентов и элементов системы на основах взаимозависимости и взаимодополняемости.

Для ДОУ появляется новая проблема: важно не просто проводить занятия по здоровьесберегающим технологиям, а создать единый процесс взаимодействия педагога и воспитанников, где гармонично переплетаются разные образовательные области. В конечном итоге каждый ребенок получит представления о здоровье человека как главной ценности, которая необходима ему для полноценной жизни

Что главное в воспитании детей? Ребенок должен расти здоровым. Здорового ребенка легче воспитывать, легче обучать. У него быстрее устанавливаются все необходимые умения и навыки. Современный детский сад создаёт максимально благоприятные условия для того, чтобы каждый ребёнок рос здоровым и хорошо развивался. Но при всём этом очень важно не упустить те возможности, которые дает детство в формировании у ребенка берегающего и ответственного отношения к самому себе, к своему здоровью.

В существующей организации физкультурно-оздоровительной работы дошкольного образовательного учреждения можно заметить следующее противоречие. С одной стороны, роль движений в целостностном физическом развитии ребёнка, является очевидной и общепринятой и поэтому не требует какого – то, особого обоснования. С другой стороны, двигательная активность, различные формы целенаправленной организации по формированию потребности к здоровому образу жизни, занимают скромное место в жизни современного ребёнка-дошкольника. Они вынесены на периферию воспитательно-образовательного процесса.

В фундаменте традиционных методик лежит схема формирования у детей двигательных навыков. Которая выстроена в логике научных педагогических представлений первой трети XX столетия. Она такова: прямой показ взрослым (обучающим) образца движения и многократное воспроизведение детьми этого

образца в однородных условиях с целью образования прочных динамических стереотипов.

Сложившаяся система физического воспитания не обеспечивает в должной мере ни развития двигательной активности, ни формирования у дошкольников навыка сохранения своего здоровья.

МАДОУ детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по физическому развитию воспитанников № 358 «Лесная полянка» г. Екатеринбург уже ни первый год работает над проблемой внедрения здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательный процесс ДОУ и находится в постоянном поиске инновационных подходов к сохранению и укреплению здоровья дошкольников.

**Острота проблемы состоит в том, что:**

анализ заболеваемости детей в нашем ДОУ за последние 3 года выявил острую необходимость пересмотреть организацию оздоровительной работы в детском саду, а так же найти оптимальные варианты решения данной проблемы;

показатели здоровья детей требуют принятия более эффективных мер по сохранению и укреплению здоровья наших дошкольников;

многие дети нуждаются в особых технологиях физического развития, в которых должен быть учтен весь комплекс соматических, физических и психологических проблем развития детей.

Работа по оздоровлению и физическому воспитанию детей должна строиться на основе ведущей деятельности детей дошкольного возраста – игровой, а двигательно-игровая деятельность – это основа воспитания, оздоровления, развития и обучения детей дошкольного возраста [Трубайчук Л.В.]. Только благодаря применению игровой деятельности и правильно сформированной системе физкультурно-оздоровительной работы, на наш взгляд, можно добиться снижения уровня заболеваемости у детей.

Изучение специальной литературы, практического опыта наших коллег из других регионов, анализ существующих форм, методов и условий реализации оздоровительной работы в нашем дошкольном образовательном учреждении помог найти новые решения и новые возможности в этом направлении через использование **элементарных форм детского туризма.**

К туристической деятельности, как одному из форм работы с дошкольниками, прибегают крайне редко: считается, что туризм – это дело средней общеобразовательной школы. Однако мы уверены, что детский туризм в оздоровлении детей дошкольного возраста может и должен использоваться в качестве вспомогательного средства в педагогической практике ДОУ. Предлагаемая нами система работы по использованию элементарных форм туризма в оздоровлении детей старшего дошкольного возраста с одной стороны, позволяет удовлетворить потребность детей в активной деятельности в рамках оздоровительной работы детского сада, а с другой – способствует становлению эффективного взаимодействия ДОУ с родительской общественностью.

Дошкольный туризм является мощнейшим фактором оздоровления детей дошкольного возраста, так как характеризуется общедоступностью и рекомендован практически каждому ребенку при отсутствии у него серьезных патологий.

Уникальность туризма заключается в том, что он всесезонен. Следовательно, можно добиться стойкой динамики снижения заболеваемости детей ОРЗ, ОРВИ и повышения уровня их физической и двигательной подготовленности, а так же решить ряд проблем психологического здоровья дошкольников.

