

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №10 «Веселые ладошки»
города Чебоксары Чувашской Республики

ПРОЕКТ

По родному краю с рюкзаком шагаю



Анализ внешней среды



МБДОУ «Детский сад №10 «Веселые ладошки» г. Чебоксары расположено в глубине нового и современного микрорайона, вдали от автомобильных дорог, рядом с лесопарковой полосой. Лесополоса расположена вблизи нашего учреждения, что позволяет быстро и без затруднений оказаться на ней. Это хорошее условие для проведения пеших прогулок детей и организации совместных с родителями походов на

природу. Немного дальше находится таинственный и прекрасный Берендеевский лес. Это очень популярное место для прогулок. Летом здесь протоптаны тропинки во все стороны, а зимой проложена лыжня. Есть очень хорошая спортивная площадка. Так же в районе расположения нашего учреждения есть Республиканский музей леса. Он повествует о прошлом и настоящем лесов Чувашской Республики, об их животном мире.



Анализ внутренней среды



В нашем учреждении современный спортивный зал с хорошим спортивным инвентарем и оборудованием. Есть спортивная площадка на территории учреждения. Широко используются информационно-коммуникативные технологии, формируется аудиотека и художественно-иллюстративный материал. Закуплены палатки и компасы.

Актуальность

Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (2007 года) рассматривает физическую культуру как часть культуры, представляющую собой совокупность ценностей, норм и знаний, создаваемых и используемых обществом в целях физического и интеллектуального развития способностей человека, совершенствования его двигательной активности и формирования здорового образа жизни, социальной адаптации путем физического воспитания, физической подготовки и физического развития.

За последние десять лет уровень здоровья дошкольников ухудшился на 14 с половиной процентов. По данным статистики, старшие дошкольники имеют 4-5 функциональных нарушений в здоровье.

Одной из причин заболеваемости детей является недостаточная педагогическая культура семей. Нарушается режим сна и отдыха в праздничные и выходные дни. Дети много времени проводят у телевизора, компьютера, потребность в движении удовлетворяется не полностью, в современных квартирах не находится места спортивным уголкам. Опыт работы показал, что ребенок показывает более высокое физическое развитие, если семья ведет здоровый образ жизни. Поэтому возникла необходимость поиска эффективных и интересных путей оздоровления детей.



Таким средством физического воспитания детей и является туризм. Туризм детский неразрывно связан с краеведением, имеет целью расширение знаний в области естественных наук, укрепление здоровья, закаливания, является эффективной формой активного отдыха; развивает жизненно необходимые качества. Это приобщение к миру взрослых.

Обращаясь к туризму, как к средству физической культуры мы позитивно влияем на формирование жизненно необходимых человеку знаний, умений и навыков, совершенствуем его двигательные способности, развиваем нравственно-волевые и интеллектуальные качества.

Образовательные области

познавательное развитие

- тематические беседы
- дидактические игры
- конкурсные задания
- игровые обучающие ситуации

физическое развитие

- прогулки-поиски
- прогулки-разведки
- природоведческие прогулки
- игровые мероприятия
- тренировки
- сюжетно-ролевые игры
- соревнования

Цель проекта: развивать потребность воспитанников ДООУ и их родителей в здоровом образе жизни посредством туристической деятельности.

Задачи проекта:

- Расширять адаптационные и функциональные возможности детей путем развития основных органов и систем организма в ходе выполнения физических упражнений.
- Совершенствовать естественные виды движения и обогащать двигательный опыт (учиться простейшим упражнениям туристского многоборья, выполнять двигательные задания педагога на ориентировку в пространстве).
- Развивать координационные способности и выносливость как основу физической подготовки ребенка-будущего туриста.
- Способствовать развитию психических процессов и расширять объем знаний в области физической культуры и туризма, краеведения.
- Формировать межличностные, в частности, дружеские отношения дошкольников в процессе игровой туристской деятельности, адаптированной к их возможностям.

