

# **Проект**

## **«Вместе весело шагать...»**

Воспитатели:

Тетеревятникова И.В.

Заболотина В.С.

Инструктор по физической культуре:

Степанова А.В.

Туристические прогулки - одна из наиболее активных форм, которая оказывает ни с чем не сравнимый оздоровительный эффект. Это - общение с природой, смена обстановки, психологическая разгрузка и физическая активность. Походы сближают родителей, детей и педагогов дошкольного учреждения, дают прекрасную возможность создания атмосферы взаимопонимания и сотрудничества. Таким образом туризм является прекрасным средством всестороннего развития личности ребёнка.

**Вид проекта:** Оздоровительный, познавательный, игровой.

**Продолжительность проекта:** краткосрочный

**Сроки реализации проекта:** сентябрь, октябрь

**Участники проекта:** дети, родители, воспитатели, инструктор по физической культуре.

### **Актуальность.**

В современном обществе предъявляются новые, все более высокие требования к человеку, в том числе и к ребенку – к уровню его развития. Большинству людей нет необходимости доказывать, что успешный ребенок – это в первую очередь здоровый ребенок. Здоровый ребенок – счастье родителей. Забота о здоровье ребенка и взрослого стала занимать во всем мире приоритетные позиции. И понятно, поскольку любой стране нужны личности творческие, гармонично развитые, активные, здоровые.

Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Ведь именно до семи лет идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Следовательно, возникает необходимость создания такой системы работы, при которой происходит интеграция оздоровительной деятельности в любую деятельность (образовательную, игровую и т.д.), что в конечном итоге способствует сохранению и укреплению физического и психического здоровья ребенка, формированию привычки здорового образа жизни.



### **Цель проекта:**

Укрепление физического здоровья через формы совершенствования оздоровления детей средствами физической культуры, спорта и доступными видами туризма.

Способствовать становлению у детей активной позиции в процессе получения знаний о здоровом образе жизни, формированию познавательного интереса к своему организму, мотивационной основы здорового образа жизни.

### **Задачи проекта:**

Объединить усилия детей, родителей, педагогов на пути к здоровому образу жизни через приобщение к пешему туризму;

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.

### **Педагогическое обоснование.**

В настоящее время одной из приоритетных задач, стоящих перед педагогами, является сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения.

Формирование здорового образа жизни должно начинаться уже в детском саду. В этом деле нет мелочей. Вся жизнедеятельность ребенка в дошкольном учреждении должна быть направлена на сохранение и укрепление здоровья.

Основой являются еженедельные физкультурные занятия, прогулки, партнерская совместная деятельность педагога и ребенка в течение дня, туристические прогулки. Целью оздоровительной работы в ДОУ является создание устойчивой мотивации и потребности в сохранении своего собственного здоровья и здоровья окружающих.



### **Психологическое обоснование.**

Кризис человечности, захвативший все слои населения является следствием, за которым стоит причина - дефицит духовности общества и человека. Поэтому так важно с ранних лет ориентировать ребенка на познание самого себя, своего мировосприятия, отношения к самому себе, окружающим людям, к природе, к культуре общества.

По словам академика Д.С. Лихачева: «Мы не выживем физически, если погибнем духовно». И здесь на первое место выдвигается потеря внутренних духовных ценностей человеческой жизни. Однако восприятие Человека в человеке возможно только в том случае, если осознана необходимость этого и возникает стремление собственное несовершенство преобразить (трансформировать) в нечто более совершенное, как физическое, так и психическое.

Если педагог стремится к усовершенствованию себя, то, подражая ему, к этому будет стремиться и ребенок. И это обосновано психологическим развитием: до семи лет ребенок живет на примере и подражании взрослому человеку. В процессе такой совместной работы происходит ломка старых стереотипов, расширяется способность восприятия нового, развивается и углубляется мышление, пробуждаются забытые связи с окружающим миром, происходит осознанная ориентация на самоусовершенствование, а значит и на нравственный идеал.



Без выработки нравственного стереотипа, способности ощущать себя в связи со всем сущим в природе, без принятия ответственности за каждое свое слово, поступок, мысль, никогда не будет преодолен кризис человечности в обществе, не сохранится Человек в человеке, тем более, не вызреет Человек в ребенке, если еще в детстве убита или искалечена его душа, если она больна...

Единая, непрерывная нить соединяет все между собой: человека с человеком, человека с явлением природы или с предметом искусства. Все равно между собой, все едино. И приобретение подобного мировосприятия большой труд и для взрослого, и я ребенка. Но единственно возможный путь для этого достижения - направить все усилия педагога по линии развития сердца. Требуется сделать определенный материал для перехода к взрослой здоровой жизни.

