**Молоткова Е.А.**

*Старший воспитатель МБДОУ д/с 100*

**«Детский туризм как средство воспитания экологической и физической культуры у детей старшего дошкольного возраста».**

Дошкольный возраст является базисным в формировании физического здоровья и культурных навыков, обеспечивающих его совершенствование, укрепление и сохранение в будущем. Это начальный этап формирования личностных качеств, целостной ориентации человека. В этот период закладывается позитивное отношение к окружающему миру, природе, себе и другим людям. Фундамент, в том числе и экологического образования, несомненно, должен закладываться в дошкольном возрасте. Тем не менее, оно не должно рассматриваться как изолированное направление работы в ДОУ. Экологическое образование интегрирует в себе практически все направления образования. В связи с этим одним из ведущих факторов, влияющих на эффективность образовательного процесса, является учёт принципа интеграции, поскольку он направлен на объединение представлений детей о многообразии природных объектов и явлений. Одной из составляющих содержания экологического образования, дошкольного в том числе, традиционно считается проблема здоровья и здорового образа жизни. Раскрытие вопросов данного круга позволяет интегрировать в процесс экологического образования дошкольников образовательную область «Физическое развитие».

**Основными задачами детского сада по физическому развитию дошкольников являются:**

- охрана и укрепление здоровья детей;

- формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков;

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;

- воспитание культурно-гигиенических навыков;

- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни;

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);

- накопление и обогащение двигательного опыта;

-формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Успешное решение поставленных задач возможно лишь при условии комплексного использования всех средств физического воспитания: рациональный режим, питание, закаливание и движение (утренняя гимнастика, развивающие упражнения, спортивные игры, непосредственная образовательная деятельность по образовательной области "физическая культура").

В условиях стандартизации системы образования Российской Федерации перед педагогом возникает 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 нашем ДОУ созданы условия для всестороннего развития и воспитания здорового ребёнка совместными усилиями детского сада и семьи. В конечном итоге каждый ребенок получит представление о здоровье человека как главной ценности, которая необходима ему для полноценной жизни.

Интеграция физкультурной деятельности и экологического образования нашла отражение в таком направлении работы как детский туризм, который решает не только проблему осмысления ценностей экологии, но и становления у детей научно-познавательного, эмоционально-нравственного, практически-деятельного отношения к окружающей среде и к своему здоровью. Туризм – особый вид социальной деятельности человека, направленный на укрепление здоровья, повышение физической тренированности, выносливости организма, познание и общение.

«Здоровье и счастье наших детей во многом зависят от постановки физической культуры в детском саду и семье…»- эта фраза принадлежит академику Н.М. Амосову.

Экскурсии и прогулки за пределы детского сада, предусматривающие в основном реализацию познавательных и воспитательных задач и включающие в той или иной мере физические упражнения, в нашем детском саду проводятся систематически. Но, как известно, дети старшего возраста отличаются довольно высокой степенью самостоятельности и организованности, что является непременным условием организации более продолжительной и сложной по содержанию и методике проведения двигательной деятельности в природе. Поэтому частью программы сотрудничества ДОУ и семьи стала реализация долгосрочного, группового, экологического проекта «Вместе весело шагать по просторам». Его задачи:

* выстроить партнерские взаимоотношения между ДОУ и семьей;
* активизировать участие родителей в образовательном процессе;
* развивать у детей экологические представления, знания о ценности природы и правилах поведения в ней;
* накапливать эмоционально-позитивный опыт общения детей с природой.

Участники проекта: родители, дети 5-6лет, воспитатели, музыкальный руководитель, педагог-психолог, администрация ДОУ.

Основной формой работы является дошкольный туризм, который решает не только воспитательно-образовательные, но и оздоровительные задачи, совершенствует двигательные способности детей, способствует освоению ими простейших туристических умений и навыков.

Работа по туризму ведется по разным направлениям: анкетирование родителей, исследования, фотогазеты по результатам исследований, коллажи, КВН с участием родителей, видеосалоны, выставки детского творчества, коллекционирование, видео из семейного архива, познавательные и досуговые мероприятия с участием родителей, экскурсии по парковым зонам города.

 Туристические прогулки, проводимые в нашем ДОУ в соответствии с требованиями ФГОС, позволяют регулировать работоспособность детей и избегать психического утомления, которое накапливается за неделю, месяц. Они способствуют социализации детей и укреплению семейных связей, наш педагогический коллектив стремится к расширению контактов со всеми социальными институтами и, прежде всего, с семьей. Подобная работа способствует изучению педагогами положительного опыта семейного воспитания в укреплении здоровья детей и пропаганде его среди родителей воспитанников. Работа с родителями проходит в форме коллективных обсуждений занятий туризмом и принятия совместных решений. Видя нашу искреннюю заинтересованность этой работой, наше желание оздоровить и сплотить детей, родители с большой охотой откликаются на обращение помочь подготовить своего ребенка к туристическим прогулкам и, конечно же, принимают активное участие в их проведении. Совместно с родителями нами разработано соответствующее тематическое перспективное планирование взаимодействия ДОУ и семьи в организации туристических мероприятий старших дошкольников.

1 этап, предварительный.

1. Встреча с родителями с предложением совместного проекта:
* коллективное придумывание названия туристической группы;
* создание карты маршрута путешествия;
* подготовка к роли «знатоков» (командир, санитар и т.д.);
1. Цикл занятий с детьми по формированию основ безопасности жизнедеятельности:
* «Я и мое здоровье»;
* «Я и природа»;
* «Безопасное поведение во время игр в походе»;
1. Тренирующий поход на территорию школы.
2. Основы туристической, общефизической и специальной подготовки:
* «Мы туристы»;
* «Туризм, туристы и походное снаряжение»;
* «Туристические должности в походе»;
* «Мы туристы» (правила в походе);
* Особенности похода в разное время года.

2 этап, основной.

1. Выполнение разнообразных заданий для взрослых и детей по пути следования (смешанный турпоход в парк).
2. Организация бивака:
* обустройство места для приема пищи, мытья рук;
* уборка мусора;
* подготовка к разведению костра;
* туристический обед;
* игры и развлечения;
* конкурсы;
* инсценировки коротких экологических и др. сказок.

3 этап, заключительный.

1. Подведение итогов:
2. Рисунки взрослых и детей с рассказами;
3. Создание в сотворчестве с родителями поделок из природного материала.

Как результат нашей работы у детей сформировано осознанное отношение к своему здоровью: дети научились способам оказания доврачебной помощи, ориентирования на местности, бережному отношению к растительному и животному миру.

Детский туризм зарекомендовал себя, как эффективная форма активного отдыха, которая позволяет при минимальных затратах времени увеличить резервы здоровья, восстановить силы, работоспособность, расширить функциональные возможности детского организма, обогатить двигательный опыт, пополнить объем знаний в области физической и экологической культуры, краеведения.