- Заинтересовать родителей детским туризмом, как средством совместного здорового семейного отдыха, дать простейшие навыки безопасного туризма.
- Расширить педагогические знания родителей по вопросу физического воспитания дошкольника, научить проводить совместные подвижные и спортивные игры с ребенком.
- Воспитывать бережное отношение к растительному и животному миру, повышая экологическую культуру родителей и детей.

Тип проекта: долгосрочный, познавательный, физкультурно-оздоровительный.

Мониторинг: анкетирование родителей

Расходы проекта

Внедрение разработанного проекта в практику ДООУ не требует больших материальных затрат, однако обязательным условием должно быть наличие группового снаряжения: рюкзаков по количеству детей, не менее двух палаток, аптечки, личного снаряжения, состоящего из спортивной одежды и обуви, подобранной по погоде, коврика, фляжки.

Ожидаемые результаты

Как результат нашей работы у детей сформируется осознанное отношение к своему здоровью; дети научатся способам оказания доврачебной помощи, ориентированию на местности, бережному отношению к растительному и животному миру. Повысится экологическая культура. Занимаясь туризмом, дети в полной мере освоят разнообразные виды лазания, перелезания, подлезания, ползания по наклонным поверхностям, спортивным комплексам на спортивной



площадке. Все это позволит укрепить все группы мышц, улучшить координацию движений детей, ориентировку в пространстве, силу и выносливость детей.

Родители будут больше заботиться о здоровом образе жизни, познакомятся с элементами детского туризма, как средством совместного здорового семейного отдыха; получат знания о простейших навыках безопасного туризма, получат



дополнительные педагогические знания по вопросу физического воспитания дошкольника, научатся проводить совместные подвижные и спортивные игры с ребенком. Увеличится массовость посещения спортивных мероприятий, спортивных секций вне детского сада.

Используя средства туризма в воспитательно -

образовательном процессе детского сада, мы предусматриваем проведение учебных занятий познавательного и двигательного характера, физкультурно-оздоровительной работы, организацию активного отдыха детей и их самостоятельную деятельность. Эта деятельность имеет комплексную направленность



организации туризма в детском саду. Кроме задач физического воспитания, она решает задачи по расширению кругозора детей, воспитанию личностных качеств: чувства товарищества, взаимопомощи, преданности, целеустремлённости, решительности и других значимых личностных качеств.

Также реализуются задачи экологического образования, формирования у детей навыков грамотного поведения в природе, закрепление названий растений и животных, воспитывается любовь к родному краю, гордость за свою малую родину.



Познавательный материал реализуется в трех организационных формах: учебной, физкультурно-оздоровительной и активном отдыхе.

Учебная работа предполагает познавательные (беседы, дидактические игры, конкурсные задания) и физкультурные занятия. С детьми проводятся практические занятия по типу природоведческих прогулок, прогулок-разведок, прогулок-поисков, занятий-тренировок, сюжетно-ролевых занятий, круговых тренировок, занятий-соревнований и т. п.

Физкультурно-оздоровительная работа: двигательный и познавательный материал закрепляется и совершенствуется на утренних и вечерних прогулках с помощью подвижных игр поискового характера, физических упражнений с туристской направленностью.

Активный отдых с детьми и родителям проводятся туристские развлечения в как в помещении, на участке детского сада, так и на прилегающей к нему территории.



Туристские праздники проводятся в соревновательной форме не менее двух раз в год .

Планируя работу с детьми мы исходили из содержания общей подготовки туриста, которая включает теоретическую, физическую, техническую и тактическую подготовку, а также формирование личностны качеств.



Теоретическая подготовка

Формирование представлений о здоровье как ценности, которую нужно беречь с детства

- Здоровый образ жизни в режиме дня; значение физических упражнений, виды спорта; движение — основа здоровья; значение закаливания; личная гигиена; питание и здоровье; режим дня-основа здорового образа жизни; забота об осанке; дыхание и здоровье; забота о глазах; уход за зубами; самоконтроль.

Формирование представлений о туризме как средстве оздоровления и познания мира

- Кто такие туристы? На чем они путешествуют? Польза от экскурсий, прогулок, походов (укрепление своего здоровья, новые знания и впечатления, приобретение ценных жизненных умения). Народные приметы (предсказания погоды).

