

муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 46 комбинированного вида»  
юридический адрес: 624440гo Краснотурыньск, ул. Чапаева, 18. Тел.  
фактический адрес: 624440гo Краснотурыньск, ул. Чапаева, 18.  
электронный адрес: [mdou-46@mail.ru](mailto:mdou-46@mail.ru)  
телефон: 8(34384)6-54-35

«Согласовано»  
На педагогическом совете  
МА ДОУ № 46  
протокол № 1  
от «28» августа 2024 г.

«Утверждаю»  
приказ заведующего  
МА ДОУ № 46  
№ 421.ОД  
от «30» августа 2024г



## Педагогический проект «Туристические походы»

(как форма взаимодействия с семьями воспитанников)



разработала:  
инструктор по ФК  
Смирнова А.А.  
Пальмтаг Р.В

Краснотурыньск  
2024

Содержание	
Введение.....	3
1. РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ С ПОМОЩЬЮ ТУРИСТИЧЕСКИХ ПОХОДОВ.....	3
2. ПРИВЛЕЧЕНИЕ РОДИТЕЛЕЙ К ДЕТСКОМУ ТУРИЗМУ, КАК СРЕДСТВУ АКТИВНОГО СЕМЕЙНОГО ОТДЫХА.....	5
3. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТУРИСТИЧЕСКИХ ПОХОДОВ В УКРЕПЛЕНИЕ ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ.....	10
4. Список использованной литературы.....	14
Приложение 1.....	15

## Введение

Современные условия жизни и образования предъявляют высокие требования к уровню психофизического развития дошкольников. В связи с этим активизируется поиск таких подходов к оздоровлению, воспитанию и развитию детей средствами физической культуры, которые могли бы не только повышать физическую подготовленность, но и одновременно укреплять детско-родительские отношения, как фактора благополучного психического состояния ребёнка. Одним из таких подходов является детский туризм, организованный совместно с родителями, который решает не только воспитательно-образовательные, но и оздоровительные задачи, совершенствует двигательные способности детей, способствует освоению ими простейших туристских умений и навыков. Туристические походы - одна из наиболее активных форм совместного отдыха детей и родителей, а так же привлечения родителей к совместной деятельности дошкольного учреждения и семьи [4]. 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

Много времени ребёнок находится в семье, поэтому родители имеют возможность заниматься активными видами деятельности с ребёнком: прогулкой, спортивными играми, туристическими походами и др. Но в силу сложившихся экономических причин, занятостью на работе, незнания родителей о влиянии совместных мероприятий на развитие детей и нежелания тратить своё время на общение с малышом, современные родители большую часть времени уделяют вопросам материального обеспечения семьи, личным интересам, а не совместному активному отдыху с детьми. Поэтому организация семейного отдыха очень часто становится делом образовательного учреждения.

Цель: организация в ДОО совместных туристических походов детей и родителей

Задачи:

2. развивать физические качества детей (выносливость, силу, координацию движений, ловкость);
3. заинтересовать родителей детским туризмом, как средством семейного активного отдыха;
4. способствовать укреплению детско-родительских отношений.

## **1. РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ С ПОМОЩЬЮ ТУРИСТИЧЕСКИХ ПОХОДОВ**

### **Развитие физических качеств**

Физические качества — это быстрота, ловкость, сила, выносливость, гибкость, глазомер, равновесие. При выполнении любого упражнения в той

или иной степени развиваются все физические качества, но преимущественное значение приобретает какое-либо одно из них. Например, при беге на короткие дистанции — быстрота, при беге на длинную дистанцию — выносливость, а при прыжках в длину и в высоту с разбега — сила в сочетании с быстротой [12].

В дошкольном возрасте преимущественное внимание должно быть уделено развитию ловкости, быстроты, глазомера, гибкости, равновесия, но не следует забывать и о соразмерном развитии силы и выносливости.