Всё это говорит о том, что развитию двигательной активности, воспитанию потребности к здоровому образу жизни, не только не уделяется достаточно времени, но также не придаётся должного значения возможности через организацию детского туризма влиять на укрепление физического здоровья ребёнка.

Главная задача педагога заключается в том, чтобы довести до сознания детей, родителей то, что детский туризм является одним из источников крепкого здоровья.

В связи с этим весьма **актуально** создание и использование в дошкольном образовательном учреждении новых форм и методов работы с детьми по формированию элементарных навыков и умений по самосохранению, укреплению их здоровья и образу жизни.

**Новизна** заключается в том, что через организацию с дошкольниками детского туризма формируются первые навыки бережного отношения к природе, самосохранения, потребность в здоровом образе жизни, повышается двигательная активность.

Известно, что туристические походы представляют собой один из важнейших организованных видов двигательной деятельности, в ходе которой решаются не только оздоровительные задачи, но и совершенствуются двигательные навыки и физические навыки детей, формирование первых навыков здорового образа жизни.

Анализ данного материала и практических исследований привели к необходимости разработки проекта «Туристы открывают мир», направленного на оптимизацию двигательной активности детей в естественных природных условиях, приобщение дошкольников к здоровому образу жизни.

## **2.2. Цели и задачи проекта «Туристы открывают мир»**

Исходя из выше перечисленных проблем и теоретических положений нами обозначена **основная цель**: создание условий для сохранения и укрепления здоровья детей и их физического развития, формирование навыков здорового образа жизни средствами организации детского туризма.

Исходя из цели и концептуальных положений, были определены следующие **задачи** ориентированные на реализацию основной цели дошкольного образовательного учреждения:

- Формировать у детей привычки думать и заботиться о своём здоровье.
- Совершенствовать движения в естественных природных условиях, обогащать двигательный опыт детей.
- Научить некоторым приёмам первой медицинской помощи.
- Обучать детей первоначальным туристическим навыкам.
- Воспитывать в детях нравственные качества: взаимопомощь, коллективизм, доброту, бережное отношение к природе.
- Обогащать представление детей о природе родного края.

### **2.3. Принципы реализации проекта «Туристы открывают мир»**

- **Доступность:**
  - учёт возрастных особенностей детей;
  - адаптированность материала к возрасту детей.
- Системность и последовательность, от простого к сложному, постепенность.
- Наглядность.
- Динамичность:
- интеграция проекта в разные виды деятельности.
- Дифференциация:
- создание благоприятной среды для усвоения первых туристических навыков, норм и правил здорового образа жизни каждого ребёнка, для развития двигательной активности.

### **2.4. Условия реализации проекта «Туристы открывают мир»**

Реализация проекта «Туристы открывают мир» возможно при соблюдении следующих условий:

*Организационные:*

- организация работы дошкольного образовательного учреждения в здоровьесберегающей режиме;
- создание системы взаимодействия всех субъектов физкультурно-оздоровительной и профилактической деятельности (дети, воспитатели, инструктор по физической культуре, родители и медицинские работники).

*Физкультурно-оздоровительные:*

- наличие комплексной стратегии, направленной на улучшение состояния здоровья детей и их физического развития;
- организация мониторинга состояния здоровья и физического развития дошкольников, т.е. системы динамического наблюдения за состоянием здоровья и уровнями физического развития на основе комплексных психологических, педагогических, медицинских обследований;
- разработка и апробирование новых форм профилактики и оздоровления детей (организация туристических мероприятий);
- пропаганда здорового образа жизни среди детей, родителей.

*Психолого-педагогические:*

- пространственная предметно-развивающая оздоровительная среда, адекватная реализуемому проекту «Туристы открывают мир»;
- банк методической и психологической информации по проблеме;
- обеспечение эмоционального благополучия каждого ребенка;
- обеспечение в коллективе дошкольного образовательного учреждения психологической поддержки развития потребности детей в самореализации, сотрудничестве и сотворчестве в процессе туристической деятельности.

### **2.5. Основные направления деятельности**

Учитывая весь спектр внешних и внутренних условий, наметили направления в деятельности:

- *сохранение и укрепление здоровья детей, и их физического развития:*
  - недопущение учебной перегрузки дошкольников;



- оптимальная организация двигательной активности при проведении туристических мероприятий с учетом санитарно-гигиенических норм и возрастных особенностей дошкольников;
- вовлечение детей в туристические мероприятия;
- овладение простыми туристическими навыками;
- воспитание у дошкольников привычки к здоровому образу жизни;
- обучение правилам безопасности;
- проведение углубленных медицинских осмотров детей дошкольного возраста;
- *интеллектуальное развитие детей:*
  - обогащение знаний по краеведению;
  - экологическое воспитание дошкольников;
- *психологическое сопровождение:*
  - создание психолого-логопедических условий для успешной реализации проекта «Туристыята открывают мир»;
  - оказание профилактической и развивающей помощи детям, имеющим проблемы в физическом развитии;
  - оказание консультативной и практической помощи педагогам и родителям через разные формы работы;
- *вовлечение семей в реализацию проекта «Туристыята открывают мир»:*
  - выявление запросов в физкультурно-оздоровительных услугах и степени удовлетворенности родителей деятельностью детского сада;
  - организация педагогического просвещения родителей;
  - активное вовлечение родителей в туристические мероприятия.