Формирование начальных туристических компетенций

- Правильно и быстро одеться и обуться (по погоде, по сезону) на физкультурное занятие в зале, на экскурсию, прогулку, туристскую прогулку. Правила безопасного поведения на прогулках, в транспорте. Сведения о групповом и личном снаряжении. Правила укладки рюкзака. Набор для пешей прогулки — похода. Движение группы на маршруте — соблюдение дистанции, темпа, режима движения. Как безопасно расположиться на привале. Установка палатки, выбор и заготовка топлива. Типы костров и их назначение.

Формирование знаний о личной гигиене туриста и предотвращении возможных опасностей в лесу

- Требования к внешнему виду, одежде, обуви, посуде туриста. Оказание доврачебной помощи при порезе, ушибе, засорении глаза. Состав аптечки. Опасности в лесу: если простудился, заблудился, укусил клещ, разразилась гроза, встретились ядовитые растения.

Формирование стремления к познанию окружающего мира, которое начинается с изучения родного края

- Город, в котором я живу. Мой детский сад, его местоположение. Изучение природных и социальных объектов, расположенных вблизи детского сада.
- Закрепление и расширение знаний о птицах и растительном мире края. Посещение парков, лесопарков, расположенных в черте города и его ближайших окрестностях.

Формирование знаний о бережном отношении к природе

- Природа — источник первых конкретных знаний. Объекты живой и неживой природы. Отдых и туризм должны организовываться так, чтобы не причинить вреда природе. Формирование практических умений бережного природопользования: ликвидация отходов, движение на маршруте.

Формирование навыка работы с простейшими схемами, планами, отражающими реальное пространство

- Назначение карты. Виды карт: общегеографическая, топографическая, спортивная. Простейшие топографические знаки. Нахождение их на карте. Условные запрещающие и разрешающие знаки.
- Составление плана детского сада, улицы, плана маршрутов позволяющих дошкольникам справляться с обязанностями «штурмана» на прогулках и экскурсиях, имеющих поисковый характер.

Формирование умений ориентироваться в предметно-пространственной обстановке

- Обогащение опыта ориентации с учетом основных и промежуточных пространственных направлений. Определение местоположения предметов относительно себя, а как же собственного местоположения в пространстве в процессе игровых двигательных заданий, подвижных игр, прогулок. Формирование умений запоминать пройденный путь, находить обратную дорогу, находить различные объекты по легенде, знакомство с компасами, сторонами света.

Физическая подготовка

Совершенствование естественных видов движений. Развитие основных физических качеств (быстрота, выносливость, сила, гибкость) и общих координационных способностей.

Значение физической подготовки для туриста. Ведущее физическое качество путешественника-общая выносливость. *Развитие выносливости:* циклические упражнения — ходьба, бег, ходьба в чередовании с бегом; подвижные игры.



Развитие силы: упражнения динамического характера с ограничением статических компонентов — лазанье; простые висы; метание; прыжки через препятствия; упражнения с партнером; общеразвивающие упражнения с предметами небольшой массы. *Развитие быстроты:* хорошо освоенные упражнения, выполняемые с максимальной скоростью - бег на короткие дистанции, челночный бег, игровые упражнения с элементами

соревнования, подвижные игры. Развитие гибкости: упражнения с увеличенной амплитудой движения на растягивание, пружинистые, маховые движения, прыжки, метание, лазание.

Развитие общих координационных способностей: упражнения на построение, перестроения, подвижные игры, эстафета с преодолением препятствий, общеразвивающие упражнения из различных исходных положений с элементами новизны, спортивные упражнения.



Формирование необходимых умений и навыков в избранном виде туризма в пешеходных прогулках — походах.