Полноценное физическое развитие дошкольника — это, прежде всего, своевременное формирование двигательных навыков и умений, развитие интереса к различным доступным ребёнку видам движений, воспитание положительных нравственно-волевых черт. В процессе физического развития детей дошкольного возраста необходимо прививать навыки правильной осанки, навыки соблюдения гигиены, освоение знаний по ОБЖ. Успешное решение этих задач возможно лишь при комплексном использовании средств физического воспитания, природных факторов, гигиенических мероприятий. Один из способов развития физических качеств — это детский туризм.

### **Влияние туристических походов на физическое развитие детей**

Туризм является одним из эффективных средств удовлетворения двигательных и познавательных потребностей человека, в ДОУ используется детский туризм. Детский туризм, как средство оздоровления, характеризуется общедоступностью и рекомендован почти каждому ребёнку при отсутствии у него серьёзных патологий.

Туризм — эффективное средство воспитания здорового и закаленного человека, средство расширения кругозора, познания красоты природы. Туристические походы совершенствуют двигательные умения и навыки, формируют основы здорового образа жизни [10]. Доказано, что продолжительное выполнение умеренной нагрузки на свежем воздухе в виде циклических упражнений способствует совершенствованию такого ценного в оздоровительном плане физического качества, как выносливость, которое во многом и определяет меру крепости здоровья. В природных условиях представляется великолепная возможность обогатить двигательный опыт детей. Во время движения у детей совершенствуются навыки ходьбы по пересечённой местности. Пеньки, канавки, деревья, ручьи, бревнышки, а так же другой природный материал (шишки, желуди, камешки, палки) стимулируют двигательную активность детей. Опыт походной жизни формирует у дошкольников первоначальные навыки выживания в природной среде (умение ориентироваться на местности, разбивать лагерь, тушить костер, оказывать первую помощь пострадавшему и др.). Дети, прошедшие физическую и психологическую подготовку к возможным экстремальным ситуациям, оказавшись одни в лесу, ведут себя максимально собранно, без паники и растерянности и пытаются найти выход из создавшегося положения.

Туризм обладает большим познавательным потенциалом и может способствовать более эффективному и качественному усвоению знаний в соответствии с программными требованиями, а также развивать познавательные способности детей. Именно туризму присущи коммуникативные функции и при целенаправленном педагогическом воздействии они могут играть значительную роль в решении задач нравственного воспитания. Туристические походы воспитывают у детей важнейшие нравственные качества, учат налаживать взаимоотношения между членами группы, развивают в каждом ребенке отзывчивость, щедрость, доброжелательность. Коллективные походы способствуют формированию детского сообщества, в котором все связано одной целью, где ребенок чувствует свою причастность к общему делу, видит, какую пользу он приносит. В походе вырабатывается самостоятельность, организованность, воля, умение преодолевать трудности. Эти трудности лишь в редких случаях можно преодолеть в одиночку. Совместные усилия сплачивают коллектив, учат ребят взаимопомощи и взаимовыручке. Туризм является прекрасным средством активного отдыха. Он способствует развитию у детей умения интересно и содержательно организовать свой досуг. Положительные эмоции, которые испытывает ребенок в процессе занятий физической культурой и туризмом формируют стойкую потребность ведения здорового образа жизни.

Таким образом, туризм является прекрасным средством развития физических качеств ребенка. Продуманная, интересно организованная двигательная деятельность детей в природных условиях развивает, не только физические качества у дошкольников, но интерес к занятиям туризмом и физической культурой, повышает мотивацию к ведению здорового образа жизни.

## **2. ПРИВЛЕЧЕНИЕ РОДИТЕЛЕЙ К ДЕТСКОМУ ТУРИЗМУ, КАК СРЕДСТВУ АКТИВНОГО СЕМЕЙНОГО ОТДЫХА**

### **Активный отдых семьей**

Активный отдых (англ. *Active leisure*) — способ проведения свободного времени, досуг, разновидность хобби, в процессе которого отдыхающий занимается активными видами деятельности, требующими активной физической работы организма, работы\_мышц всего тела [12].

Активный отдых должен быть важной составляющей жизни любого человека в частности и семьи в целом. Ничто так не сближает и не радует детей, как интересное совместное с родителями времяпровождения.

