МБДОУ «Золотая рыбка»

**Консультация для педагогов**

**«Организация туристической деятельности**

**в детском саду»**

Подготовила:

инструктор по физической культуре

МБДОУ «Золотая рыбка»

Брюшинкина С.В.

Г. Ноябрьск, 2024 г.

Проблема сохранения и укрепления здоровья детей, приобщения их к здоровому образу жизни, активно­му отдыху, остро стоит в современном обществе, где к дошкольникам при переходе из детского сада в школу предъявляются высокие требования. В связи с этим ак­тивизируется поиск подходов в физическом воспитании, которые могли бы повышать физические качества детей и одновременно развивать их познавательные и умствен­ные способности. Родители проводят больше времени с ребенком на свежем воздухе, что, несомненно, поможет оздоровлению семьи, укреплению внутрисемейных от­ношений.

Физкультурно-оздоровительная работа с дошкольни­ками предполагает ежедневные физические упражнения и игры, непосредственно образовательную деятельность (занятия) и активный отдых, куда входят физкультур­ные праздники, досуги, дни здоровья, пешие прогулки и походы с целью понижения утомляемости, переключения, повышения уровня адаптации и сопротивляемости детского организма, улучшения эмоцио­нального состояния, повышения творческой активности, в конеч­ном счете, — всестороннего раз­вития физических и духовных сил дошкольников.

В детском саду этой работе необходимо уделять большое внимание, а в летний период осо­бенно, так как лето дарит огром­ные возможности для оздоровле­ния и закаливания детей. Одна из часто используемых форм оздо­ровления летом — пешие про­гулки и походы.

Цель таких прогулок и похо­дов: формирование у дошколь­ников знаний, привычек и ценно­стей здорового образа жизни.

Задачи:

* расширять знания о детском туризме;
* формировать у детей осознан­ное отношение к своему здо­ровью;
* развивать у воспитанников вы­носливость, терпение, чувство взаимопомощи;
* физические качества, обес­печивая высокую двига­тельную активность детей, укреплять мышцы дыхатель­ной системы;
* учить ориентировке на мест­ности;
* налаживать взаимоотношения между членами группы;
* воспитывать в каждом ребен­ке организованность, отзыв­чивость, доброжелательность;
* бережное отношение к окру­жающей природе. Участниками походов и пе­ших прогулок являются:
* дети старших и подготови­тельных к школе групп;
* педагоги ДОО;
* родители (законные предста­вители) воспитанников;
* инструктор по физической культуре.

Ожидаемые конечные ре­зультаты:

* увеличение двигательной ак­тивности детей;
* расширение их осведомлен­ности о туризме;
* совершенствование навыка детей добиваться общей цели и радоваться общим достиже­ниям через налаживание взаи­моотношений в коллективе;
* уверенное ориентирование на местности;
* бережное отношение к свое­му здоровью и окружающей среде.

Пешие прогулки и более длительные походы — одна из форм активного отдыха, рацио­нального использования свобод­ного времени для укрепления здоровья. Туристские походы формируют коллективизм, от­ветственность, взаимопомощь, а трудности похода вырабаты­вают выдержку, настойчивость, выносливость, сочетают в себе познавательную и двигательную активность.

Длительная прогулка с груп­пой дошкольников требует тща­тельной продуманной организа­ции.

**Предварительная работа**

В период предварительной подготовки предлагается работать с социальными партнерами — например Станция Юных Туристов. В процессе в сад приходят педагоги и проводят мероприятия игрового харак­тера. В играх и эстафетах ребята учатся собирать палатку и походные принадлежности в рюкзак. Чтобы ребятам было ин­тереснее, на территории детско­го сада педагоги устанавливают полосу препятствий, в которую включается ходьба по канатам с помощью карабина, преодоление «путаницы» и «петель».

**Подготовка к походу.**

Каждый поход с вос­питанниками проводится по заранее подготовленному пла­ну-сценарию.

Инструктор по фи­зической культуре вместе с воспи­тателями разрабатывают марш­рут движения, подготавливают игры, соревнования, продумыва­ют места привалов, сюрпризные моменты. Важно предусмотреть все мелочи, найти удачное со­четание различного рода физи­ческих нагрузок с отдыхом, что позволяет дать положительный эмоциональный настрой, доста­вит радость детям.

При выборе маршрута мы обязательно учи­тываем реальные возможности детей, не переоценивая их си­лы, выносливость. Продолжи­тельность ходьбы увеличиваем постепенно. Так же постепенно включаем и препятствия, кото­рые необходимо преодолеть во время пути, например, подняться в гору, перепрыгнуть через ру­чей, пройти по мостику.

Ходьба во время длительных прогулок не должна быть однообразной, так как это не столько утомляет детей, сколько неблагоприятно влияет на их нервную систему. Если намечен длительный поход, мы организуем детей так, чтобы они шли свободно, группами по 4—5 чел. На полпути останавли­ваемся на привал — отдых. Ре­бятам предлагается попить воды или подкрепиться вкусным по­ходным завтраком.

Во время отдыха дети узнают об истории родного края. Педа­гоги рассказывают нашим ребя­там истории о достопримечательностях города (озеро, карьер и т.д.), если маршрут похода осуществляется по бере­гу озера, о городских валах, по которым может быть проложен походный маршрут, с которых откры­вается прекрасный вид на храм и памятники.

Во время привала органи­зуются подвижные игры, забавы, состязания, морское путеше­ствие на корабле. Если погода достаточно теплая и рядом есть водоем, то можно предложить детям снять усталость, ополоснув ноги в озерной воде. Такой отдых вызывает у детей положительные эмоции и под­держивает у ребят хорошее настроение на обратный путь.

