



**Т. П. Завьялова**

# **ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОРГАНИЗАЦИИ РАЗЛИЧНЫХ ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ. ТУРИЗМ В ДЕТСКОМ САДУ**

**УЧЕБНОЕ ПОСОБИЕ ДЛЯ СПО**

2-е издание, исправленное и дополненное

*Рекомендовано Учебно–методическим отделом  
среднего профессионального образования в качестве  
учебного пособия для студентов образовательных учреждений  
среднего профессионального образования*

**Книга доступна в электронной библиотечной системе  
[biblio-online.ru](http://biblio-online.ru)**

**Москва ■ Юрайт ■ 2017**

УДК 37.01(075.32)

ББК 74.20я723

З-13

**Автор:**

**Завьялова Татьяна Павловна** — кандидат педагогических наук, доцент, профессор кафедры теоретических основ физического воспитания Института физической культуры Тюменского государственного университета. Автор 160 научных и учебно-методических работ, разработчик собственной программы по физическому воспитанию дошкольников с использованием средств туризма.

**Рецензенты:**

*Сагайдачная Е. А.* — кандидат педагогических наук, ведущий научный сотрудник Лаборатории психолого-педагогических основ развивающего дошкольного образования Института изучения детства, семьи и воспитания Российской академии образования;

*Семенова Т. А.* — кандидат педагогических наук, доцент кафедры психолого-педагогического образования педагогического факультета Московского государственного гуманитарного университета имени М. А. Шолохова.

**Завьялова, Т. П.**

З-13

Теоретические и методические основы организации различных видов деятельности детей. Туризм в детском саду : учеб. пособие для СПО / Т. П. Завьялова. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 228 с. — (Серия : Профессиональное образование).

ISBN 978-5-534-05362-3

В пособии обобщен многолетний опыт исследовательской и практической работы автора по проблемам физического воспитания дошкольников, оптимизации их двигательного режима. Рассматриваются вопросы организации, планирования и методики проведения двигательной и познавательной деятельности с использованием средств туризма с дошкольниками 6–7 лет, выявляются дополнительные возможности туризма в достижении цели физического воспитания детей дошкольного возраста.

В помощь студентам, дошкольным педагогам приводится большое количество физических упражнений, игровых заданий, дидактических игр по различным видам туристской подготовки детей дошкольного возраста, которые включаются в различные организационные формы работы по физическому воспитанию дошкольников.

Соответствует актуальным требованиям Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования и профессиональным требованиям.

*Пособие будет полезно студентам педагогических учебных заведений, факультетов физической культуры, родителям.*

УДК 37.01(075.32)

ББК 74.20я723



*Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав. Правовую поддержку издательства обеспечивает юридическая компания «Дельфи».*

ISBN 978-5-534-05362-3

© Завьялова Т. П., 2017

© ООО «Издательство Юрайт», 2017

## Оглавление

<b>Предисловие</b> .....	<b>5</b>
<b>Глава 1. Характеристика туризма в системе физического воспитания детей дошкольного возраста</b> .....	<b>8</b>
1.1. Место туризма в системе физического воспитания детей дошкольного возраста .....	8
1.2. Содержание туристской подготовки.....	11
1.3. Возможности средств туризма в работе с дошкольниками .....	15
<b>Глава 2. Организация физкультурно-оздоровительной работы в детском саду по программе «Туристята»</b> .....	<b>23</b>
Основные положения программы двигательной и познавательной деятельности дошкольников 6–7 лет «Туристята» .....	23
<b>Глава 3. Психолого-педагогическая диагностика дошкольников 6–7 лет, занимающихся по программе «Туристята»</b> .....	<b>37</b>
3.1. Диагностика физической подготовленности дошкольников.....	37
3.2. Диагностика нравственно-волевых качеств у дошкольников 6–7 лет.....	57
3.3. Диагностика знаний в области физической культуры, туризма, правил поведения на природе у дошкольников 6–7 лет .....	61
<b>Глава 4. Учебная и физкультурно-оздоровительная работа с использованием средств туризма</b> .....	<b>65</b>
Методические рекомендации по организации и проведению учебной и физкультурно-оздоровительной работы с использованием средств туризма .....	65
<b>Глава 5. Учебно-методический материал по различным видам подготовки туриста-дошкольника</b> .....	<b>86</b>
5.1. Формирование знаний, умений и навыков в области туризма у дошкольников 6–7 лет .....	86
5.2. Краеведческая и экологическая подготовка туриста-дошкольника.....	103
5.3. Ориентирование на местности и топографическая подготовка туриста-дошкольника .....	109
5.4. Физическая подготовка туриста-дошкольника .....	137
5.5. Техническая и тактическая подготовка туриста-дошкольника .....	166
5.6. Формирование личностных качеств туриста-дошкольника .....	172
<b>Глава 6. Организация и проведение активного отдыха туристской направленности</b> .....	<b>178</b>
Планирование физкультурных праздников, развлечений, дней здоровья, слетов туристской направленности .....	178

Сценарии проведения мероприятий активного отдыха с дошкольниками 6–7 лет «Письма дядюшки Ау» .....	180
<b>Рекомендованная литература.....</b>	<b>225</b>
<b>Новые издания по дисциплине «Методика обучения и воспитания в области дошкольного образования» и смежным дисциплинам.....</b>	<b>227</b>

## Предисловие

Быстро изменяющаяся социальная действительность вызвала к жизни необходимость обновления целей, содержания, методик и технологий образования. Эти перемены повлекли за собой иные требования к педагогу. В этой связи формирование профессиональных компетенций педагога на этапе подготовки в образовательной организации среднего профессионального и высшего образования приобретает особую значимость.