Основные преимущества активного отдыха всей семьей - сближение членов семьи, общие впечатления и воспоминания отодвигают на второй план мелкие обиды и ссоры, недомолвки и недовольства друг с другом. Любое совместное занятие – это, прежде всего, общение, а общение – залог

крепкой и счастливой семьи. Польза для здоровья - активный отдых и занятия спортом, которые подразумевают движение [6] . К тому же такая деятельность чаще всего предполагают нахождение на природе, а свежий воздух, солнце и водные процедуры отлично укрепляют иммунитет.

Но часто у взрослых находят отговорки: усталость, повседневные бытовые проблемы, занятость на работе, плохо развита инфраструктура, дороговизна спортивного инвентаря. А кто и вовсе не видит нужды в качественном отдыхе, предпочитая просто водить ребенка на кружки и спортивные секции [11].

Педагоги, понимая значение семейных досугов, совместных туристических походов для развития детей, берут на себя решение вопросов организации совместного активного отдыха детей и родителей.

В нашем детском саду ведется работа по организации свободного времяпровождения родителей и детей: организуются различные спортивные соревнования, игры, туристические походы, целевые прогулки и т.д.

### **Совместные мероприятия проводимые в ДОУ**

В течение учебного года для сближения семьи проводятся спортивные мероприятия, в которых родители принимают активное участие, не только как участники, но и как помощники в организации проведения и исполнения роли героев:

- «Неразлучные друзья – взрослые и дети» - спортивный праздник (для средних, старших и подготовительных групп).

Цель: приобщение детей и родителей к здоровому образу жизни через совместные спортивные мероприятия.

Задачи:

1. Создать условия для развития основных физических качества (силу, ловкость, быстроту, выносливость, координацию движений);
2. способствовать развитию соревновательных навыков;
3. осуществлять преемственность между детским садом и семьёй по физическому развитию;
4. создать весёлое спортивное настроение у детей и их родителей.

В соревнованиях участвуют 2 команды по 8-10 человек, в команде участвуют дети вместе со своими родителями.

Предварительная работа:

- разучить с детьми и родителями девиз и приветствие;
- подготовить эмблемы, номера художественной самодеятельности с детьми;

- оформить спортивный зал;

- «23 февраля – День защитника Отечества» - спортивный праздник с участием пап (ясельные, младшие, средние, подготовительные группы)

Цель: Способствовать развитию и сплочению отношений между детьми и папами, развивать преемственность работы детского сада и семьи,

Задачи:

1. учить преодолевать препятствия, совершенствовать навыки выполнения основных движений: бег, прыжки, лазанье.
2. воспитывать чувства коллективизма, внимательности, ответственности.
3. развивать стремление к победе, физические и волевые качества, двигательную активность.
4. способствовать повышению роли семьи в физическом воспитании, оздоровлении и гармоничном развитии детей.
5. воспитывать любовь и уважение к профессии военного, чувство гордости за Родину.

Праздник построен на морской тематике. В ясельной и младшей группе праздник организует ведущий-«моряк». Ребенок совместно с папой принимает участие в подвижных играх и упражнениях на морскую тематику. В дошкольных группах мероприятие проводит ведущий и сказочный герой - Капитан Врунгель. Спортивные эстафеты составлены по морской тематике:

Предварительная работа:

- 1.разучивание спортивных танцев «яблочко», в подготовительных группах, «Летка-енька» в средних группах
  - 2.изготовление подарков для пап.
  - 3.заучивание стихов, песен про Армию.
  - 4.рассматривание и обсуждение иллюстраций, посвященных Дню Защитника Отечества.
  - 5.оформление выставки «Танкисты и моряки», (*аппликация, гуашь*).
- «Неделя Здоровейка» - беседы о ЗОЖ, интеллектуальные игры, спортивные развлечения (для всех групп).

Цель: формирование навыков здорового образа жизни.