Для детей старшего возраста движе­ние в одну сторону не должно превышать 30—40 минут, затем необходимо организовать при­вал. Для детей подготовитель­ных групп продолжительность маршрута может достигать до 3 часов, через 30—40 минут с привалом более часа. Во время длительных прогулок привалов может быть несколько. В этих случаях для маршрутов выбира­ется местность с более сложным рельефом, в связи с чем увели­чивается и его протяженность. Цель таких походов — развитие выносливости, умение ориенти­роваться на местности, воспита­ние нравственных качеств.

Один из вариантов сюрпризного момента во время похода органи­зация для детей встречи с интерес­ными людьми. Дети знакомятся с профессиями этих людей, могут понаблюдать за работой, например, худож­ника, увидеть, как на пустом холсте с помощью волшебных кисточек и красок появляются прекрасные местные пейзажи. Может быть запланирована встреча с животными. Ребята с удоволь­ствием кормят птиц, лошадей, домашних животных. Если позволяет местность, это может быть встреча с настоящим капитаном, она вызовет у ребят огромную радость. Все захотят постоять у штурвала, при­мерить кепку капитана и сделать фото на память.

В подготовке к походу актив­ное участие принимают и родители воспитанников. Их заранее ставят в известность о предстоя­щем походе. Собирая своего ма­лыша в дальнюю дорогу, взрос­лые должны проявить внимание к одежде, обуви, снаряжению. Родители вместе с детьми об­суждают намеченный маршрут, чтобы ребята почувствовали со­причастность к походу, ощутили себя его полноправными участ­никами. Во время похода неко­торые родители сопровождают колонну «юных туристов». Теп­лая и дружеская атмосфера меж­ду детьми и родителями, улыб­ки, радостное настроение — все это вызывает у родителей же­лание приобщать своего малы­ша к здоровому образу жизни и укрепляет внутрисемейные от­ношения.

В нашем регионе возможно проведение походов на лыжах. В нашем детском саду мы проводим детско – родительские встречи на территории лыжной базы в зимний период. И уже запланировано прово­дить более длительные пешие прогул­ки на лыжах. Родители наших воспитанников с радостью при­нимают такое предложение. Лыж­ные прогулки можно так же организовывать на территории лыжной базы. Прокладывая маршрут, необходимо предусмотреть все мелочи: найти удачное сочетание участков для физических нагру­зок и отдыха, подобрать место для горячего привала.

Планируя работу детского сада в летний период, можно вклю­чать в него «Походную неделю».

Сюда входят:

* беседы с использованием ил­люстраций, дидактических пособий:

«Как ориентиро­ваться в лесу по компасу, де­ревьям, солнцу?»,

«Что такое поход?»,

«Правила поведения в походе»,

«Собираемся в по­ход» (разработка маршрутов различной направленности, одежда для похода, его цель, что возьмем с собой в поход),

«Первая помощь при укусе насекомых»,

«Если друг поте­рялся вдруг?»;

* наблюдение и опыты:

«На­хождение солнечных и тене­вых сторон в соответствии с предметами»,

«Растения — друзья»,

«Такая разная кора»,

«Растения и их семена»;

* «Летний вернисаж»: аппли­кация, конструирование пи­лоток из бумаги или газеты, рисование разными способа­ми, лепка;
* оформление фотовыставки «Фотопоход» (дети приносят семейные фото в походах);
* организация и проведение походов и пеших прогулок по территории детского са­да или по «Экологической тропе» (участвуют средние и старшие группы); разработка маршрута;
* развлечения для детей стар­шего возраста: «Юные туристята», «На привале»;
* выставки иллюстраций, книг о туризме и путешествиях.
* подбор игр и эстафет по теме;
* стендовый материал для ро­дителей «Как организовать туристический поход вместе с детьми».

Первостепенное значение в организации походных недель имеет отношение взрослых, вы­полнение ими инструкций по охране жизни и здоровья, соблю­дение самими детьми правил по­ведения.

Напомним правила поведения в походе.

1. Маршрут должен быть тща­тельно изучен взрослыми.
2. С детьми должны идти не менее 4—5 взрослых.
3. Одежда детей во избежание перегрева или переохлаждения должна соответствовать сезону и погоде.
4. Каждый взрослый должен хорошо знать содержимое ап­течки и правила пользования ею, чтобы при необходимости уметь оказать первую помощь.
5. При переходе улиц, дорог взрослый должен соблюдать Правила дорожного движения, обязательно наличие красных флажков и светоотражающих жилетов.
6. Желательно брать с собой простую кипяченую воду, одно­разовые стаканчики, средство против комаров, мошек и кле­щей.

7. Учитывать физические воз­можности детей.

Во время предварительной ра­боты с детьми разучиваются пра­вила поведения в походе:

* строго подчиняться взрос­лому;
* без разрешения не срывать растения;
* не оставлять друга в беде, все­гда приходить ему на выруч­ку, помогать слабому;
* всегда оставлять после себя место отдыха чистым.

Работа, которую проводит детский сад, направлена на реше­ние задач воспитания дошколь­ников и интереса к физической культуре. Подобные походы и пе­шие прогулки способствуют приоб­щению детей к занятиям спортом, пропаганде физической культуры и спорта в семье. При этом нужно учи­тывать, что наибольшие успехи в ней могут быть достигнуты только при условии сотрудничества до­школьного учреждения, семьи и социальных партнеров.