Учебное пособие разработано в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности «Физическая культура» и с учебным планом дисциплины «Теория и методика физической культуры».

Цель настоящего издания заключается в расширении объема теоретических знаний и педагогических умений в разделе «Физическое воспитание в дошкольные годы» учебной дисциплины «Теория и методика физической культуры». Обращение к туризму как к средству физической культуры не случайно, поскольку его использование как активного средства воспитания личности позволяет позитивно влиять на формирование жизненно необходимых человеку знаний, умений и навыков, совершенствовать его двигательные способности, развивать нравственно-волевые и интеллектуальные качества. Но педагогические позиции туризма в дошкольном физкультурном образовании пока недостаточно основательны.

Вопросы активизации двигательного режима с детьми дошкольного возраста в условиях дошкольного образовательного учреждения (ДОУ) продолжают привлекать внимание педагогических работников, однако практический опыт показывает, что такие формы туризма, как экскурсия, прогулка, туристская прогулка, используются в условиях детского сада в основном в познавательных и воспитательных целях. Двигательная деятельность с туристской направленностью не заняла еще должного места в системе физического воспитания дошкольников.

Учитывая очевидную актуальность проблемы, в данном пособии автором предпринята попытка раскрыть дополнительные возможности дошкольного туризма в решении оздоровительных, образовательных и воспитательных задач.

К сожалению, мы начинаем привыкать к статистике, говорящей об ухудшении здоровья детей дошкольного возраста. При поступлении в детский сад значительное число детей (от 20 до 50%) имеют низкие и ниже среднего половозрастные показатели развития основных физических качеств (быстроты, общей выносливости, мышечной силы). Кроме того, результаты исследований в области психологии детей дошкольного возраста

фиксируют тот факт, что во взаимоотношениях детей преобладают недостаточно устойчивые дружеские и недоброжелательные взаимоотношения. Это дает основание определить основные причины сложившейся ситуации, к которым можно отнести: относительно низкую моторную плотность и слабый тренирующий эффект физкультурно-оздоровительной работы в течение дня; недостаточное внесение в разные организационные формы работы по физической культуре циклических упражнений, направленных на развитие общей выносливости, а также неэффективное использование социоприродного окружения; недостаточные педагогические воздействия на формирование нравственных представлений и расширение знаний об окружающем мире у дошкольников 6–7 лет.

В связи с этим представляется педагогически целесообразным более широкое внедрение средств туризма в работу с дошкольниками, поскольку туризм — как средство физического воспитания, а не как вид спортивной деятельности — позволяет круглогодично разнообразить двигательную деятельность детей и в полной мере использовать циклические движения на свежем воздухе, стимулирующие развитие общей выносливости, которая тесно связана с показателями здоровья ребенка. Именно туризму присущи коммуникативные функции, и при целенаправленном педагогическом воздействии они могут играть значительную роль в решении задач нравственного воспитания. Кроме того, средства туризма обладают большим познавательным потенциалом и могут способствовать более эффективному и качественному усвоению знаний в соответствии с программными требованиями, а также развивать познавательные способности детей.

Содержание пособия создавалось на основе экспериментального исследования и обобщения результатов научно-практической работы ряда дошкольных учреждений г. Тюмени, Тюменской области, Ханты-Мансийского и Ямало-Ненецкого национальных округов.

Пособие состоит из шести глав. В *первой* главе дается характеристика туризма в системе дошкольного физического воспитания. *Вторая* глава посвящена раскрытию основных положений авторской программы «Туристыя». *Третья* глава предлагает пакет диагностических методик, исследующих показатели физической подготовленности, нравственно-волевой сферы дошкольников 6–7 лет, а также знаний в области физической культуры и туризма. В *четвертой* главе даны методические рекомендации по организации и проведению учебной и физкультурно-оздоровительной работы с использованием средств туризма. *Пятая* глава содержит учебный материал по всем видам туристской подготовки старшего дошкольника. *Шестая* глава включает практический материал по проведению активного отдыха юных туристов. Отметим, что приведенные в пособии примеры физкультурно-оздоровительных занятий в различных формах физического воспитания, сценарии развлечений, праздников и дней здоровья с туристской направленностью успешно опробованы в условиях дошкольных образовательных учреждений.

В результате изучения материала, изложенного в учебном пособии, студент должен освоить:

### ***трудовые действия***

- владение навыками диагностики физического и психического здоровья детей дошкольного возраста;

### ***необходимые умения***

- планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических, психолого-педагогических основ физкультурной деятельности, климатических, региональных, национальных особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья ребенка-дошкольника;

### ***необходимые знания***

- закономерности физического развития детей;
- научные основы физического воспитания в современных условиях.