## **2.6. Предполагаемые результаты.**

- Снижение уровня детской заболеваемости.
- Повышение заинтересованности воспитанников, родителей педагогов в формировании здорового образа жизни. Приобщение к физической культуре и туризму.
- В ходе реализации данного педагогического проекта будет установлено единство дошкольного учреждения и семьи в вопросах воспитания здорового ребёнка. Родители на собственном опыте убедятся, что совместная спортивная деятельность полезна и необходима не только ребёнку, но и взрослому
- Полученный опыт позволит избежать несчастных случаев.
- Приобретённые навыки помогут осознанно выбрать здоровый образ жизни.
- Полученные детьми знания о туризме, и природе родного края позволяют найти способы укрепления и сохранения здоровья.
- Развивать искреннее чувство любви к родным местам.

## **2.7. Этапы реализации**

1 ЭТАП - ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ (январь 2018 г. – май 2018 г.)

*Основная цель этапа:* Создание условий для определения уровня деятельности.

- Теоретическое и практическое изучение проблемы.
- Поиск путей решения объявленных проблем по физкультурно-оздоровительной работе с детьми старшего дошкольного возраста.
- Определение уровня физкультурно-оздоровительной работы с детьми в дошкольном образовательном учреждении:

- анализ уровня физкультурно-оздоровительной работы по следующим направлениям:
- уровень развития детей;
- профессиональная компетентность педагогов;
- уровень реализации воспитательно-образовательных программ;
- методическое, материально – техническое обеспечение.
- Провести анкетирование родителей с целью выявления социального заказа по изучаемой проблеме.
- Работа над проектом «Туристы открывают мир» (методическое, материально-техническое обеспечение).

2 ЭТАП – ВНЕДРЕНИЕ (сентябрь 2018 г. – август 2020 г.)

*Основная цель этапа:* Систематизированное решение выявленных проблем.

- Реализация системы мероприятий проекта «Туристы открывают мир».
- Промежуточный анализ заболеваемости детей с учетом проводимых мероприятий.

3 ЭТАП – РЕЗУЛЬТАТИВНЫЙ (сентябрь 2020 г. – декабрь 2023 г.)

*Основная цель этапа:* Подведение итогов эффективности реализации проекта «Туристы открывают мир» и определение перспектив дальнейшей работы.

- Качественный и количественный анализ реализации проекта «Туристы открывают мир».
- Обобщение опыта по реализации проекта «Туристы открывают мир».
- Подготовка проекта программы на следующий период работы.

### **БЛОК I. «К ТАЙНАМ ПРИРОДЫ УРАЛА ЧЕРЕЗ ДВИЖЕНИЕ»**

*Организация познавательно-двигательной деятельности с использованием средств туризма в работе с дошкольниками.*

Основу блока I «К тайнам природы Урала через движение» составляет рациональное сочетание двигательной (прежде всего), игровой, познавательной деятельности.

В зависимости от возраста и уровня развития детей сообщаются элементарные сведения о природе родного края, о туризме, формирование первоначальных представлений о здоровом образе жизни, уточнение, дополнение, систематизирование, дифференцирование, обобщение знаний, умений, навыков.

#### **Особенности блока**

Содержание блока «К тайнам природы Урала через движение» направлено на формирование у детей навыков здорового образа жизни средствами организации детского туризма, включает теоретическую, практическую подготовку дошкольников.

#### **Задачи:**

1. Совершенствование у дошкольников движения в естественных природных условиях, обогащение двигательного опыта:
  - выполнение основных видов движений (циклические упражнения ходьба, бег, ходьба на лыжах, прыжки, метание, подлезание, преодоление травяных земляных склонов, снежных склонов небольшой крутизны);
  - проявление основных физических качеств (быстрота, выносливость, сила, гибкость) и общие координационные способности.
  - подвижные игры.

