

## **Консультация для воспитателей «Физическая культура как средство экологического воспитания дошкольников»**

Самое дорогое у человека – это здоровье. Только здоровый, всесторонне развитый, образованный человек способен быть успешным и реализованным в своей жизни. Начинать формировать здоровье нужно в детстве, когда ребенку все интересно, хочется узнать что-то новое. Окружающая среда является мощным фактором, оказывающим значительное воздействие на здоровье человека.

Формирование экологической культуры решается путем передачи знаний, развития духовно-нравственных начал личности. Физическая культура - составная часть общего воспитания. Основная ее задача укрепление здоровья детей, формирование знаний о здоровом образе жизни, физическое совершенствование и всестороннее развитие личности. В образовательной системе экология и физкультура тесно переплетаются. Формы и методы организации воспитательно-образовательного процесса по физической культуре могут эффективно содействовать решению различных задач экологического воспитания. Повышение эффективности образования детей в области физической культуры и в области экологии возможно путем интеграции разных видов деятельности, а так же взаимодействия сотрудников дошкольного учреждения и родителей.

Экологическое образование и физическая культура имеют общую цель: понимание ценности жизни и здоровья, формирование культуры личности, что предполагает интегрированное решение следующих основных задач.

Задачи физического воспитания      Задачи экологического воспитания

1. Формировать у дошкольников осознанное отношение к физической активности на основе освоения представлений и знаний о физической культуре. Формировать у детей дошкольного возраста умения разнообразной деятельности в природе и становлении экологически ориентированного взаимодействия с ее объектами.

2. Повышать уровень физической подготовленности на основе формирования и совершенствования двигательных умений и навыков и развития двигательных качеств и способностей. Помогать детям самостоятельно, понимать происходящие в природе процессы, явления. Учить проводить собственные исследования мира природы, обобщать накопленный материал.

3. Воспитывать потребность в здоровом образе жизни на основе формирования интересов и мотивов к физкультурным занятиям. Накапливать у детей эмоционально-позитивный опыт общения с природой. Учить ребенка осознавать себя частью природы.

Все мы знаем, что в дошкольном возрасте вырабатываются и закрепляются привычки и принципы уважительного отношения к природе, окружающему миру и людям (не бросать мусор в парках, лесу, местах отдыха, не ломать деревья и кустарники, беречь воду, не разорять птички

гнезда и т. д.). На этой ступени происходит знакомство с общей культурой поведения в природе и формируется нравственное и эстетическое отношение к ней. Очень важно вызвать у детей познавательный интерес к окружающему миру. Дети не любят сидеть на одном месте, им необходимо быть постоянно в движении. Вот тут и приходит на помощь физкультура.

На уроках физической культуры дети получают знания о своем организме, охране своего здоровья, правилах поведения в быту и в природе. Узнают, что такое здоровый образ жизни, как с помощью природных факторов закалять свой организм, ведь солнце, воздух и вода-наши лучшие друзья.

В образовательном учреждении в процессе физкультурно-экологической работы мы можем использовать такие формы работы.

Формы работы:

- Утренняя и корригирующая гимнастика
- НОД
- Прогулки
- Подвижные игры
- Спортивные праздники и Квесты.

Утренняя и корригирующие гимнастики, воспитывающие привычку к здоровому образу жизни.

Интегрированные занятия, тематические и игровые занятия, игры с экологической направленностью, викторины, экскурсии, целевые прогулки, физкультурно-экологические праздники, досуги, туристические походы и эко-квесты.