Это экзистенциальные переживания и возможность их выражения в слове; самовоздействие как автономность активности; сила собственного Я как диапазон его изменения под воздействием другого человека; дифференцирование чувства; половая идентификация; психологическая дистанция с другим человеком и возможность воздействия на нее; дифференцированное отношение к другим людям (свои - чужие); дифференциация разных видов реальности и правил действий в них (Психолог МКДОУ №70 «Дюймовочка» Яковлева Л.И.)



## **Ожидаемый результат:**

Укрепление здоровья детей в целом, снижение общей заболеваемости.  
Формирование умений необходимых в туристическом походе; устойчивого интереса к занятиям по физической культуре.

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.

Формирование потребности у детей и их родителей вести здоровый образ жизни.

**Описание проекта.** Недалеко от нашего детского сада есть прекрасные места для отдыха, это место на берегу озера, большая поляна, подъём на возвышенность предполагает преодоление препятствий, что является прекрасной тренировкой на выносливость. Туристический поход не просто прогулка: у него есть точный маршрут, место, куда необходимо прийти. По карте маршрута все вместе отправляются в указанное место. С приобретением опыта походной жизни у детей формируются первоначальные навыки "выживания" в природной среде: умение ориентироваться на местности, находить ветки для костра, разжигать его и тушить, оказывать посильную помощь товарищам.



Для того чтобы добиться поставленной цели и задач, предполагается данный проект реализовать в три этапа:

### План реализации проекта

№п/п	Мероприятия	Ответственный	Сроки
<b>Подготовительный этап</b>			
1	Подбор литературы о туризме: стихи, загадки, пословицы, поговорки, рассказы, сказки.	Воспитатели группы, родители	В течение всего проекта
2	Досуг в семье: беседы «Любимый отдых членов семьи», семейные развлечения, праздники. (фотогазеты, рисунки и т.д)	Воспитатели группы, дети, родители	Сентябрь 2016
3	Родительское собрание "Готовимся к походу".  Памятка для родителей "В поход всей семьёй".	Воспитатели группы, родители,	Сентябрь 2016
4	Приобретение необходимого оборудования	Родительский комитет группы	Сентябрь 2016
5	Беседы с детьми о значении туристического похода, правилах поведения в походе, о безопасности в походе.	Воспитатели группы	В течение всего проекта
6	Разучивание подвижных игр.	Инструктор по физическому воспитанию	По вторникам каждую неделю
7	Информационный стенд о походе.	Воспитатели группы	Сентябрь
8	Обследование места проведения похода.	Инструктор по физическому воспитанию	Накануне
<b>Основной этап (непосредственное проведение туристического похода).</b>			
1	Подготовка снаряжения, медицинской аптечки, атрибутов, спортивного оборудования, воды.	Воспитатели группы.	Перед походом
2	Разработка схемы маршрута, сценария проведения похода, распределение ролей, подготовка костюмов.	Воспитатели группы, родители	Сентябрь-октябрь 2016.



3	Совместный сбор и отправление по маршруту.	Воспитатели группы, инструктор по физическому воспитанию	Октябрь 2016
4	Деятельность по сценарию.	Воспитатели группы	Октябрь 2016
<b>Заключительный этап (оценочный)</b>			
1	Оформление фотовыставки "Да, мы настоящие туристы"	Воспитатели группы.	После похода
2	Планирование работы по проведению дальнейших походов по сезонам.	Воспитатели группы	После похода
4	Подведение итогов реализации проекта.  Презентация педагогическому коллективу	Воспитатели.	Ноябрь 2016



### **Выводы.**

Таким образом, **туристические прогулки - походы** не только приобщают к здоровому образу жизни, развивают физические качества и навыки, но и способствуют самореализации каждого и взаимообогащению всех.

Взрослые и дети лучше узнают друг друга: особенности характера, мечты и способности. Создается микроклимат, в основе которого лежит уважение к



личности человека, забота о каждом, доверительные отношения между взрослыми и детьми, родителями и педагогами, т.е. обеспечивается взаимосвязь физической, психической и социальной составляющих здоровья.

#### **Список использованной литературы:**

1. Здоровьесберегающая система дошкольного образовательного учреждения/ авт.-сост. М.А.Павлова, М.В. Лысогорская, 2009.
2. Работа с семьей: методическое пособие для работников дошкольных образовательных учреждений. - М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2007.
3. Туристические прогулки в детском саду/авт. Н.И.Бочарова-Москва: Издательство "АРКТИ", 2004.
4. Весёлая физкультура для детей и их родителей. О.Б. Казина. - Ярославль: Академия развития, 2008