## 2. Обучение детей первоначальным туристическим навыкам:

- правильно и быстро одеваться и обуваться на физкультурное занятие в зале, на туристическую прогулку;
- правила безопасного поведения в туристических прогулках.
- требования к снаряжению, уход за ним;
- правила укладки рюкзака и уход за ним;
- набор для пешей прогулки похода;
- походный строй;
- движение группы на маршруте – соблюдение дистанции, темпа, режима движения;
- принадлежности для костра;
- типы костров их назначение;
- укладка макетов различных типов костров;
- безопасность в обращении с костром (им занимаются только взрослые);
- работа с простейшими схемами, планами, отражающими реальное пространство (назначение карты, виды карт: общегеографическая, топографическая, простейшие топографические знаки, нахождение на карте, условные запрещающие и разрешающие знаки).

## 3. Формирование у детей привычки думать и заботиться о своем здоровье:

- оказание первой помощи при порезе, ушибе, ожоге, укусе насекомых;
- правила личной гигиены и предотвращение возможных опасностей в лесу.
- Обогащение представлений детей о природе родного края:
- природа – источник первых конкретных знаний о родном крае (объекты живой и неживой природы, растительность леса, дикие животные, птицы);
- названия лекарственных растений родного края;
- зависимость жизнедеятельности обитателей леса от изменений в природе.

## 4. Воспитание в детях нравственные качества:

- взаимопомощь;
- коллективизм;
- доброта;
- бережное отношение к природе (через элементарные знания и действия (я знаю, что Земля – наш общий дом в котором живут звери птицы, рыбы, насекомые, человек часть природы, что на жизнь человека и животных влияют чистота, водоёмов, почвы и воздушной среды).

В данном блоке дана система взаимосвязных сюжетно-физкультурных занятий с туристическими прогулками, объединённых одной сюжетной линией, проводимых на протяжении всего учебного года.

Основу составляет рациональное сочетание двигательной (прежде всего), игровой, познавательной деятельности.

Содержание сюжетно-физкультурных занятий с туристической направленностью согласуется с задачами комплексной программы «Детство» и направлено на совершенствование основных видов движений.

Сюжетно-физкультурные занятия и туристические прогулки предназначены для детей старшего дошкольного возраста.

Содержание туристических прогулок и сюжетно-физкультурных занятий направлено на туристическую подготовку и адаптировано к возрасту дошкольника.

Туристическая прогулка включает в себя ряд компонентов: физкультурно-оздоровительный, социально-коммуникативный, эмоционально-психологический, эстетический, познавательный и прикладной.

**Туристические прогулки могут иметь разные цели:**

- оздоровительные (закалка, получение запаса бодрости и работоспособности, эмоционально-психическое оздоровление);
- спортивно-тренировочные (физическая тренировка, обучение преодолению естественных препятствий, ориентированию на местности, также действий в экстремальных ситуациях);
- познавательные (изучение родного края, знакомство с его историческими и природными достопримечательностями);
- развлекательные (игры, соревнования, конкурсы знатоков природы, походных песен и т.п.);
- практические (сбор грибов, ягод, орехов, лекарственных трав);
- эстетические (художественно-творческая деятельность на природе: рисование, сочинительство и т.п., общение с друзьями).

К туристическим прогулкам допускаются все желающие дети, отнесённые к основной группе здоровья.

Туристические прогулки проводятся 1 раз в месяц во время дневной прогулки, продолжительностью 1,5- 2 часа в зависимости от сезона.

Обязательной составной частью туристической прогулки является работа по ознакомлению детей с историей Урала. В процессе восприятия различных предметов, явлений общественной жизни ребенок получает богатый чувственный опыт, который необходим для развития его мышления и речи. У детей развивается любознательность, расширяет кругозор, формируются первичные представления о традициях и культуре народа, закладываются основы национального самосознания.

Основной целью прогулки может быть знакомство с историческими достопримечательностями. Такой вид прогулки является одним из наиболее действенных методов ознакомления детей с историей и культурой малой родины, воспитание патриотизма, стремления приумножить богатство своей страны.

Структура прогулки определяется особенностями физической и умственной работоспособности детей, а также принципами построения туристических походов разной сложности.

*Первая часть* – организационное начало, длительностью до 5 минут. Цель – сообщить задачи и краткое содержание предстоящей деятельности, проверить состояние личного снаряжения и готовность к походу.

*Вторая часть* – движение по разработанному маршруту. Этот этап включает от одного до трех (в зависимости от физической подготовленности, сезона, погоды, способа передвижения, сложности маршрута) переходов с кратковременными (5-10 минут) привалами для отдыха. Во время первого привала можно предложить малышам полюбоваться пейзажами, запомнить

направление движения. Первый привал – подгоночный. Время привала можно использовать и для исправления неполадок в обуви и одежде.