Учебное пособие окажет студентам существенную помощь в определении рациональных путей решения оздоровительных, образовательных и воспитательных задач в области «Физическое развитие» и в формировании профессиональной готовности к применению полученных знаний, умений в детских образовательных, лечебно-профилактических и оздоровительных учреждениях разного типа.

# Глава 1

## ХАРАКТЕРИСТИКА ТУРИЗМА В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

### 1.1. Место туризма в системе физического воспитания детей дошкольного возраста

Термин «туризм» впервые встречается в английских источниках начала XIX в. и обозначает экскурсию или путешествие, которые заканчиваются возвращением к месту начала путешествия.

«Туризм» (от фр. *tourisme* — прогулка, поездка), по сведениям Большой советской энциклопедии, означает путешествие (поездку, поход) в свободное время, один из видов активного отдыха. К сожалению, данные понятия не являются предельно ясными и не отражают в достаточной степени значения и сущности туризма. Однако из данных определений следует, что туристское путешествие включает два понятия: поездку и поход. Поездка — это путешествие по туристско-экскурсионному, заранее разработанному маршруту с использованием транспорта. Поход — активный способ передвижения туристов по маршруту (пешком, на лыжах, лодках и т.д.). В походах сочетается выполнение познавательных задач с условиями походной жизни (разбивка бивака, преодоление трудностей и т.д.).

Термин «туризм» разными исследователями определяется с разных его сторон, и выделяются характерные особенности этого понятия в их интегральном значении. Определяя сущность туризма в возрастном аспекте, следует привести определение школьного туризма. Под школьным туризмом понимается массовая внеклассная форма работы учащихся по всестороннему изучению родного края, решающая воспитательные, познавательные, оздоровительные задачи и обусловленная программно-нормативными документами. Данные определения не отвечают на вопрос: что такое туризм — средство, форма или метод? Более полным представляется определение А. А. Остапца (1985), который видит в туризме «средство гармонического развития детей, подростков и юношей, реализуемое в форме активного отдыха и общественно-полезной деятельности». Данное определение указывает на то, что в туризме должны интегрироваться все основные стороны воспитания: нравственная, трудовая, физическая, эстетическая и др.

В теории и практике туризма определены следующие его формы: прогулки, экскурсии, походы, путешествия, занятия кружков (секций). Существуют и такие формы, как слеты, туристские соревнования, сборы в туристских лагерях.



**Под туристской прогулкой** понимается непродолжительный по времени (1—4 ч) групповой выход с активным способом передвижения по территории населенного пункта или в его окрестностях в целях отдыха и познания.

**Туристская экскурсия** рассматривается как групповое посещение одного или нескольких экскурсионных объектов в учебно-познавательных целях.

**Туристский поход** — это прохождение группы по определенному маршруту активным способом передвижения с целями познания, физического развития, выполнения общественно-полезной и краеведческой работы в пути, определенных спортивно-туристских нормативов, содержательного отдыха.

На основании вышеизложенных терминов и понятий следует вывод о том, что содержание и формы туризма для детей дошкольного возраста не могут быть реализованы в детском саду.

Однако анализ научной литературы показал, что еще в 1940—1950-х гг. в работах исследователей, посвященных физическому воспитанию детей дошкольного возраста, подчеркивается значение использования прогулок и экскурсий в ближайшую природную зону для укрепления здоровья: повышения сопротивляемости организма, удовлетворения потребности в движениях (Л. М. Михайлова, 1940). Полученные данные нашли отражение в опыте работы московских детских садов по использованию дальних прогулок по разным маршрутам со старшими дошкольниками (А. С. Колосова, 1940).

В более поздний период вопрос использования природного окружения для физического развития дошкольников стал рассматриваться несколько глубже и шире. Наряду с оздоровительным влиянием игр и упражнений в естественных условиях исследовалось их влияние на совершенствование двигательных функций детей. Данное направление получило распространение в работах Е. Н. Вавиловой, Л. В. Кармановой, Г. В. Шалыгиной, Н. И. Бочаровой.

Подчеркнем, что экскурсии и прогулки как формы организации туризма, хотя и имели распространение в ДОУ, но не были отражены в программных документах и методической литературе по дошкольному воспитанию.

Впервые в 1980-х гг. авторами учебника по физическому воспитанию дошкольников А. В. Кенеман и Д. В. Хухлаевой вводится понятие «прогулка и экскурсия за пределы дошкольного учреждения», в более позднем издании его заменяет термин «детский туризм». Г. В. Шалыгиной используется термин «прогулки в природных условиях». Варианты «дальних прогулок», «турпоходов» предлагает М. А. Рунова; Т. И. Осокина рассматривает «простейший туризм» как прогулки за пределы участка на природу с целью закрепления и совершенствования двигательных навыков и умений в естественных условиях. Е. Н. Вавилова раскрывает некоторые вопросы организации «пешеходных и лыжных прогулок», но обоснования данным понятиям не дает.

Впервые с целью физического воспитания детей дошкольного возраста данная форма физической культуры введена в «Методические рекомендации» к «Программе воспитания и образования в детском саду» (1986)

и определяется как «прогулка и экскурсия за пределы участка — пешеходная и лыжная».

