***Татьяна Александровна Косолапова,***

*инструктор по физической культуре,*

*Детский сад №149 «Ёлочка» АНО ДО «Планета детства «Лада»,*

*г.о. Тольятти, Самарская область*

**Педагогические технологии в воспитании дошкольников: простейший туризм.**

В современном обществе остро стоит проблема сохранения и укрепления здоровья детей, приобщения их к здоровому образу жизни, активному отдыху, вместе с тем, предъявляются высокие требования к интеллектуальному развитию будущих первоклассников. В связи с этим появилась необходимость поиска подходов, которые могли бы решать задачи физического воспитания и одновременно развивать познавательные и умственные способности дошкольников. Одним из таких подходов, на наш взгляд, является простейший туризм.

Термин «туризм» впервые встречается в английских источниках начала IX века и обозначает экскурсию или путешествие, которое заканчивается возвращением к месту начала путешествия. Прогулки и экскурсии-походы по родному краю с детьми дошкольного возраста становятся всё более популярными в практике дошкольных учреждений. Туристическая деятельность может быть разнообразна по содержанию, форме, продолжительности, масштабу района. Мы рассматриваем туризм как педагогическую технологию физического и экологического воспитания, позволяющую комплексно решать следующие задачи:

- укрепление здоровья детей, развитие следующих физических качеств: силы, выносливости, быстроты, ловкости;

- формирование потребности в здоровом образе жизни;

- обучение детей элементам простейшего туризма;

- формирование элементарных навыков эколого-краеведческой деятельности;

- формирование межличностных, дружеских отношений, гуманных чувств в процессе туристической деятельности.

Исходя из того, что наш детский сад №149 «Ёлочка» расположен в лесопарковой зоне Автозаводского района г.о. Тольятти, а приоритетным направлением является формирование экологической культуры, мы используем простейший туризм как одну из ведущих форм работы с детьми старшего дошкольного возраста. При разработке данной технологии мы рассматривали три направления: физкультурно-оздоровительное, экологическое, социокультурное.

Физкультурно-оздоровительное направление включает следующие формы и методы организации детей: подвижные игры, народные подвижные игры, игры-эстафеты, игры поискового характера, игровые упражнения на развитие физических качеств, самостоятельное творческое выполнение двигательных и познавательных заданий и др.

Экологическое направление: экологические исследования и наблюдения, экологические игры, конкурсные задания, природоведческие экскурсии, различные формы поисковой деятельности, сюжетно-ролевые игры и т.д.

Социокультурное направление: демонстрация фильмов, иллюстраций о туристических походах, беседы о дружбе, взаимопомощи, трудностях в условиях похода, моделирование педагогических ситуаций, совместная разработка схем, маршрутов, ознакомление с культурными ценностями края, насыщение похода гуманистическим содержанием и др.

Необходимо отметить, что мы разделили походы по видам простейшего туризма. Это экологические тропы с разными способами передвижения на местности: пешие, лыжные, саночные, комбинированные. Определили точные маршруты, включающие места, куда нужно прибыть за определенное время. При выполнении тематического планирования мы учитывали: возраст детей, сезонность, эколого-краеведческую направленность, индивидуальные возможности.

Туристический поход организуется один раз в неделю и длится: в старшей группе (5-6 лет) – 1,5-2 часа, в подготовительной группе (6-7 лет) – 2-2,5 часа. С возрастом увеличивается и нагрузка: вес рюкзака (до 1,5 кг в подготовительной группе), продолжительность физических упражнений (бега, прыжков, ходьбы). Учитывая индивидуальные возможности детей, мы внимательно следим за состоянием каждого ребенка, увеличиваем или снижаем нагрузку, интенсивность выполнения движений, побуждаем оказывать помощь друг другу, приходить на выручку.