НОД:

- интегрированные занятия
- игровые занятия
- тематические занятия

Интегрированные физкультурные занятия имеют общепринятую структуру. Так, наблюдения за природными явлениями, беседы о природе проводятся в подготовительной части занятия в сочетании с ходьбой в умеренном темпе по экологической тропинке, а затем используются физические упражнения в общепринятой последовательности в соответствии с рекомендуемыми принципами распределения физической нагрузки. Также включается различные виды гимнастики (дыхательной, пальчиковой, корригирующей); обучение детей элементарным приёмам самомассажа; закаливание; профилактика плоскостопия, обучение правилам безопасного поведения в природе. Во время интегрированных занятий дети не только делают упражнения, осваивают движения, но и вспоминают известные сказки, стихи, загадки, народные приметы, считалки, отгадывают кроссворды.

Например, занятие по теме «Берегите лес».

Основная цель: это воспитание экологической культуры дошкольника.

Задачи: закрепление знаний о правилах поведения в природе;

упражнять в ходьбе и бег преодолевая препятствия;

развитие ловкости и скорости в игра-эстафетах, формировать бережное отношение к окружающему миру и друг другу.

Воспитывать интерес к ЗОЖ.

Мотивация: Звери просят помощи лес загрязнен произошла экологическая катастрофа. Здесь можно спросить, что дети знают о экологической катастрофе, что хотели бы еще узнать, как помочь беде.

В подготовительной части занятия могут применяться физические упражнения (например, ходьба в сочетании с бегом, затем проводятся природоведческие наблюдения в сочетании с тематическими упражнениями и подвижными играми- эстафетами («Собери мусор», «Сортировка мусора» (пластик, бумага, пищевые отходы); «Потушим костер» -здесь же беседа о пользе деревьев. «Эстафета посади дерево», здесь же беседа о том кто живет на деревьях птицы белки и п / игра Совушка-сова или эстафета «Собери грибы и шишки», напоминая, что лесные животные живут в лесу их нельзя ловить. Лес их родной дом. И, наконец, занятие завершается либо бегом в сочетании с ходьбой, либо наблюдениями в сочетании с ходьбой в умеренном темпе. В данном случаи игрой-викториной «Потопали-похлопали». Если правда хлопать, если нет топать.

Интегрированные занятия - соединяют знания из разных образовательных областей, дополняя друг друга. При этом на интегрированных занятиях можно решить сразу несколько задач. Опыт показал, что интегрированные физкультурно-экологические занятия оказывают положительное влияние на развитие различных сторон личности ребёнка:

Игровые занятия:

Наиболее интересной для детей является игровая форма проведения занятий. Через подбор игр дети успешно усваивают экологические знания, перевоплощаясь в различные образы живой и неживой природы. В играх ярко выражена познавательная деятельность. Во время игры «звери на прогулке» дети на себе испытывают, почему летом зверюшкам легче убежать от хищника, чем зимой. Прыгая как зайчики, они понимают, что прыгать летом по травке легче, чем зимой по снегу. В игровой двигательной деятельности, при условии оптимального сочетания нагрузок, воспитанники не утомляются, чувствуют себя свободно и естественно. Именно поэтому игровые методы физического воспитания в целом и игровые методы экологической направленности можно рассматривать как природосообразные, поскольку они соответствуют природе развития детей дошкольного возраста.

Тематические занятия:

Занятия, объединенные одной темой или сюжетом, позволяют также сочетать физическое и экологическое воспитание. Это могут быть сезонные прогулки «В осенний лес». «Зимний лес», «Весенний», где через движения закрепляются знания примет, влияние окружающей среды на человека.

Очень любят дети подвижные игры, которые можно использовать в различных режимных моментах и как физкультурные минутки и динамические паузы. В подвижных играх гармонично сочетаются физическая и психическая активность ребенка.

Например, игры по теме животные: «Мышеловка», «Хитрая лиса», «Кто где живет?», «Зайка серенький сидит», «Зайцы и лиса», «Охотники и звери», «Пастух и стадо», «Бездомный заяц». Дети знакомятся с повадками, особенностями животного мира, здесь же мы можем поговорить или закрепить знания о том, как можно заботиться о животных, какие редкие виды.