Имеет смысл уточнить понятия, определяющие сущность прогулок и экскурсий, применяемых в системе дошкольного воспитания. На основании анализа научно-методической литературы выявлено: экскурсии и прогулки предусматривают пребывание детей на воздухе с целью повышения сопротивляемости организма воздействиям внешней среды, удовлетворения потребности в движениях, а также решения воспитательных и познавательных задач.

Более точное понятие, определяющее сущность терминов «прогулка и экскурсия за пределы детского сада», или просто «пешеходная прогулка», дано Н. И. Бочаровой. Она считает, что данные термины не в полной мере отражают главную задачу — физическое совершенствование и оздоровление дошкольников. Использование подобных определений, по мнению автора, будет нуждаться в уточнениях и дополнениях. Экскурсии — это прогулки, имеющие определенные образовательные цели и проводящиеся по заранее намеченной тематике.

Как указывалось выше, термин «туризм» — широкое понятие, интегрирующее в себе все возможные способы передвижения (активные и пассивные), средства познания и формы организации деятельности туристов. В связи с этим наиболее приемлемым для системы дошкольного воспитания следует использовать термин «прогулка-поход», предложенный Н. И. Бочаровой. Поскольку «...во-первых, он без дополнений указывает на специфику содержания и задач, решаемых в процессе данной формы; во-вторых, предусматривает выход детей за пределы детского сада; в-третьих, учитывает возраст детей».

Уточнив понятия простейшего туризма, представленного в форме экскурсий, прогулок и прогулок-походов, необходимо представить их место в системе физического воспитания в ДОУ.

Система средств физического воспитания включает следующие виды физических упражнений: 1) гимнастика; 2) подвижные и спортивные игры; 3) спортивные упражнения; 4) простейший туризм. Указанные физические упражнения реализуются в учебной работе, проводимой в виде физкультурных занятий; в физкультурно-оздоровительной работе в режиме дня — утренняя гимнастика, физические упражнения после дневного сна, подвижные игры и физические упражнения на утренней и вечерней прогулках, физкультминутке; в самостоятельной двигательной деятельности, протекающей под наблюдением педагога; в работе с семьей; в активном отдыхе дошкольников, проводимом в виде физкультурного досуга, праздников, дней здоровья, каникул.

Данные специальной литературы дают основание утверждать, что в настоящее время простейший туризм в системе дошкольного физического воспитания применяется только в таких формах организации, как физкультурно-оздоровительная работа и активный отдых.

В физкультурно-оздоровительной работе простейший туризм представлен в виде утренних и вечерних прогулок на территории участка и за его пределами и занимает небольшое количество времени. Подвижные игры,

включаемые в прогулки, достаточно однообразны по тематике, почти отсутствуют игры-эстафеты, спортивные упражнения и упражнения с использованием природных и социальных объектов. В содержание экскурсий включаются двигательные задания малой интенсивности.

Решение задач физического воспитания в ДОУ осуществляется в форме активного отдыха, в котором туризм представлен как дальние пешеходные (лыжные) прогулки в днях здоровья; в туристских эстафетах, туристских полосах препятствий на физкультурных досугах и праздниках.

Таким образом, изучение данных научных исследований и практического опыта показали, что экскурсии, прогулки, прогулки-походы могут решать различные задачи: ознакомление с природой, воспитание бережного отношения к ней, изучение ближайшего социального окружения. Основное отличие обычных прогулок от прогулок-походов и туристских прогулок заключается в целенаправленном развитии физических качеств, в насыщенной двигательной активности детей: около 80% времени могут составлять циклические движения: ходьба, бег, ходьба на лыжах. Главной целью всех доступных для дошкольников форм туризма является оздоровление детей.

С учетом имеющихся определений, точек зрения, возраста детей и конкретных задач, решаемых в процессе экскурсий, прогулок, прогулок-походов, нами дано более точное понятие, определяющее сущность терминов «простейший туризм», «дошкольный туризм».

---

Под **дошкольным туризмом** понимается организованная двигательная деятельность детей с целью укрепления здоровья и физического совершенствования, направленная на познание окружающего мира и осуществляемая в игровой деятельности.

---

Таким образом, многообразие форм туризма в условиях ДОУ представлено в трех наиболее доступных для детей дошкольного возраста видах: экскурсиях, прогулках, прогулках-походах, осуществляемых в основном в физкультурно-оздоровительной работе и активном отдыхе детей.

## 1.2. Содержание туристской подготовки

В дошкольном образовании на современном этапе происходит развитие новых, нетрадиционных направлений содержания работы ДОУ, таких как обучение иностранному языку, компьютерное обучение, приобщение детей к национальной культуре и др. Введение дополнительных занятий приводит к снижению и без того недостаточного, по оценке специалистов, уровня двигательной активности детей дошкольного возраста.