Развитие специальной выносливости: продолжительная ходьба, ориентирование на местности — выполнение игровых заданий по поиску различных объектов на экскурсиях, прогулках, прогулках -



походах. **Развитие специальной силы:** упражнения с рюкзаком; преодоление травяных, земляных, снежных склонов небольшой крутизны; метание снежков, шишек; перелезание через препятствия. **Развитие**

специальных скоростных способностей: туристские упражнения прикладного многоборья (вязка узлов, установка палатки, работа с личным снаряжением); подвижные игры эстафетного характера, ходьба, бег

с изменением скорости и направления движения, бег на скорость с целью нахождения природных и социальных объектов. **Развитие координационных способностей:** ходьба, бег по легенде, преодоление препятствий (как естественных, так и специально устроенных); ходьба, бег с выполнением заданий на определение направлений, ходьба «след в след», подвижные игры поискового характера, эстафеты с туристкой направленностью.

Техническая и тактическая подготовка



Формирование знаний и умений в пеших прогулках - походах.

Специальные упражнения для освоения технических приемов и преодоления естественных препятствий (ручей, бревно, склоны небольшой крутизны). Движение по тропикам с отработкой рациональной техники ходьбы, движение по травяным, земляным, заснеженным склонам с отработкой подъемов и спусков. Движение безопасности на

дорогах города. Правила безопасности в транспортных средствах.

Формирование способности совершать целенаправленные действия, позволяющие успешно решать задачи пеших прогулок — походов.

Распределение силы в пути. Рациональный отдых на маршруте, привале. Рациональное движение на маршруте. Выбор места для привала, создание его удобства и безопасности с помощью взрослых.

Формирование личностных качеств, дружеских отношений

Беседы «Общение - залог здоровья», «Понятие дружбы», «Значение дружбы взаимопомощи в условиях экскурсий, прогулок — походов».

Демонстрация фильмов, иллюстраций о походной жизни туристов, ее трудностях. В процессе подвижных игр формировать умение действовать сообща на основе взаимопонимания и поддержки. Учит



договариваться, уважать замыслы других детей. Постоянно менять туристские должности в процессе прогулок — походов с целью поддержания интереса к совместной игровой деятельности и на этой основе формировать отношение к труду, а также воспитывать целеустремленность, активность и организационные умения. Моделировать разнообразные педагогические ситуации, способствующие формированию взаимовыручки, взаимопонимания заботы друг о друге. Проводить эстафетные игры между туристскими группами, в которых каждый ребенок согласует свои действия с действиями партнеров.

Календарный план реализации проекта

	Форма организации работы			
	с детьми	с педагогами	с родителями	с социумом
Сентябрь	Литературная гостиная: чтение книг о природе, путешествиях и т.д. Беседы с детьми на темы: «Турпоходы», «Туристические экскурсии» и т.д.	Разработка плана работы по проекту «По родному краю с рюкзаком шагаю» Разработка образовательных маршрутов с детьми	Информационный стенд «По родному краю с рюкзаком шагаю» Памятка для родителей "В поход всей семьёй"	Экскурсия по улице Ф. Лукина «Мы по улице идем»
Октябрь	Видео-экскурсия «Природные памятники Чувашии»	Подбор художественной литературы по теме проекта Создание уголка туриста в группах ДОУ	Акция «Всемирный день защиты животных» Разработка консультации по теме «Семейный туризм»	Посещение библиотеки им. М. Трубиной
Ноябрь	Игра-исследование «Что такое карта?» Подкармливание птиц на территории детского сада и в лесу.	Фотовыставка «Люблю тебя, мой край родной»	Методические рекомендации по организации прогулочных маршрутов для родителей и детей	Встреча со старшим инспектором по пропаганде ОГИБДД по УМВД
Декабрь	Игра-соревнование «Кто быстрее соберет рюкзак?»	Консультация «Оказание первой помощи при ушибах во время пешего туризма»	Папка передвижка «Правила безопасности в природе»	Целевые прогулки по улицам города
Январь	Беседы с детьми о значении туристического похода, правилах поведения в походе, о безопасности в походе	Информационный стенд о походе Семинар-практикум «Сохранение и укрепление здоровья детей при взаимодействии с семьей»	Совместный лыжный марафон при участии детей, педагогов и родителей	Посещение музея национальной вышивки