По теме птицы: «Воробушки и автомобиль», «Перелетные птицы», «Совушка», «Ястреб и голуби», «Коршун и птички», «Птицы в гнезда». Когда знакомим с птицами, их повадками, как беречь и помогать.

По теме природа: «Солнышко и дождик», «По ровненькой дорожке», «Тишина», «День ночь», «Льдинки, ветер и мороз», «Снежинки и ветер», «Листопад», «Кто вперед до дерева», «Море волнуется раз», «Караси и щука», «Земля, воздух, вода», «Рыболов».

Народные п/ игры: «Солнышко погуляй у речки», «Гори, гори ясно». «Ручеек», «Птицелов».

Игры-эстафеты: «Сбор урожая», «Собери мусор», «Юные пожарники», «Юные туристы».

Таким образом используя подвижные игры с экологической направленностью у детей, расширяется круг познавательных интересов, раскрываются творческие способности.

Прогулка – это каждый раз открытие, это свободное детское время, общение с миром, друг с другом. Прогулки имеют большое воспитательно-образовательное значение: они обеспечивают непосредственное общение детей с природой в разные сезоны, активную детскую деятельность. На основе впечатлений, полученных в процессе наблюдений, воспитывают любовь к родной природе.

И поэтому основная задача педагогической работы воспитателя на прогулке состоит в обеспечении: активной, содержательной, разнообразной, интересной для детей деятельности.

Виды прогулок:

по месту проведения:

на территории участка детского сада;

за пределами территории детского сада.

по содержанию:

традиционная;

тематическая;

целевая;

экскурсия;

туристический поход.

Прогулка это одна из самых эффективных форм организации физкультурно-оздоровительной работы. Прогулка позволяет в естественных

условиях применить и двигательный и интеллектуальный опыт и имеет очень большой оздоровительный эффект. Так наблюдения на прогулке за окружающим миром плавно может закрепляться в подвижной игре, игре-эстафете или спортивном упражнении

Целевая прогулка может иметь конкретную экологическую направленность, тогда она превращается в экологическую тропу.

Экологическая тропа позволяет более продуктивно использовать обычные прогулки с детьми для экологических занятий и одновременно для оздоровления детей на свежем воздухе. Экологическая тропа — это специальный образовательный маршрут в природных условиях, где есть экологически значимые природные объекты. Можно выделить два основных типа экологических тропинок: на территории детского сада и в природных или приближенных к ним условиях (пригородный лес, парк, сквер) На тропе можно проводить наблюдения, игры, театрализованные представления, занятия, экскурсии.

Основные критерии выбора маршрут и объектов экологической тропы-включение в неё как можно большего количества разнообразных и привлекающих внимание ребенка объектов, их доступность для дошкольников. Для экологической тропинки выбираются различные виды дикорастущих и культурных растений (деревьев, кустарников, трав, мхи, грибы на живых и мертвых деревьях, старые пни, муравейники, гнезда птиц на деревьях, микроландшафты разных природных сообществ (луга, леса, клумбы, отдельно красиво растущие растения, места регулярного скопления насекомых, небольшие водоемы, огороды, отдельные камни. Взаимодействие человека с природой (как положительное, так и отрицательное) может быть показано на примере вытоптаных участков, сломанных кормушек для птиц, замусоренных водоемов за пределами территории детского сада.

Детский туризм зарекомендовал себя, как эффективная форма активного отдыха, которая позволяет при минимальных затратах времени, увеличить резервы здоровья; восстановить силы, работоспособность, расширить функциональные возможности детского организма, обогатить двигательный опыт, пополнить объем знаний в области экологии, туризма, краеведения. Туристические прогулки имеют ни с чем несравнимый оздоровительный эффект. Интересно продуманная двигательная деятельность детей в природных условиях (походы пешком, на лыжах) развивает у дошкольников интерес к занятиям туризмом и физической культурой, повышает мотивацию на здоровье и здоровый образ жизни. Туризм как средство оздоровления характеризуется общедоступностью и рекомендован практически каждому ребёнку при отсутствии у него серьёзных патологий.