В связи с этим поиск таких средств физического воспитания, которые на фоне высокого уровня двигательной активности позволили бы развивать познавательные способности детей дошкольного возраста, в настоящее время особенно актуален. Применение средств и форм туризма не только в физкультурно-оздоровительной работе и активном отдыхе детей, но и в учебной работе являются теми педагогическими условиями,

которые отвечали бы данным требованиям. По определению А. М. Кондратова, «туризм с его непредсказуемостью ситуаций, которой лишена обстановка спортзала, стадиона, бассейна, как никакой другой вид физической культуры помогает развивать наблюдательность, решительность, смелость, качества, необходимые и в повседневной жизни. Занимающиеся туризмом развивают способность ориентироваться на местности, приучают организм хорошо приспосабливаться к изменяющимся условиям среды. Туризм, развивая в комплексе двигательные, волевые, интеллектуальные качества, доступен людям всех возрастов...»

Данное определение подчеркивает возможность комплексного подхода к педагогическому процессу в системе дошкольного образования, позволяя охватывать все основные направления развития подрастающего поколения: оздоровительное, воспитательное, образовательное.

Основные задачи оздоровительного направления в первую очередь решают проблему качественного улучшения физического состояния ребенка. Объективной основой воспитательного направления является органическая взаимосвязь физического и духовного развития дошкольников; развитие нравственности, формирование эстетических взглядов в процессе физического воспитания. В содержание образовательного направления входит приобретение знаний в области физической культуры, обучение естественным видам движений и развитие двигательных качеств. Воспитательные, образовательные, оздоровительные задачи в туризме относятся к категории общих задач, т.е. их решение осуществляется в тесном единстве и не зависит от возраста.

Какими возможностями обладают средства туризма в реализации задач всех указанных направлений в условиях дошкольного образовательного учреждения? Разумеется, что только средствами туризма в системе физического воспитания человека нельзя добиться должного физического совершенства. Определенную пользу применение туризма приносит лишь в совокупности с другими средствами этой системы: играми, гимнастикой, спортивными упражнениями. Данное положение в полной мере относится и к системе физического воспитания дошкольников.

Говоря о средствах туризма, имеет смысл уточнить понятие «средство» на специально-педагогическом уровне. По определению И. И. Сулейманова, «средство физкультурного образования есть предметы, отношения и виды деятельности, которые используются в процессе взаимодействия субъекта и объекта образования с целью достижения последним физического совершенства».

Характеризуя туризм как средство физического воспитания, следует отметить, что он включает не только разнообразные по форме и содержанию двигательные действия, но и различные по содержанию виды туристской подготовки. Раскроем основные стороны подготовки туристов для выбора наиболее приемлемых средств, отвечающих возрастным запросам, потребностям ребенка-дошкольника и способствующих решению программных задач воспитания и обучения в детском саду.

Общая подготовка туристов включает широкий круг вопросов и разделяется на **теоретическую** и **практическую (физическую) подготовку**.

Важной стороной подготовки туриста является теоретическая подготовка. Она тесно связана с географической, краеведческой и топографической подготовкой (рис. 1.1).

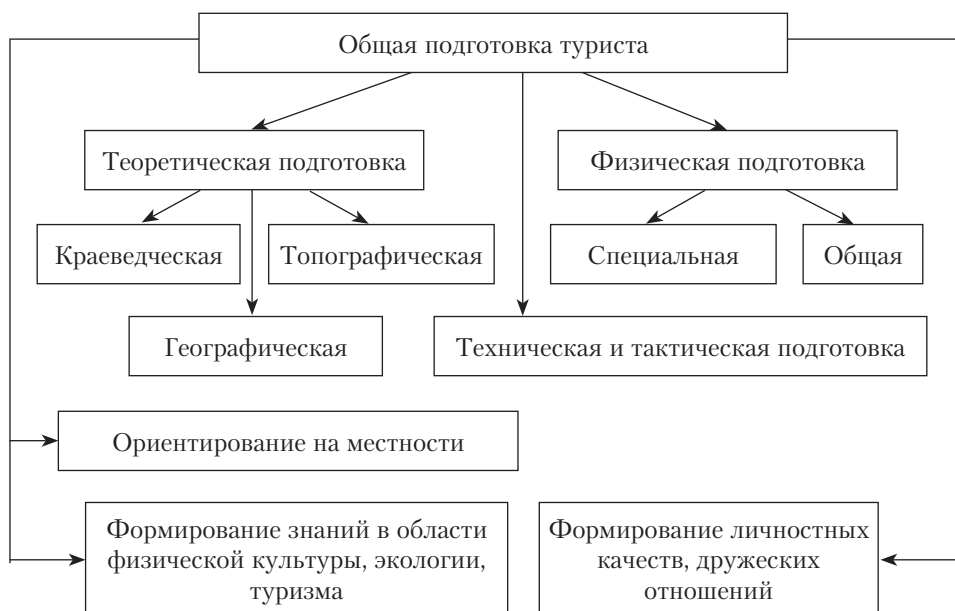


Рис. 1.1. Содержание туристской подготовки

**Географическая подготовка** включает комплекс знаний по физической географии. **Краеведческая подготовка** связана с приобретением знаний о родном крае. Изучение родного края предусматривает знакомство с климатом, растительностью, животным миром, включает изучение экскурсионных объектов: памятных мест истории и культуры народа. Краеведческая работа в туризме тесно взаимосвязана с охраной природы.