Например:

*сезон* – весна; *возраст* – старший (5-6 лет);*тема* «Угодья сойки»;

*цель:* развивать общую выносливость, способствовать удовлетворению потребности в движениях; формировать понятия о простых взаимосвязях в окружающей природе родного края, учить осознавать природу как универсальную ценность – познавательную, эстетическую, практическую (на примере птицы сойки); формировать навык участия в коллективных делах, воспитывать чувства взаимопонимания;

*нагрузка:* время – 1час 40 мин.; расстояние – 2 км; два отрезка по 100 м бегом, подвижная игра «Перелёт птиц», «Пустое место»; рюкзаки весом до 1 кг;

*методы и приёмы:* наблюдение «Гнездование соек», беседа «Кто родня сойки?», «Помогу и соберу». Акции «В защиту сойки» (вывешивание плакатов), «Подкормка птиц» в начале весны и конце зимы.

*Сезон* – зима; *возраст* – подготовительная группа (6-7 лет); *тема* «Миндальник»;

*цель:* развивать координационные способности и физические качества как основу физической подготовки ребёнка – туриста; систематизировать знания детей о сезонных изменениях миндальника; формировать умение оценивать свои и чужие поступки с позиций общих ценностей;

*нагрузка:* время – 2 часа; расстояние – 2,5 км; лыжи, санки, два отрезка по 500 м; комбинированная эстафета, эстафета «Самый меткий»; рюкзаки весом – 1,5 кг;

*методы и приёмы:* экскурсия «Белая книга природы»; наблюдение «Какого цвета зима»; дидактическая игра «Найди дерево»; рассматривание через лупу коры, веток; беседа «Помогу, чем смогу»; игра-рассуждение «Вместе тесно? Врозь скучно?».

Нельзя не упомянуть о такой организационной форме простейшего туризма как активный отдых, который включает: туристические развлечения, праздники, дни здоровья. Например, «Лесные веселые старты», «Лесная олимпиада», «Луговое троеборье», «День здоровья», динамические часы типа «Час мяча», «Час обруча» и т. п. Все задания носят игровой соревновательный характер и не требуют специальной подготовки от играющих, а положительному воздействию на укрепление здоровья способствует сама природа: чистый, насыщенный кислородом воздух, красота пейзажа.

Трудно переоценить участие родителей в туристических походах. Такая форма совместной деятельности сближает родителей и детей, позволяет найти неожиданные точки соприкосновения, раскрывает новые возможности. На фоне большого эмоционального подъёма, дети хотят показать всё, что умеют, на что способны. Мы проводим праздники с участием родителей: «Рябинкины именины», «В гости к Снеговику», «Здравствуй, Зима!», «Масленица», «День птиц», «День Земли» и др. Туристический поход – это своеобразный педагогический мониторинг, позволяющий оценить результативность педагогического процесса по формированию потребности и практики здорового образа жизни, приобщению к экологическому краеведению, развитию интереса к содержательной досуговой деятельности.

Таким образом, интегрируя три направления работы в технологии обучения элементам простейшего туризма, мы добились следующих результатов: повысился уровень развития двигательных умений, физических качеств; появилась устойчивая мотивация к природоохранной деятельности, сформировались экологически ориентированные виды детской познавательной и трудовой деятельности; в большей степени стали проявляться черты общей гуманистической направленности (сочувствие, отзывчивость, бережное отношение ко всему живому).

На основании этого можно сделать вывод, что простейший туризм в дошкольном возрасте является эффективной педагогической технологией воспитания, стимулирующей физкультурно-оздоровительную, эколого-краеведческую деятельность дошкольников.

 **Список литературы.**

1**.** . Бочарова Н.И. Оздоровительный семейный досуг с детьми дошкольного возраста: пособие для родителей и воспитателей. – 2-е изд., испр. и доп. / Москва: Аркти. 2003.

2. Рунова М.А. Двигательная активность ребёнка в детском саду: пособие для педагогов дошкольных учреждений, преподавателей и студентов педвузов и колледжей / Москва: Мозаика – Синтез. 2000.

3. Рыжова Н.А. Экологическое воспитание в детском саду / Москва: Карапуз. 2001.