Февраль	Игра «Что? Где? Когда?»	Составление памяток о безопасности в лесу, на воде, при встрече с животными, насекомыми	Памятки для родителей "Берегите природу"	Встреча с медсестрой «Первая медицинская помощь»
Март	Игра-исследование «Что такое компас?»	Консультация «Ценность дошкольного туризма»	Опыт семейного воспитания «Путешествие с семьей»	Встреча с сотрудником МЧС «Как защитить себя в ЧС»
Апрель	Викторина «Знактоки родного края»	Создание альбома детских рисунков «Красная книга животных и птиц Чувашии»	Изготовление скворечников семьями воспитанников	Встреча со специалистом КДНиЗП
Май	Участие в параде дошколят	Подготовка к участию в параде дошколят, посвященному Дню Победы	Соревнования «Папа, мама, я- спортивная семья!»	Экскурсия в Парк Победы
Июнь	Празднование Дня Чувашской Республики	Фотоколлаж «Наши юные туристы»	Экскурсия на Волгу	Встреча со спортсменами
Июль	Веселые старты Праздник «День России»	Публикация в СМИ статьи о проекте с фотодополнением	Туристический поход «Мы-туристы»	Экскурсия в летний лес (парк Гузовского)
Август	Квест-игра «Найди секретик на территории детского сада»	Планирование работы по проведению дальнейших походов по сезонам	Консультация «Здоровые дети в здоровой семье»	Целевые прогулки по улицам города

Ресурсное обеспечение проекта

Мультимедийное
видео

Аудиотека

Художественно-
иллюстративный
материал

Стимульный
материал

Раздаточный
материал

Игровая зона "Мы
туристы"

Мини-центр
"Исследователь"

Методическое
обеспечение

Мини-центр
"Безопасность в
природе"

Макет "Наш
детский сад"

ЛИТЕРАТУРА

1. Авдеева Н., Князева О., Стеркина Р. Основы безопасности детей дошкольного возраста: Программа дошкольных образовательных учреждений // Дошкольное воспитание. - №3. - 1997. - С. 32-40; №4. - 1997. - С. 5-13.
2. Ашиков В.И., Ашикова С.Г. Семицветик. Программа и руководство по культурно-экологическому воспитанию и развитию детей дошкольного возраста. - М.: Издательство "Российское педагогическое агентство", 1997. - 132 с.
3. Глазачев С.Н., Грехова Л.И., Сотникова Н.Н. Экологическое образование в опыте работы дошкольных учреждений. (Минераловодский отдел образования: проблемы, поиск, опыт). - М.: Горизонт, Ставрополь: Сервис-школа, 1999. – 156 с.
4. Завьялова Т.П. Методические рекомендации по организации и проведению учебных занятий с использованием подвижных игр в процессе подготовки юных туристов (из опыта работы). - Тюмень: ТГУ, 1993.
5. Климова Т., Таранкова Н. Мы открываем мир: Программа экологического образования дошкольников / Дошкольное воспитание, - 1996 №7 - С. 20-25.
6. Мамонова Ю.Н. Программа краеведо-туристской деятельности в детском саду: В сб.: Краеведо-туристская работа с дошкольниками /Материалы научно-практической конференции, 16 февраля 1995. - М: ЭЦДЮТЭ "Родина", 1995. - С.31-45.
7. Мир природы и ребёнок. (Методика экологического воспитания дошкольников): Учебное пособие для педагогических училищ по специальности "Дошкольное образование" / Л.А. Каменева, Н.Н. Кондратьева; Л.М. Маневцова, Е.Ф. Терентьева; под ред. Л.М. Маневцовой, П.Г. Сморуковой. - СПб: АКЦИДЕНТ, 1998. - 319 с.
8. Молодова Л.П. Игровые экологические занятия с детьми: Учебно-методическое пособие для воспитателей детских садов и учителей, - Мн.: "Асар", 1996. – 128 с.
9. Николаева С.Н. Как ребёнка приобщить к природе: Методический материал для работы с родителями в дошкольном учреждении. - М.: Новая школа, 1993. – 64 с.