**Топографическая подготовка** туриста — особый раздел теоретической подготовки, без овладения которым не могут быть решены задачи, связанные с разработкой и прохождением маршрута. Основой данного вида подготовки является работа с картографическим материалом. Этот вид подготовки связан с ориентированием на местности, т.е. с умением быстро и точно запоминать пройденный путь, незнакомую местность и находить обратную дорогу.

Другой не менее важной стороной подготовки туристов является физическая подготовка. Различают общую и специальную физическую подготовку. **Общая физическая подготовка** предусматривает укрепление здоровья, развитие основных физических качеств (выносливости, быстроты, гибкости, силы), а также общих координационных способностей (ОКС). Ведущим качеством путешественника является выносливость, от которой зависит его безопасность. Наиболее доступными средствами развития общей выносливости являются ходьба, бег, прыжки, подвижные игры, ориентирование на местности. Для развития силы применяются специаль-

ные упражнения с рюкзаком, они включают лазанье, прыжки через препятствия, ходьбу, бег, подъемы по снежным или травянистым склонам. Средствами для развития быстроты являются скоростные упражнения: бег на короткие дистанции, подвижные и спортивные игры, разнообразные упражнения, требующие быстрой реакции на заранее обусловленные сигналы. Средствами **специальной физической подготовки** для развития скоростных способностей могут быть туристские упражнения прикладного многоборья (установка палатки на время, вязка узлов, работа со снаряжением). Не менее важным в физической подготовке туриста является развитие ОКС. В туризме координационная подготовленность достигается специальной физической и технической подготовкой без груза и с грузом: ходьбой по бревну, камням, кочкам, соревнованиями по технике туризма. Специальная физическая подготовка развивает необходимые навыки в избранном виде туризма.

Одной из важнейших функций туризма как общественного явления в современных условиях выступает формирование гармонически развитой личности. Туристская деятельность позволяет формировать дружеские отношения, учит коллективизму, дисциплинированности, самостоятельности, инициативе, трудолюбию, взаимопомощи.

Следовательно, сама туристская деятельность и отношения между участниками путешествия, выполняющими определенные туристские роли (завхоз, штурман, медик и др.), являются средством познания самих себя через эти роли и средством формирования нравственных и морально-волевых качеств.

Не менее важными сторонами туристской подготовки являются **техническая** и **тактическая подготовка**, которые взаимосвязаны и обеспечивают безопасность путешествия. Освоение технических приемов движения, страховки достигается выполнением специальных упражнений, подбор которых зависит от вида туризма.

В теории и практике туризма определены следующие виды и разновидности туризма:

а) **по характеру путешествия** — сухопутно-равнинный, водный, горный, комбинированный и др.;

б) **по способу передвижения** — пешеходный, лыжный, велосипедный, горный и др. Более массовым и доступным для детей дошкольного возраста является пешеходный и лыжный туризм. С точки зрения подготовленности участников похода в этих видах туризма обращается внимание на владение техникой движений и преодоление естественных препятствий (труднопроходимый лес, болото, склоны, ручьи, реки). К числу упражнений относят движение по тропам с отработкой рациональной техники ходьбы, движение по склонам (подъемы, спуски), вязание узлов и др. Туристы-лыжники используют упражнения по овладению техникой лыжных ходов, преодолению препятствий на лыжах.

В самом общем виде тактическую подготовку можно определить как способность туристов совершать целенаправленные действия, позволяющие решать задачи путешествия. Индивидуальная тактическая подготовка складывается в умении распределять силы в пути, отдыхать на привале,

рационально передвигаться, осуществлять страховку и самостраховку, ориентироваться на местности. Техничко-тактические задачи решаются и при организации бивака: выбор места бивака и создание безопасного бивака.

Из сказанного следует, что такой широкий спектр показателей туристской деятельности предполагает использование разнообразных средств.

Разумеется, использование всех указанных средств в различных видах туристской подготовки в работе с дошкольниками старшего возраста, не может быть реализовано в полной мере. Поэтому необходимо, опираясь на основной программный документ («Программа воспитания и обучения в детском саду», 2004), подобрать именно те средства, которые отвечают возрастным запросам и потребностям ребенка-дошкольника.

### **1.3. Возможности средств туризма в работе с дошкольниками**

Изучение программных задач воспитания и обучения детей в ДОУ, учет возрастных особенностей детей дошкольного возраста позволили представить в общем виде содержание туристской подготовки для дошкольников 6—7 лет. Исходя из указанных видов туристской подготовки рассмотрим возможности средств туризма, позволяющих решать задачи оздоровительной, образовательной и воспитательной направленности в условиях детского сада.

#### **Оздоровительная направленность средств туризма**

Оздоровительное воздействие физических упражнений циклического характера на воздухе на организм дошкольника обосновано теоретически и доказано практически. Однако в настоящее время оздоровительное влияние различных условий среды на организм ребенка еще не полностью реализовано.

Оздоровительную направленность использования средств туризма можно объяснить прежде всего:

- воздействием постоянно изменяющихся метеорологических факторов, способствующих повышению адаптационных возможностей детского организма;
- возможностью выбора экологически благоприятных условий проведения физкультурных занятий и активного отдыха, сочетая двигательную деятельность с познавательной;
- обеспечением тренирующего эффекта занятий и рекомендуемого уровня двигательной активности.