Задачи:

1. закрепить у детей понятие о здоровье как главной ценности человеческой жизни.
2. формировать у детей представление о здоровом образе жизни: правильном питании, закаливании, пребывании на свежем воздухе, соблюдении правил личной гигиены, о значении физических упражнений.
3. учить детей активно участвовать в заботе о своем здоровье: знать и осознанно выполнять несложные приемы оздоровления (закаливание водой, гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика, витаминотерапия); прививать любовь к физическим упражнениям и подвижным играм на воздухе.
4. развивать физические качества.

Нами разработан целый комплекс мероприятий, в который входят беседы о ОЗЖ («Чистота залог здоровья», «Если хочешь быть здоров - закаляйся» и др.), «живой разговор» (Путешествие по «Радуге здоровья», «В гости к Витаминке – правила здорового питания» и др.), спортивные

развлечения («Давайте расти - здоровыми», «В гостях у Спорткуса» и др.), акция «Мы за ЗОЖ» и другие мероприятия (приложение №1)

Применяя в данных мероприятиях игры, элементы спортивных соревнований в дальнейшем мы используем в организации туристических походов.

Туристический поход - не просто прогулка: у него есть точный маршрут, место, куда необходимо прийти. По карте маршрута все участники похода отправляются в указанное место.

При планирование похода обязательно проводится предварительная работа с воспитателями, родителями и детьми. Составляется план подготовки к походу

#### **План подготовки к походу**

Подготовительный этап:

1. Сбор литературы о туризме: стихи, загадки, пословицы, поговорки, рассказы, сказки, просмотр мультфильмов. Решение кроссвордов на туристическую тему. Рассмотрение иллюстраций.
2. Консультация - практикум «Полезная прогулка» (с обыгрыванием подвижных игр).
3. Беседа с родителями «Готовимся к походу». Памятка для родителей «В поход всей семьей».
4. Беседы с детьми о значении туристического похода, правилах поведения в походе, о безопасности в походе.
5. Наблюдение за природными объектами на прогулке, рассмотрение иллюстраций, чтение природоведческой литературы.
6. Памятка для родителей «Берегите природу». Советы заблудившемуся: «Опасные насекомые», «Опасность пожара», «Памятка по безопасности в природных условиях».
7. Разучивание подвижных игр на туристическую тему: «Отгадай», «Ниточка-иглочка», «Следопыты», «Туристические препятствия», «Назови туристическое снаряжение», «Поход»
8. Разработка схемы маршрута, сценария проведения похода, распределение ролей, подготовка костюмов.
9. Обследование места проведения похода.
10. Распределение обязанностей, ролей в сценарии, ответственных (кто за что отвечает среди родителей и обязанности среди детей).

#### **Основной этап**

1. Подготовка снаряжения, медицинской аптечки, атрибутов спортивного оборудования, воды;
2. Совместный сбор и отправление по маршруту. Родители совместно с инструктором отправляются заранее, для подготовки места.
3. Деятельность по сценарию.

#### **Заключительный этап**

1. Оформление фотовыставки «Мы туристы».

2. Планирование работы по проведению дальнейших походов по сезонам.

При планировании похода с детьми проводятся беседы, продумывается организация проведения мероприятий: народных, подвижных, спортивных игр и упражнений, игр малой подвижности, загадывание и придумывание загадок и т.д. Так же большое внимание уделяется работе с родителями. На родительских собраниях проводятся беседа «Готовимся к походу», выдаются памятки «Берегите природу», «Советы заблудившемуся», «Опасные насекомые», «Опасность пожара», «Памятка по безопасности в природных условиях», «Что необходимо взять с собой в поход». Решается вопрос о маршруте похода. Инструктор с родителями заранее осматривает место похода и путь следования к месту. Распределяются обязанности по организации похода.

Работа с педагогами:

- консультации «Оздоровительный семейный досуг», «Элементарные формы туризма», «Применение элементарных знаний туризма» (костёр, верёвочные узлы, ориентирование по знакам и приметам) на практике;

- предоставление материала - «игры в походе», «игры у костра»;

- выставка методической литературы о туризме;

- расширится осведомлённость педагогов о детском туризме.