На этапе второго перехода после непродолжительной ходьбы можно предусмотреть проведение подвижных игр по ходу движения. Их содержанием могут быть разнообразные виды ходьбы, имитирующие движение животных, птиц, легкая пробежка в медленном темпе до 1,5 минуты. Второй переход завершается промежуточным привалом. Предложить детям немножко посидеть, а чтобы отдых был содержательным, используйте дидактические игры экологической направленности: «Подумай и отгадай», «Кто быстрее», «Определим погоду», «Будь внимателен», «Знатоки природы», «Не ошибись», организуйте наблюдение за природными объектами.

В содержание третьего перехода можно включить преодоление естественной полосы препятствий в игровой форме (типа «Ниточка-иглочка», «Зеркало», «Делай как я»). Используйте каждый момент, чтобы привлечь детей к оказанию взаимопомощи: подать руку, поддержать.

*Третий этап* туристических прогулок – длительный привал. После продолжительного движения детям следует предоставить возможность мышечного расслабления. Во время отдыха обязательно предложите расположиться на своих ковриках, полулежа, ноги приподнять на пенек, рюкзак. Пока дети отдыхают, напомните им об основных правилах поведения в лесу, обратите внимание на красоту и необычность окружающей природы. Можно предложить загадки на туристическую тематику, спеть песни, почитать стихи о природе, поиграть в спокойные игры.

Если дети прошли достаточно большое расстояние, то рекомендуется провести ланч. Хорошо если будет организован большой общий «стол», где каждый может поделиться друг с другом и незаметно для себя пройти хорошую школу щедрости.

После отдыха дети полны желаний познакомиться с лесом поближе, побегать по поляне, полазить по деревьям, покопаться в траве. Как организовать двигательную деятельность детей на привале? Самым действенным средством является подвижная игра. Несомненный интерес представляют сюжетные подвижные игры «Лесные пятнашки», «Волк во рву», «У медведя во бору», бессюжетные по типу «Ловишек» с разными вариантами (не оставайся на земле, с мячом, с ленточкой), игры-эстафеты. Оптимальное количество – 1-2 подвижные игры, и 1-2 игровых упражнений разного характера.

Активный отдых на привале можно сочетать с обучением детей туристическим навыкам: укладывать костер (в разрешенных местах) и тушить его перед уходом. Натянув между деревьями веревку, поупражняться в вязке узлов. Это очень интересное и полезное занятие для ума и развивает мелкую моторику пальцев рук. Здесь можно отработать действия в случае, если ребенок заблудился в лесу (как подать звуковой, цветовой сигнал, соорудить простейшее укрытие, сориентироваться в месте нахождения).

Во время длительного привала можно привлечь детей к выполнению работы: покормить птиц, очистить поляну от мусора, накрыть «сто» для всей группы. Любителям природы предложить вести наблюдения, делая зарисовки увиденного.

*Четвертая часть туристической прогулки – возвращение детей в детский сад. Возвращение осуществляется по кратчайшему пути, т.к. дети физически утомлены. Чтобы движение не было однообразным, предложите несложные задания «Кто больше назовет обитателей леса», «Назови деревья смешанного леса, лесных птиц, цветов».*

Протяженность туристической прогулки в оба конца без учета двигательной на привале минимальная 2,5 км, максимальная 4 км, с продолжительностью от 2 до 3 часов (в теплый период), в холодный – на лыжах от 1,5 км – 2 км; время от 1,5 – 2,5 часов.

В конце учебного года проводится туристический праздник в форме. Его продолжительность – 50 мин.

### **Примерная схема прогулки – похода в старших возрастных группах**

<b>Время</b>	<b>Задачи</b>	<b>Деятельность детей</b>	<b>Деятельность педагога</b>
10-00	Воспитание самостоятельности, развитие навыков самоорганизации	Сбор снаряжения, одевание, построение	Закрепляет навыки сбора в поход: собрать рюкзак, правильно одеться, быстро построиться
10-15 10-45	Совершенствование навыков ходьбы в природной среде, развивать наблюдательность	Пешеходный переход	Во время перехода следить за соблюдением правил безопасности на дороге, на привалах ведет беседу о значении туризма для здоровья детей
10-45 – 11-45	Дать детям отдохнуть, создать у детей радостное настроение, закрепить знания детей о значении леса в жизни человека, обучать трудовым навыкам	Правила (игры, занятия, наблюдения)	Предложить снять рюкзаки, поиграть, загадывать загадки, провести занятия по намеченному плану, убрать место привала
11-45 12-00	Развивать навыки общения, воспитывать коллективизм, взаимопомощь: воспитывать силу воли, характер	Пешеходный переход	Во время перехода следит за соблюдением правил безопасности на дороге, на привалах воспитатель ведет беседу о дружбе, взаимопомощи, силе воли
12-00 12-15	Воспитание культурно-гигиенических навыков, аккуратность	Раздевание, умывание. распаковка снаряжения	Своим примером показывает детям (образец действий после похода)
12-15 12-30	Закрепление и систематизация впечатлений	Подведение итогов прогулки похода (беседа)	Отмечает положительное в поведении детей, задает вопросы по содержанию прогулки