Исходя из задач общей физической подготовки туриста — укрепления здоровья и развития выносливости как ведущего физического качества — целесообразно включать в основные организационные формы физического воспитания дошкольников наиболее доступные средства развития общей выносливости: ходьбу, бег, ходьбу на лыжах, подвижные игры. При этом целесообразно организовывать занятия в ближайшей природной среде. Для развития специальной выносливости, т.е. способности повторять упражнения по технике пешеходного и лыжного туризма без снижения качества их выполнения можно рекомендовать:

а) упражнения по рациональному преодолению естественных препятствий (склонов небольшой крутизны, ручьев, поваленных деревьев), имеющих в природной среде и ближайшем природном окружении;

б) упражнения по преодолению препятствий с помощью физкультурного оборудования, имеющегося на участке детского сада и социальных объектов, расположенных в ближайшем социальном окружении.

С целью формирования осанки, образования прочного «мышечного корсета», укрепления сводов стопы возможно применение ходьбы с грузом (рюкзачком).

Для решения задач данного направления в разделе теоретической подготовки у детей необходимо формировать знания и умения в области гигиены, медицины, физической культуры, туризма. Более наглядно возможности использования средств туризма в решении задач оздоровительного направления представлены на рис. 1.2.

Таким образом, наиболее целесообразно включать в основные организационные формы физического воспитания дошкольников доступные средства и формы туризма для развития общей выносливости: ходьбу, бег, ходьбу на лыжах, подвижные игры туристской направленности. При этом желательно организовывать туристские занятия в ближайшей природной среде, учитывая приспособительные реакции организма ребенка к физической нагрузке.

### **Образовательная направленность применения средств туризма**

Образовательное воздействие туризма заключается в совершенствовании у старших дошкольников двигательных умений, навыков и приобретении непосредственно связанных с ними знаний. В теоретическую подготовку туриста, как отмечалось ранее, входит краеведческая подготовка, которая включает формирование знаний о родном крае, охране природы. Данный вид подготовки согласуется с программными задачами по ознакомлению с окружающим миром, в частности закреплению у детей знаний о растительном и животном мире, наблюдениями за сезонными изменениями в природе.

Решать указанные задачи возможно не только на обычных познавательных прогулках, но и в процессе проведения физкультурных занятий на воздухе путем живого общения с окружающей жизнью. В настоящее время организационно-методические подходы к проведению физкультурных занятий, включающих в себя сразу три компонента педагогического воздействия: познание, воспитание, оздоровление на фоне высокого уровня двигательной активности, — получают экспериментальное подтверждение и находят все большее число сторонников.

Особая актуальность применения и расширения возможностей туризма как важного средства в решении образовательных задач отмечается в связи с проблемой экологии человека и природы. В 1980-х гг. ученые, занимающиеся разработкой педагогических аспектов проблемы охраны природы, предложили и обосновали новый термин «экологическое образование и воспитание», который нашел сторонников в детском туризме. Сочетание терминов «экология» и «туризм», впервые предложенное Л. Е. Куприной,



вошло в педагогическую литературу как «эколого-туристская работа». Под содержанием этих терминов для детей дошкольного возраста понимается прежде всего игровая деятельность, основанная на краеведческом принципе, в процессе которой формируются экологические знания и нормы поведения человека в природном окружении.



Рис. 1.2. Средства туризма в решении оздоровительных задач

Из всех видов деятельности человека туризм в наибольшей степени приближает его к природе. Однако в современных условиях экологического кризиса, когда потребность человека в общении с природой возрастает, туризм нередко выступает как разрушающая сила по отношению к природной среде. В то же время правильно организованная туристская работа превращается в природоохранную силу и становится эффективным средством экологического воспитания (Ю. А. Штюмер, И. В. Цветкова, С. Н. Николаева и другие).

Возможности туризма в формировании у детей элементарных знаний экологического характера неоспоримы. В связи с этим представляется целесообразным включать в основные формы физического воспитания проведение экскурсий, прогулок, прогулок-походов, в процессе которых создается возможность в естественной обстановке закладывать основы нравственных норм туристского природопользования (бесшумное поведение в природе, выбор места для бивака, выбор и сбор топлива для костра). Решение задач экологического воспитания может осуществляться и на физкультурных занятиях с помощью подвижных игр, эстафет, имеющих экологическую направленность (К. Б. Асланиди, Л. Е. Куприна, С. Н. Николаева, С. Б. Шарманова, А. И. Федоров и другие).

Итак, краеведческая подготовка как одна из сторон теоретической подготовки туриста может удовлетворять главную человеческую потребность — стремление к познанию окружающего мира, тем самым для детей старшего дошкольного возраста создаются условия для развития познавательных способностей, что крайне важно для предстоящей учебной деятельности.

Образовательная направленность средств туризма в физическом воспитании дошкольников заключается также и в формировании умений ориентироваться на местности, что, в свою очередь, может способствовать повышению уровня координационной подготовленности ребенка.