Дети старших групп принимают непосредственное участие в сборах в поход. Проводится предварительная работа: подготовка инвентаря, атрибуты для игр, одежда должна быть удобной и теплой, соответствовать в времени года. Дети помогают отбирать физкультурные пособия, распределяют их между собой. Во время игр в лесу используется природный материал, например, метание шишками в горизонтальную и вертикальную цель, спрыгивание с пенька, перепрыгивание через ручеек. Содержание походов за пределами детского сада по нагрузке на организм ребенка и продолжительность его должны соответствовать установленной норме.

Накануне необходимо создать радостное ожидание предстоящего путешествия, сообщить о цели путешествия: «Пойдем в поход «В гости к Колобку», «Возьмем лесных зверей и поиграем с ними», «В гости к Осени». С детьми ведется предварительная работа о технике безопасности, о правилах поведения в лесу.

Серия походов по сезонам:

Лето: «Мы – туристы», «Деревья в лесу», «В лес – за тишиной»;

Осень: «В лес – за находками», «Листопад в лесу»;

Весна: «Узелки на память», «Первые вестники весны», «Хвойные деревья», «Ранняя весна в лесу»;

Зима: «Санний поход», «В гости к деду Морозу», «День снега».

### **3. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТУРИСТИЧЕСКИХ ПОХОДОВ В УКРЕПЛЕНИЕ ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ**

Влияние туристических походов на укрепление детско-родительских отношений

Семья – уникальный первичный социум, который не могут дублировать общественные воспитательные институты в способности давать ребенку ощущение психологической защищенности, «эмоционального тыла», поддержки, безусловного, без оценочного принятия. В этом непреходящее значение семьи для человека вообще, а для дошкольника в особенности.

В определяющей мере благополучное психическое состояние дошкольника зависит от взрослого, а точнее от того, ощущает ли ребенок любовь и внимание своих близких, чувствует ли себя принятым своими родителями.

Детский сад и семья должны стремиться к созданию единого пространства развития и воспитания ребенка.

Формирование сотрудничества детей, родителей и педагогов зависит прежде всего от того, как складывается взаимодействие взрослых в этом процессе. Результат воспитания может быть успешным только при условии, если педагоги и родители станут равноправными партнёрами, так как они воспитывают одних и тех же детей.

В основу этого союза должно быть положено единство стремлений, взглядов на образовательный процесс, выработанные совместно общие цели и образовательные задачи, а также пути достижения намеченных результатов. Туристический поход может стать одним из важных средств взаимодействия между ДООУ и семьи.

Как педагоги, так и родители хотят видеть своих детей здоровыми и счастливыми. Родители готовы поддержать начинания педагогов, направленные на удовлетворение и развитие интересов, потребностей детей. Родители – взрослые люди, имеющие большой жизненный опыт, знания, умеющие анализировать ситуацию, поэтому в решении ряда проблем при организации и проведении туристических походов педагог может получить их нужный и полезный совет.

Привлечение родителей к совместным походам— это способ не просто отдохнуть и удовлетворить любопытство детей, а это отличная возможность эмоционально сблизиться, укрепить внутрисемейные отношения, сохранить в памяти яркие эмоции от общения в формате путешествия. Кроме того, походы способствуют укреплению семьи, повышению авторитета родителей в глазах детей, особенно отцов, созданию совместных семейных традиций. В семейном походе дети живут одними задачами с родителями, чувствуют причастность к общему делу, видят свою отдачу.

**Методические рекомендации для родителей по организации совместных туристических походов**

В семьях, которые ходят в совместные походы и прогулки дети:

- приучены наиболее целесообразно и экономно применять навыки ходьбы, бега, прыжков в различных условиях;

- развивается ловкость, выносливость, наблюдательность, внимание, выдержка (умение владеть собой и сдерживать эмоции при различных обстоятельствах) умение быстро ориентироваться, появляется уверенность в своих силах.. Не меньшее значение имеют задания для визуального определения расстояния и развития способности «чувствовать время». Туристские походы положительно влияют на повышение общего развития и культурного уровня детей. Родители должны приучать детей любить и оберегать родную природу от уничтожения и загрязнения. Вот несколько рекомендаций по организации:

1. Прогулки, экскурсии и туристские походы проводят только со здоровыми детьми. Недомогание, головная боль, сильный насморк являются противопоказаниями для участия ребенка в походе. Нельзя допускать, чтобы дети переутомлялись. Если ребенок чувствует легкое, приятное утомление — не страшно. Оно быстро и без последствий пройдет. Но такие признаки, как бледность, вялость, общее недомогание, головная боль, бессонница, говорят о перегрузке детей.