Экологическое воспитание детей средствами туристической деятельности осуществлялось через интегрированные формы детской эколого-ориентированной деятельности : познавательно-исследовательскую, познавательно-продуктивную, познавательно-игровую.

Физкультурные праздники, досуги экологической направленности совершенствуют усвоенную ранее эколого-валеологическую информацию в условиях увлекательной игровой и соревновательной деятельности.

Физкультурные праздники и досуги экологической тематики расширяют и систематизируют знания в области физической культуры и экологии, в области основ безопасности жизнедеятельности и здорового образа жизни и т. д.

Во время проведения физкультурно-оздоровительных праздников можно использовать различные подвижные игры и эстафеты с экологической направленностью: «очистим речку от мусора», «собери урожай», «экознаки». Такие эстафеты повышают познавательный интерес и показывают ребенку, что мало быть сильным и ловким, надо еще знать и грамотно применять свои знания.

Квесты с экологической направленностью, в содержание которых включаются специальные задания, требующие от детей проявления знаний и представлений о природе и основах экологической культуры. Включая в квест подвижные игры, игры соревнования или спортивные препятствия, позволяет интегрировать физкультуру и экологию. Квест становится более увлекательным и динамичным.

В целом, квест-технологии имеют ряд сходств с компьютерными играми, на основе которых они, собственно, и построены. Во-первых, это достижение конечной цели через поиск промежуточных решений. Во-вторых, это система подсказок.

На сегодняшний день, принято различать несколько видов квест-технологий

- линейные (решение одной задачи дает возможность решать следующую, т. е. задачи решаются по цепочке одна за другой); Хочу акцентировать ваше внимание на том, что ВСЕ народные сказки написаны по принципам линейного квеста: не выполнит Иванушка трёх условий – не найдет Василису... Согласны со мной?
- штурмовые (когда участники получают задачу, подсказки для её решения, но пути решения выбирают сами);
- кольцевые (по сути, тот же линейный квест только для нескольких команд, в этом случае команды участников стартуют с разных точек, и каждая идёт по своему пути к финишу).

Образовательный квест отлично решает поставленные задачи в как в экологическом воспитании детей, так и физическом развитии.

В процессе физкультурно-экологической работы сочетаются различные виды деятельности детей, в результате которых накапливается ценный опыт поведения, реализуются возможности ребенка, которые формируются и проявляются в различных видах деятельности, наполняя жизнь ребенка яркими, интересными событиями.

Педагогический процесс, построенный на принципах интеграции, способствует более тесному контакту всех специалистов. Интегрированные

занятия соответствуют одному из основных требований дошкольной дидактики: образование должно быть небольшим по объему, но емким.

Таким образом, физическая культура тесным образом переплетается с экологическим воспитанием детей. Лишь глубокие знания детей о здоровом образе жизни, влиянии окружающей среды на здоровье людей помогут им заботиться о своем здоровье и здоровье других людей.

Представляю вашему вниманию экологического квест-игру «Тайна природы».

Цель: повышение экологической культуры детей и приобщение к ЗОЖ.

Задачи:

- Формировать у детей элементарные экологические знания, учить детей правилам поведения в лесу; сформировать убеждение о бесценности природы и подвести к выводу о необходимости её оберегать.
- Формировать у детей понимание разнообразных ценностей природы.
- Развивать умение обнаруживать признаки благоприятного или неблагоприятного состояния природных объектов и их причин.
- Развивать быстроту и ловкость, ориентацию в пространстве.
- Поощрять использовать полученные умения и навыки, проявляя самостоятельность и инициативность.
- Воспитывать экологическую культуру.
- Воспитывать гуманное и бережное отношение к природе, желание помочь.
- Воспитывать навыки сотрудничества в трудовой деятельности.