Особая роль в физическом воспитании детей дошкольного возраста отводится освоению ребенком движений, связанных с перемещением в пространстве. Овладение ориентировкой в пространстве включает различные компоненты содержания этой многогранной работы с детьми дошкольного возраста. Одним из таких компонентов является развитие у дошкольников пространственных восприятий и представлений (Т. А. Мусейибова, которая считает, что пространственная ориентация означает и ориентировку на местности). Формирование у детей пространственной ориентировки и двигательных навыков происходит взаимосвязано и одновременно (Э. Я. Степаненкова).

Обязательным условием формирования этих неразделимых компонентов единого процесса является систематическое сочетание выполняемого ребенком двигательного задания с пространственным обозначением. К благоприятным условиям для овладения данной способностью у дошкольников относится проведение подвижных игр.

Данную точку зрения поддерживает Л. Т. Майорова, разработавшая методику развития координационных, в частности ориентационных, способностей дошкольников 4—6 лет. Наиболее эффективным средством для

развития ориентационных способностей, считает автор, являются подвижные игры на воздухе с преодолением различных препятствий, а также выполнение специально подобранных заданий (рис. 1.3).



Рис. 1.3. Средства туризма в решении образовательных задач

К сожалению, в «Программе воспитания и обучения в детском саду» (1987) формированию у детей ориентировки в пространстве не уделено достаточно внимания, считает Т. А. Мусейибова. В результате «золотой возраст», в котором закладывается первооснова формирования координационных проявлений, используется недостаточно эффективно (А. П. Горбань).

Вряд ли можно переоценить всестороннее воздействие окружающей среды как источника психомоторного развития детей, подборки разнородных ситуаций из окружающей природы, побуждающих к учению.

Для развития ориентационных способностей в процессе физического воспитания можно применять приемы «хождения по легенде», выполнять двигательные задания с поисковыми ситуациями, учить детей ориентироваться в пространстве с помощью простейших планов и схем.

Считается доказанным, что физические упражнения способствуют совершенствованию физических качеств и координационных способностей у детей дошкольного возраста (В. Г. Фролов, Н. А. Ноткина, О. И. Кокорева и другие). Выявлено, что хорошо развитые координационные способности являются необходимой предпосылкой для успешного обучения физическим упражнениям (В. П. Назаров, В. К. Бальсевич, М. Н. Королева, Л. Т. Майорова, И. И. Сулейманов и другие), ведут к увеличению двигательного опыта. Достаточно сформированные координационные способности являются необходимым условием подготовки к жизни подрастающего поколения.

Таким образом, для развития физических качеств и координационной подготовленности дошкольников представляют интерес упражнения по преодолению различных препятствий (туристской полосы препятствий); выполнение туристских упражнений прикладного многоборья (вязка узлов на рюкзачке, работа с личным снаряжением, установка палатки и др.).

### **Воспитательная направленность средств туризма**

Воспитательное воздействие средств туризма состоит в обеспечении социального формирования личности через двигательную сферу ребенка, в приобщении его к широкому кругу общечеловеческих ценностей познания, в частности приобретении природоведческих, экологических знаний, а также доступных знаний, связанных с организацией простейших туристских прогулок и экскурсий. Воспитательная направленность туристской деятельности заключается и в познании самого себя через различные туристские должности, соответствующие возрастным и индивидуальным особенностям детей (рис. 1.4).

В процессе решения задач данного направления для ребенка дошкольного возраста необходимо создавать условия для преобразования самого себя через переживания эстетического характера, возникающие в процессе восприятия природных явлений и объектов. С помощью подбора физических упражнений с туристской направленностью можно способствовать развитию волевой сферы ребенка.

Решение воспитательных задач с помощью средств туризма в физическом воспитании старших дошкольников обусловлено возможностью формирования благополучных взаимоотношений, так как эта деятельность

основана на общности интересов, готовности прийти на помощь другому человеку.

В результате научных исследований выявлено, что организованная совместная деятельность оказывает существенное влияние на характер взаимоотношений детей, при этом популярность ребенка в группе зависит от успеха, которого он достиг в совместной деятельности.



Рис. 1.4. Средства туризма в решении воспитательных задач

Неотъемлемой частью воспитательного воздействия туризма является эстетическое воспитание, которое начинается с воздействия на человека родной природы. Способность ребенка эстетически воспринимать природу обогащает воображение, мышление, речь. Однако появилось мнение, что «сегодня уже мало воспитывать только созерцательное отношение к родной природе — важно воспитывать охранительное и созидательное отношение к ней» (А. А. Остапец).

Для успешного решения воспитательных задач в процессе игровой туристской деятельности дошкольников необходимо моделировать различные педагогические ситуации, решать ситуативные задачи, богатое содержание для которых может предоставить социоприродная среда.

Итак, в первой главе **мы дали характеристику туризму как средству физического воспитания, а не как виду спортивной деятельности.** Выявили дополнительные возможности его применения в условиях дошкольного образовательного учреждения и показали эти возможности в процессе решения задач оздоровительного, образовательного и воспитательного направлений. Доказали, что **туризм действительно позволяет разнообразить двигательную деятельность детей дошкольного возраста, способствует более эффективному решению задач оздоровительного, образовательного, воспитательного направления, развивая ребенка физически, нравственно, интеллектуально.**