### **Основные направления работы с детьми на подготовительном этапе (Приложение 1)**

#### **БЛОК II. «ПАПА, МАМА, Я - ЗДОРОВАЯ СЕМЬЯ»**

Основой блока II «Папа, мама, я – здоровая семья» является построение единой системы работы педагогов ДОУ и родителей по формированию у дошкольников первоначальных навыков здорового образа жизни, учитывая при этом состояние здоровья детей, условий семейного воспитания и образа жизни семьи.

### **Задачи:**

- Создать непрерывную систему физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении и семье по формированию у дошкольников представления о себе и о здоровом образе жизни посредством организации туристических прогулок.
  - Заинтересовать родителей детским туризмом, как средством активного совместного отдыха.
  - Расширить педагогические знания родителей по вопросам важности физической активности детей и родителей, здорового образа жизни (ЗОЖ), туризма.
  - Научить взрослых проводить совместные подвижные и спортивные игры с ребёнком в свободной самостоятельной деятельности.
  - Формировать у родителей и детей осознанное отношение к своему здоровью.
  - Воспитывать бережное отношение детей к растительному и животному миру
- Совместная работа дошкольного образовательного учреждения с семьей строится по следующим основным направлениям, определяющие содержание, организацию и методику сотрудничества:
- единство в достижении цели воспитания здорового ребенка;
  - взаимное доверие и взаимопомощь инструктора по физической культуре, воспитателей, медицинской сестры и родителей;
  - повышение родительской компетентности в организации с дошкольниками туристических прогулок;
  - обучение родителей конкретными методами и приемами, направленными на формирование у дошкольников первых туристических навыков;
  - ознакомлений родителей с оздоровительными мероприятиями, проводимыми в дошкольном образовательном учреждении, обучение методом оздоровления в природных условиях.

Структурной основой блока «Папа, мама, я – здоровая семья» является способность педагогов ДООУ и родителей выстраивать единую физкультурно-оздоровительную деятельность на основе состояния здоровья детей, условия воспитания и образа жизни семьи дошкольного образовательного учреждения. Блок «Папа, мама, я – здоровая семья» имеет 2 направления: оздоровительное и познавательное.

Работа с семьей в дошкольном образовательном учреждении проводится в форме туристических прогулок и занятий в оздоровительном клубе «Здоровячок». Мероприятия в оздоровительном клубе «Здоровячок» проходят 4 раза в год, длительность занятий 35 минут, туристических прогулок 1,5 часа.

Два раза в год отслеживается результативность участия родителей и детей в мероприятиях по воспитанию здорового ребенка.

В ходе мероприятий с туристической направленностью применяются следующие методы активизации деятельности детей:



## МОНИТОРИНГ ЭФФЕКТИВНОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА «ТУРИСТЯТА ОТКРЫВАЮТ МИР»

### 3.1. Мониторинг эффективности реализации проекта «Туристыята открывают мир»

Насколько каждый воспитанник детского сада соответствует идеальной модели здорового и физически развитого дошкольника, позволяет судить система педагогического обследования, разработанная и апробированная в дошкольном образовательном учреждении.

Педагогическое обследование в дошкольном образовательном учреждении проводится с целью отслеживания эффективности реализации проекта «Туристыята открывают мир».

Проводимый мониторинг – это выявление знаний, простейших туристических умений и навыков, двигательных способностей детей и потребности к здоровому образу жизни.

Выделяются следующие области педагогического обследования:

- Физическая подготовленность старших дошкольников.
- Основы туристической подготовки дошкольников.
- Основы безопасности жизнедеятельности.
- Заболеваемость детей.
- Участие родителей и детей в мероприятиях по воспитанию здорового ребёнка.

Методическое обеспечение педагогического обследования уровня программных требований по физической культуре, сформированности туристических навыков осуществляет инструктор по физической культуре.