Летом расстояние туристского похода для детей 7—8 лет должно быть до 4—6 км при скорости 2,5-3 км в час. Привалы делают через 1 км на 5—10 мин, а через 2—3 км на 2—3 ч. Для детей 9—10 лет маршрут похода не должен превышать 6 км для девочек и 8 км для мальчиков. Скорость передвижения — 3—3,5 км в час. Первый привал делают через 2 км пути на 5—10 мин, а после прохождения половины маршрута похода — на 3—4 ч. Дети младшего школьного возраста должны нести рюкзак с грузом не более 1,5—2,5 кг.

Зимой дети 7—8 лет могут идти на лыжах до 4 км при средней скорости передвижения до 3 км в час. Привалы делают через каждые 0,5 км пути на 5 мин. Дети 9—10 могут проходить расстояние до 6 км (девочки) и до 8 км. (мальчики) при средней скорости движения 3—3,5 км час. Привалы делают через 1 км пути, а после прохождения половины дистанции — на 1,5 ч (на базе отдыха).

2. Температура воздуха во время подобных походов должна быть не менее —10—12°. Дети могут нести в рюкзаке груз до 2,0 кг. Тяжелые вещи кладут на дно рюкзака, а мягкие — к той стороне рюкзака, которая будет прилегать к спине. Лямки рюкзака подгоняют так, чтобы они не резали плечо и не сдавливали сосуды подмышечной впадины.

3. Пусть на привалах и остановках дети почувствуют себя «первооткрывателями» уголков природы, замечательных мест родного края

4. Надо заранее знать и маршрут похода, и место, куда вы ведете своих детей.

5. На походы, на прогулки, экскурсии в теплую пору года дети могут отправляться в повседневной или спортивной одежде. Головные уборы надо

брать с собой обязательно, обувь — кеды или ботинки и хлопчатобумажные шерстяные носки.

6. В однодневный поход надо взять с собой продукты: картофель, крупу, соль, сахар, чай, хлеб. Каждый участник похода должен иметь при себе флягу или бутылку с кипяченой водой или чаем.

7. Обязательно возьмите с собой перевязочный материал (бинт, пластырь, вату, йод). В поход выходят с таким расчетом, чтобы первую половину пути пройти до наступления жары (до 12—13 ч).

8. Следите за осанкой детей, так как довольно часто они имеют плохую привычку смотреть во время ходьбы себе под ноги или, наоборот, вверх. Смотреть надо прямо перед собой, а туловище не наклонять, держать без напряжения.

9. Лыжные прогулки, в большинстве случаев, проводят в выходные дни. Если предусматривается сделать остановку на базе, то необходимо предварительно выяснить все вопросы, относящиеся к чистоте, теплу и благоустройству помещения, а также приготовлению для детей горячего чая. Если чай нельзя приготовить на базе, его можно принести с собой в термосах.

10. Взрослые должны иметь предварительно составленный план лыжной прогулки. Он предусматривает, каким транспортом можно добраться к месту прогулки, расписание движения этого транспорта, игры, упражнения и развлечения, которые будут проводиться с детьми во время прогулки на лыжах.

11. Одежда и обувь детей должны отвечать условиям лыжных прогулок и походов. Вниз дети надевают (в зависимости от погоды и температуры) теплое или обычное нижнее белье, шерстяной свитер или рубашу. Сверху надевают лыжный костюм. На ноги рекомендуется надевать две пары носков: обычные и шерстяные (или обычные носки, а сверху теплые портянки). Можно еще обвернуть ступни ног газетной бумагой — она хорошо сохраняет тепло. Дети надевают валенки или лыжные ботинки. На руках у них должны быть теплые рукавицы из кожи или брезента. Головной убор должен закрывать уши. Перед прогулкой надо тщательно проверить всю экипировку.

