

Туристические походы в рамках выходного дня совместно с родителями

Проект «Вместе весело шагать или путь к здоровью»

Туристические походы – одна из наиболее активных форм совместного отдыха, привлечения родителей к совместной деятельности дошкольного учреждения и семьи.

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, на что и был направлен проект.

Цель проекта:

Содействовать сохранению семьи, её приверженности здоровому образу жизни путём проведения совместно с родителями туристических прогулок - походов.

Задачи проекта:

- Заинтересовать родителей детским туризмом, как средством активного совместного отдыха.
- Расширить педагогические знания родителей по вопросам важности физической активности детей и родителей, здорового образа жизни (ЗОЖ), туризма.
- Научить взрослых проводить совместные подвижные и спортивные игры с ребёнком в свободной самостоятельной деятельности.
- Формировать у родителей и детей осознанное отношение к своему здоровью.
- Воспитывать бережное отношение детей к растительному и животному миру.

Участники проекта:

Дети, родители и воспитатели группы МАДОУ детский сад №5 п. Мулино

Основное направление проекта – оздоровительное. Также проект направлен на экологическое воспитание дошкольников.

Сроки реализации проекта: апрель-май 2026 год.

Ожидаемый результат:

В ходе реализации данного педагогического проекта будет установлено единство дошкольного учреждения и семьи в вопросах воспитания здорового ребёнка. Родители на собственном опыте убедятся, что совместная спортивная деятельность полезна и необходима не только ребёнку, но и взрослому. Увеличится количество желающих родителей участвовать во всех формах организации физкультурно-оздоровительной работы, проводимой в дошкольном учреждении. Родители станут организаторами, активными помощниками и участниками в проведении различных спортивных мероприятий, прогулок - походов. Огромную пользу от педагогического проекта получают не только взрослые, но дети. Физические качества детей будут эффективно развиваться, повысится скорость формирования важных двигательных навыков детей, а здоровье будет сохраняться и укрепляться. Ожидается положительная динамика темпов прироста физической подготовленности детей. Снизится общая заболеваемость детей по дошкольному учреждению.

План реализации проекта будет реализовываться в три этапа.

№п/п	Мероприятия	Ответственный	Сроки
Подготовительный этап			
1	Сбор литературы о туризме: стихи, загадки, пословицы, поговорки, рассказы, сказки, просмотр мультфильмов. Рассматривание иллюстраций. Подборка статей из литературы.	Воспитатели группы, родители	В течение всего проекта
2	Консультация-практикум «Полезная прогулка» (с обыгрыванием подвижных игр).	Воспитатели.	Апрель 2026
3	Родительское собрание «Готовимся к походу». Памятка для родителей «В поход всей семьей».	Воспитатели.	Май 2026
4	Приобретение необходимого оборудования	Родительский комитет группы	Апрель 2026
5	Беседы с детьми о значении туристического похода, правилах поведения в походе, о безопасности в походе.	Воспитатели группы	В течение всего проекта
6	Наблюдение за природными объектами на прогулке, рассматривание иллюстраций, чтение природоведческой литературы.	Воспитатели группы.	Апрель-май
7	Оформление альбома «Лекарственные растения нашего края».	Воспитатели, родители группы.	Апрель
8	Разучивание подвижных игр на туристическую тему: «Отгадай», «Следопыты», «Туристические препятствия», Д/и «Назови туристическое снаряжение» сюжетно – ролевая игра «Поход»	Воспитатели группы, родители	Каждую неделю на прогулке
9	Информационный стенд о походе. Памятка для родителей «Берегите природу». Советы заблудившемуся: «Опасные насекомые», «Опасность пожара», «Памятка по безопасности в природных условиях».	Воспитатели группы	Май
10	Обследование места проведения похода.	Воспитатели группы, родители	Накануне
Основной этап (непосредственное проведение туристического похода).			
1	Подготовка снаряжения, медицинской аптечки, атрибутов, спортивного оборудования, воды.	Воспитатели группы, родители	Перед походом
2	Разработка схемы маршрута, сценария проведения похода, распределение ролей.	Воспитатели группы, родители	Апрель-май
3	Совместный сбор и отправление по маршруту.	Воспитатели группы, родители	Май
4	Деятельность по сценарию.	Воспитатели группы	Май

Заключительный этап (оценочный)			
1	Оформление фотовыставки «Мы веселые- туристы».	Воспитатели группы	После похода
2	Публикация в групповой газете заметки о походе. Оформление стенда «Вместе весело шагать по просторам».	Воспитатели группы	После похода
3	Планирование работы по проведению дальнейших походов по сезонам.	Воспитатели группы	После похода
4	Подведение итогов реализации проекта. Презентация педагогическому коллективу	Воспитатели группы	Май

Критерии оценки эффективности проекта:

- Повышение уровня активности участия родителей в совместных физкультурно-оздоровительных мероприятиях.
- Обогащение педагогического просвещения взрослых в вопросах оздоровления и воспитания детей.
- Формирование у детей и взрослых культуры здоровья.
- Повышение темпов прироста физической подготовленности детей.

Описание проекта.

Недалеко от нашего детского сада есть прекрасные места для отдыха, это сосновый лес. Большая поляна, подъём на возвышенность предполагает преодоление препятствий, что является прекрасной тренировкой на выносливость. Туристический поход не просто прогулка: у него есть точный маршрут, место, куда необходимо прийти. По карте маршрута все вместе отправляются в указанное место. С приобретением опыта походной жизни у детей формируются первоначальные навыки "выживания" в природной среде: умение ориентироваться на местности, находить ветки для костра, разжигать его тушить, оказывать посильную помощь товарищам. Для того чтобы добиться поставленной цели и задач, предполагается данный проект реализовать в три этапа:

Выводы:

Таким образом, туристические прогулки – походы не только приобщают к здоровому образу жизни, развивают физические качества и навыки, но и экологически развивают детей. Взрослые и дети лучше узнают друг друга: особенности характера, мечты и способности. Создается микроклимат, в основе которого лежит уважение к личности человека, забота о каждом, доверительные отношения между взрослыми и детьми, родителями и педагогами, т.е. обеспечивается взаимосвязь физической, психической и социальной составляющих здоровья.

Источники:

1. Вавилова Е.Н. Укрепляйте здоровье детей: Пособие для воспитателей детского сада - М.: Просвещение, 1986.- 128с.ил.
2. Картушина М.Ю. Сценарии оздоровительных досугов для детей 6-7 лет.- М.: ТЦ Сфера, 2004. 128с.
3. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А. Гимнастика в детском саду. Издательство «Просвещение».
4. Соломенникова Н.М. Организация спортивного досуга дошкольников 4-7 лет.- Волгоград: Учитель, 2015.- 135 с.
5. Старковская В.П. 300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 года до 14 лет. - М.: Новая школа, 1994.- 288с., ил.+ цв. приложение.