Основными методами педагогического обследования является наблюдение, беседа, выполнение тестовых заданий, анкетирование.



Результаты обследования по проблеме: «Организация детского туризма» представляется в виде трёхуровневой шкалы: индивидуальный, достаточный, высокий.

**Индивидуальный** – представляет собой тот факт, когда ребёнок не всегда справляется с заданием самостоятельно, даже с небольшой помощью взрослого.

**Достаточный** – выполняет задание с небольшой помощью взрослого.

**Высокий** – ребёнок самостоятельно выполняет предложенное задание.

Мониторинг эффективности реализации проекта «Туристы открывают мир» проводится 2 раза в год: на начало учебного года с целью выявления уровня знаний детей, простейших туристических умений и навыков, на конец учебного года, с целью сравнения полученного и желаемого результатов.

### 3.2 Показатели подготовленности детей старшего дошкольного возраста к туристической прогулке.

Уровни. Показатели развития.	Индивидуальный уровень.	Достаточный уровень.	Высокий уровень.
<i>1. Физическая подготовленность старших дошкольников.</i>			
1.1. Овладение дошкольником разнообразными видами ходьбы и применение их в зависимости от условий.	С помощью взрослого ребёнок движется по тропинке, применяя рациональную технику ходьбы по травяным, земляным склонам, ходьба на лыжах, преодолевая подъёмы и спуски.	По словесному указанию взрослого ребёнок движется по тропинке, применяя рациональную технику ходьбы по травяным, земляным склонам, ходьбы на лыжах. преодолевая подъёмы и спуски.	Ребёнок технически грамотно преодолевает разнообразные сложные препятствия (ручей, бревно, кусты, склон), применяет приёмы страховки, соблюдая элементарные приёмы безопасности.
1.2. Овладение дошкольником техникой выполнения прыжков, метания и подлезания под предметы	Не владеет техникой выполнения разных видов прыжков (с места, в длину, высоту), метания (в даль, в цель) и подлезание под предметы.	По рекомендациям взрослого ребёнок выполняет правильно все виды прыжков (с места, в длину, высоту), метания (в даль, в цель) и подлезание под предметы.	Самостоятельно, точно и уверенно выполняет все виды прыжков (с места, в длину, в высоту), метания (в даль, в цель) и подлезание под предметы.
1.3. Формирование у дошкольников умения ходить на	Ребёнок уверенно идёт скользящим, попеременным,	Умеет передвигаться скользящим, попеременным,	Ребёнок уверенно преодолевает на лыжах расстояние 2

лыжах.	двухшажным шагом. Выполняет повороты переступанием, в движении при этом теряет равновесие.	двухшажным шагом (с палками) на расстояние 2км. С небольшой помощью взрослого ребёнок поднимается и спускается с горки в низкой и высокой стойке, тормозит, сохраняя равновесие.	км, чередуя скользящий шаг с переменным двухшажным шагом, выполняет плавно повороты в движении. Самостоятельно подниматься на горку лесенкой, ёлочкой. Сохраняет равновесие при спуске горы вниз.
<b>2. Основы туристической подготовки дошкольников</b>			
2.1 Формирование умения организовывать и проводить подвижные игры на туристические темы.	Ребёнок не проявляет инициативы в организации и проведении игр на туристическую тематику.	С помощью взрослого ребёнок организует и проводит игры на туристическую тематику.	Ребёнок охотно и активно включается в игру. Самостоятельно организует игру на туристическую тематику.
2.2. Формирование у дошкольников умения ориентироваться в лесу с помощью туристических атрибутов (маршрутные схемы, карты, планы) по расположению природных объектов.	Ребёнок испытывает затруднения в ориентировке в лесу, с помощью маршрутной схемы, карты, планы по расположению природных объектов (солнце, муравейник, деревья).	Ребёнок с небольшой помощью взрослого ориентируется в лесу по маршрутной карте, плану, схеме и по расположению природных объектов (солнце, муравейник, деревья).	Ребёнок самостоятельно ориентируется по маршрутной карте, компасу и солнцу.
2.3. Овладение умением правильно укладывать рюкзак.	Укладывает с помощью взрослого рюкзак.	Ребёнок укладывает рюкзак по словесному указанию взрослого.	Ребёнок самостоятельно укладывает рюкзак.
2.4. Овладение словами – предметами на туристическую тематику.	Ребёнок с помощью взрослого называет слова на туристическую тематику.	Ребёнок самостоятельно называет слова на туристическую тематику, но затрудняется раскрыть их смысловое значение.	Ребёнок самостоятельно называет слова – предметы на туристическую тематику и объясняет их значение.
2.5. Овладение дошкольником навыков установки палатки и укладке	Ребёнок с помощью взрослого ставит палатку, укладывает сушняк для костра.	Ребёнок участвует в установке палатки. Затрудняется уложить сушняк для	Ребёнок активно участвует в установке палатки, правильно