12. Если вы отправляетесь в длительный поход, то нужно подумать и о всевозможных неожиданностях. Поэтому необходимо иметь при себе небольшую индивидуальную аптечку. Лучше взять все необходимое в целлофановый мешочек или жестяную банку из-под карамели или зубного порошка. Кроме лекарств (стрептоцид, анальгин, нашатырный спирт, йодная настойка и т. д.), надо иметь средний и широкий стерильные бинты в упаковке; катушку липкого пластыря (лейкопластырь), лезвия безопасной бритвы в упаковке, а также индивидуальный перевязочный пакет.

### **Заключение**

Прекрасным средством для укрепления семьи и воспитания подрастающего поколения является семейный туризм. Семейный туризм дает

уникальную возможность в реальности познакомить детей с природой, научить их любить и беречь ее, поучаствовать самостоятельно в решении многих задач (развести костер, собрать дрова, поставить палатку). Достичь общей цели с родителями, важно для ребенка любого возраста, он становится уверенней, организованней, ответственней. Отдыхая всей семьей, вы станете лучшими друзьями для своих детей. Подобный активный отдых помогает пробудить в родителях и детях дух коллективизма, развить выносливость, выдержку, настойчивость. Но не все родители находят на это время и желание. Поэтому ДОУ является связывающим звеном между родителями и детьми. Педагоги занимаются привлечением родителей к совместной деятельности дошкольного учреждения и семьи. Походы являются прекрасной формой работы, сближают родителей, детей и педагогов, дают возможность создания атмосферы взаимопонимания и сотрудничества

Намеченная цель работы по организации совместных туристических походов детей и родителей, была достигнута в ходе запланированной физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении.

Использование разнообразных форм взаимодействия детей и взрослых способствует установлению тесного сотрудничества дошкольного учреждения и семьи в воспитании здорового ребёнка.

Родители на собственном опыте убедились, что совместная спортивная деятельность полезна и необходима не только ребёнку, но и взрослому.

Большое количество родителей участвуют во всех формах организации физкультурно-оздоровительной работы, проводимой в дошкольном учреждении.

Родители проявляют инициативу в организации походов, являются активными помощниками и участниками в проведении мероприятий. Огромную пользу от туристических походов получают не только взрослые, но и дети.

Список использованной литературы:

1. Азаров Ю.П. Семейная педагогика. - М.: Норма, 2003. - 324с.
2. Бардиан А.М. Воспитание детей в семье. - М.: Просвещение, 1983. - 188с.
3. Взаимодействие ДООУ И семьи/ Сост. О.И. Бочкарева.-Волгоград: ИТД "Корифей", 2008
4. Влади́н В.З. Гармония семейных отношений. - Алматы, 2007. - 282с.
5. Давыдова М.А. Спортивные мероприятия для дошкольников – М. «ВАКО» 2007.
6. Дружинин В.И. Психология семьи. - М.: ВЛАДОС, 1999. - 295с.
7. Здоровьесберегающая система дошкольного образовательного учреждения/ авт.-сост. М.А.Павлова, М.В. Лысогорская, 2009.
8. Работа с семьей: методическое пособие для работников дошкольных образовательных учреждений. - М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2007.
9. Казина О.Б. Весёлая физкультура для детей и их родителей. - Ярославль: Академия развития, 2008
10. Энциклопедия туриста – М Научное издательство «Большая российская энциклопедия» 1993.
11. <http://maminovse.ru/aktivnyj-semejnyj-otdyx-delaem-zhizn-interesnej.html> Блог Мир глазами мамы
12. [womanwiki.ru](http://womanwiki.ru)