сушняка для костра.	Затрудняется в названии видов костров (колодец, шалаш. таёжный и т.д.)	костра. Называет виды костров (колодец, шалаш, таёжный и т.д.)	укладывает сушняк для костра. Называет виды костров (колодец, шалаш, таёжный и т. д.)
2.6. Формирование у ребёнка стремления к познанию окружающей природы.	Ребёнок не проявляет интереса к исследованию, к установлению причинно – следственных связей, нелюбопытен.	Ребёнок задаёт вопросы только в диалоге с взрослым. Устанавливает причинно – следственные связи, экспериментирует в условиях деятельности, возникающей по инициативе взрослого и детей.	Ребёнок активно задаёт вопросы, предлагает свои ответы, дискутирует с взрослыми. С удовольствием с взрослыми, с удовольствием экспериментирует с природными материалами. Умеет самостоятельно выстраивать гипотезу. Устанавливать причинно – следственные связи между различными природными явлениями.
<b>3. Формирование основ безопасной жизнедеятельности.</b>			
3.1. Овладение простейшими способами оказания первой помощи себе и сверстникам	Ребёнок не знаком со способами оказания первой помощи себе и другим при ушибе, порезе и ожоге.	Ребёнок имеет представление о простых способах оказания первой помощи себе и сверстнику при ушибах, порезах и ожогах.	Ребёнок оказывает первую помощь себе и сверстнику при ушибах, порезах и ожогах.
3.2. Овладение ребёнком основных навыков личной гигиены.	При напоминании взрослого ребёнок неохотно выполняет основные гигиенические процедуры (умывание, мытьё рук, соблюдение опрятности внешнего вида, пользование носовым платком).	При напоминании взрослого ребёнок выполняет основные гигиенические процедуры (умывание, мытьё рук, соблюдение опрятности внешнего вида, пользование носовым платком, уход за глазами).	Ребёнок самостоятельно, без напоминания выполняет основные гигиенические процедуры (умывание, мытьё рук, соблюдение опрятности внешнего вида, пользование носовым платком).
3.3. Формирование у дошкольника умения проявлять заботу о чистоте окружающей среды.	Ребёнок проявляет интерес к бережному отношению к природе только после рекомендаций взрослого.	Ребёнок при напоминании взрослого бережно относится к окружающей природе и поддерживает	Ребёнок понимает необходимость осторожного обращения с растениями, животными, водой, огнём и т. д.

	Проявляет эмоционально – отрицательное отношение к объектам природы.	чистоту во время движения по маршруту.	Поддерживает чистоту во время движения по маршруту.
<b>4. Заболеваемость детей</b>			
Критерии мониторинга здоровья дошкольников.			
Общая заболеваемость.	Заболеваемость детей.	% часто болеющих детей от общего числа воспитанников.	Распределение детей по группам здоровья.
	В случаях	В днях на 1-го ребенка	I      II      III
<b>5. Участие родителей и детей в мероприятиях по воспитанию здорового ребёнка.</b>			
5.1. Активность родителей и детей в туристических прогулках.	Не посещают мероприятия с туристической направленностью.	Не всегда в системе посещают мероприятия с туристической направленностью.	Активное участие родителей и детей в мероприятиях туристической направленностью.
5.2. Положительное отношение к организации туристических прогулок с дошкольниками.	Определяется по результатам анкетирования.	Определяется по результатам анкетирования.	Определяется по результатам анкетирования.

### **Список литературы:**

1. Архипова, А.Н. Организация эколого–туристического лагеря для дошкольников/[Электронный ресурс] –<http://ds82.ru/doshkolnik/3218-.html> (дата обращения: 10.02.2014).
2. Бочарова, Н.И. Организация краеведческо–туристской деятельности старших дошкольников: Метод. реком. – М.: ЦДЮТ РФ, 1992.
3. Бочарова, Н.И. Туристские прогулки в детском саду. – М., 2004г.
4. Ефименко, Н.Н. Театр физического воспитания и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста. Авторская программа. – г. Таганрог, 2007г.
5. Козлов, И.М. Проблемы физического воспитания дошкольников // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка.–1996.– № 2, [Электронный ресурс].<http://bmsi.ru/doc/6d4c53b9-9a46-4cdb-982f-cc94e1f11cf5>(дата обращения: 14.02.2014).