## Неделя «Здоровейка» для младшей группы

<b>Мероприятие</b>	<b>Форма</b>
«Чистота залог здоровья» Конкурс по ЗОЖ «Мы за здоровый образ жизни»	Беседа рисование
Путешествие по «Радуге здоровья»	«живой разговор»
К нам в гости спешит добрый доктор Айболит» « А, ну-ка угадай» (загадки и пословицы про ЗОЖ)	Спортивное развлечение Игра
«Если хочешь быть здоров - закаляйся» Лепка «Витаминный салат»	Беседа лепка
В гостях у Витаминки Викторина «Полезные и вредные продукты»	Спортивное развлечение Викторина
В гостях у Здоровейки (или просмотр мультфильмов о ЗОЖ) Чтение К. Чуковский «Мойдодыр»	«живой разговор»  Чтение
Рассматривание плаката «Строение человека». Познакомить детей со строением тела, с частями тела Развлечение «Давайте расти - здоровыми».	Беседа  Развлечение
«Спасите Айболита»	спортивно развлекательное мероприятие

## Неделя «Здоровейка» для средних групп

<b>Мероприятие</b>	<b>Форма</b>
«К нам в гости спешит добрый доктор Айболит» Конкурс по ЗОЖ «Мы за здоровый образ жизни»	Спортивное развлечение Рисование
«Чистота-залог здоровья» «Полезные и вредные продукты»	«живая речь» беседа, аппликация
Рассматривание плаката «Строение человека». Познакомить детей со строением тела, с частями тела Лепка «Витаминный салат»	Беседа  Лепка

В гостях у Витаминки «А, ну-ка угадай!» (загадки, пословицы о ЗОЖ)	Спортивное развлечение Игра
«Если хочешь быть здоров - закаляйся» «Давайте расти - здоровыми».	Беседа Развлечение
Физкульт-ура «Физкультура и здоровье»	Спорт. развлечение Беседа
В гостях у Спортикуса Чтение К. Чуковский «Мойдодыр»	«живой разговор» Чтение
«Спасите Айболита». Подведение итогов конкурса «Мы за ЗОЖ»	спортивно-развлекательное мероприятие

### Неделя «Здоровейка» для старших групп

<b>Мероприятие</b>	<b>Форма</b>
К нам в гости спешит добрый доктор Айболит Конкурс по ЗОЖ «Мы за здоровый образ жизни»	Спорт. Развлечение Рисование
В гостях у Витаминки «Чистота залог здоровья»	Спорт. Развлечение Беседа
Рассматривание плаката «Строение человека». Познакомить детей со строением тела, с частями тела Игра в спортивное лото	Беседа Игра
«Правила оказания первой помощи» «А, ну-ка угадай» (загадки и пословицы про ЗОЖ)	«живой разговор» Игра
Акция «Мы за ЗОЖ» (на улице) Правила здорового питания	Прогулка «живой разговор»
Физкульт-Ура ! Викторина «Полезные и вредные продукты»	Спортив.разв лечение Викторина
В гостях у Спортикуса «Давайте расти здоровыми»	Спрт.развлече ние Развлечение
«Спасите Айболита» – Подведение конкурса «Мы за ЗОЖ»	спортивно развлекательное мероприятие

Неделя «Здоровейка» для подготовительных групп

Мероприятие	Форма
«Чистота залог здоровья» (работа в группе) Конкурс по ЗОЖ «Мы за здоровый образ жизни»	Беседа рисование
Путешествие по «Радуге здоровья»	«живой разговор» экскурсия
К нам спешит добрый доктор Айболит «А, ну-ка угадай» (загадки и пословицы о ЗОЖ)	Спортивное развлечение игра
Рассматривание плаката «Строение человека». Познакомить детей со строением тела, с частями тела «Правила оказания первой помощи»	Беседа  беседа
Акция «Мы за ЗОЖ» В гости к Витаминке – правила здорового питания	Прогулка «живой разговор»
«Если хочешь быть здоров - закаляйся» Развлечение «Давайте расти - здоровыми»	Беседа развлечение
В гостях у Спорткуса Викторина «Полезные и вредные продукты»	Развлечение  викторина
«Спасите Айболита» Подведение конкурса «Мы за ЗОЖ»	спортивно- развлекательное мероприятие