

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
города Новосибирска «Детский сад №280 комбинированного вида»

ДОКЛАД

на тему:

**«Внедрение в физическое воспитание дошкольников знаний
экологического содержания»**

Подготовила: инструктор по ФК
Капранова О.Н.

г. Новосибирск, 2019г.

Физическая культура обладает большими возможностями и преимуществами перед другими видами деятельности, потому что дети любят заниматься разнообразными физическими упражнениями, которые приносят им удовольствие, развивают творчество и мышление. А если еще и в такую форму работы внедрять различные теоретические знания экологического содержания, то данная форма как физкультурно-экологическое занятие и досуг могут приносить положительные результаты: с одной стороны, дети получают необходимый уровень знаний и, с другой, будут заниматься любимым видом физических упражнений, укрепляя тем самым свое здоровье.

Как экологическое, так и физкультурное образование воспитывают в ребенке важные качества личности, необходимые ему в дальнейшей жизни и правильное отношение к экологии и физической культуре. Такое отношение может быть сформировано, если систематически, на протяжении всего пребывания ребенка в детском саду знакомить его с разнообразием физических упражнений и экологическими факторами, и проблемами, которые его окружают и демонстрируют их связь со средой обитания, вовлекают в практическую деятельность, предоставляя возможность наблюдения, обобщения.

Формирование основ экологической культуры в условиях ДОО осуществляется в различных формах: экологических занятий, наблюдений за природными явлениями, в процессе ухода за растениями и обитателями живого уголка, специально организованных игровых обучающих ситуаций, целевых экскурсий, праздников. Особое место занимают занятия интегрированного типа, предусматривающие сочетание различных видов деятельности, в том числе двигательной, игровой и творческой.

Рассмотрим **Экологическое воспитание детей дошкольного возраста в процессе занятий по физической культуре.**

Оздоровительная направленность обусловлена возможностью выбора экологически благоприятных условий проведения интегративных занятий и дней здоровья; воздействием различных постоянно изменяющихся метеорологических факторов, способствующих повышению адаптационных возможностей детского организма, обеспечением тренирующего эффекта занятий и рекомендуемого уровня двигательной активности.

Образовательная направленность заключается в формировании элементарных знаний экологического характера, являющихся исходным условием осознанно-правильного отношения дошкольников к природе; в совершенствовании у детей двигательных умений и навыков, а также в развитии двигательных и познавательных способностей.

Воспитательная направленность состоит в приобщении ребенка к широкому кругу общечеловеческих ценностей познания (приобретение новых природоведческих знаний), преобразования (природной среды и собственно себя), переживания (эстетического характера, возникающих при непосредственном восприятии природных явлений и объектов), а также в формировании интереса к систематическим занятиям физическими упражнениями.

Так *физкультурно-экологические занятия* способствуют развитию у детей познавательного интереса, активизации знаний, осознанию практической значимости изучаемого предмета.

Особенностями является следующее:

1. Проведение одного (из трех обязательных) занятия по физической культуре в форме занятия-прогулки по экологической тропе здоровья в естественных условиях природной среды. Маршрут экологической тропы определяется заранее (направление, продолжительность), который остается неизменным. Это позволяет на протяжении месяца фиксировать природные изменения, которые происходят в течение одной недели. При подготовке маршрута необходимо отметить на карте-схеме места наблюдения тех или иных природных объектов.

До начала занятий-прогулок по экологической тропе здоровья обязательно знакомить детей с нормами поведения в природной среде, являющимися элементами экологической культуры.

2. Содержание подобных занятий интегративного типа составляют физические упражнения, подбор которых обусловлен возрастом и уровнем физической подготовленности детей, а также временем года и погодными условиями. Наряду с выполнением физических упражнений в процессе занятий дети под руководством воспитателя проводят наблюдения за природными явлениями и сезонными изменениями, создаются игровые ситуации, организуются несложные опыты, знакомящие детей с экологией, используются рассказы и беседы о природе.

3. В работе по физкультурно-экологическому воспитанию предусматривается комплексное использование средств физического воспитания. В качестве физических упражнений можно использовать следующие их разновидности:

-- Дозированная ходьба в сочетании с бегом (объем нагрузки - время, длина дистанции, а также ее интенсивность - зависит от конкретных задач занятия), чтобы детей не утомляло однообразие движений использую различные виды ходьбы: с разным положением рук, высоко поднимая колени (как «аист», «журавль», «цапля»), на носках («мышки», «достанем до неба»); с подпрыгиванием до ветки; мелким и широким шагом («дикое или домашнее животное и их детеныш»: «Слон и слоненок»); в разном темпе. Незабываемое впечатление вызывает ходьба по опавшим листьям (скользящим шагом, крадучись, подкидывая листья ногами, кружась на месте)- это приводит к разным звуковым эффектам, что усиливает интерес детей к повторению.

-- Группа упражнений в основных жизненно важных двигательных действиях, таких как прыжки (с заданиями, через предметы, на выносливость, в игровой форме «Кенгуру», «Лягушки и цапля»); перелезание и подползание (в преодолении естественных препятствий: через бревно, под ветками, «осада снежной крепости»); бросание и метание (использование природных материалов - снежных комков, шишек, камешков). С удовольствием дети выполняют имитационные движения, подражая птицам, ветру, листопаду; изображая дождь, дерево, зверей.

-- Упражнения дыхательной гимнастики, способствуют формированию навыка рационального дыхания, укреплению дыхательной системы (например, "Листья шуршат", "Морозко", "Одуванчик", "Радуга, обними меня" и т.п.);

-- Сюжетные общеразвивающие упражнения с использованием образных названий упражнений, приемов имитации и подражания, для развития эмоциональной стороны

и познавательной деятельности (например, "Листопад", "Поймай снежинку", "Подснежник", "Колокольчики" и др.);

-- Подвижные игры (например, "Перелет птиц", "Льдинки, ветер и мороз", "Скворечники", "Цветы и ветерки" и т.п.). В играх уточняю, конкретизирую и обобщаю представления детей о свойствах и качествах тех или иных объектах природы (например, «На поляне»- закреплять знание о травах, деревьях, грибах, насекомых; «Под ласковой струей»-сообщение знаний о бережном отношении к водным ресурсам; «Живая и неживая природа»- сообщение знаний о значении природы для людей и бережное отношение к ней; «Воздух, вода, земля, ветер» - закрепление знаний о живой и не живой природе)

-- Эстафеты (например, "Сбор картофеля", "Слалом", "Бегущие ручейки", "Эстафета пчелок") не только повышают общую физическую подготовленность, но и позволяют обеспечить четкое, согласованное выполнение упражнений, развивая пространственные ориентировки, формируя навыки коллективных действий, дисциплинированности и организованности.

-- Сезонные упражнения спортивного характера. Невозможно усидеть в тепле, когда хрусталем сверкают снежинки, серебряным зовом кличут зимние забавы – санки, лыжи, зимние игры-забавы (снежки, скольжение по ледяным дорожкам). Весной – самокат. Летом – велосипед. Не воспользоваться этим даром – значит потерять шанс укрепить свое здоровье, обогатить ум впечатлениями, наполнить душу теплом, радостью и светом.

Подбор упражнений определяется темой занятия и взаимосвязан с содержанием природоведческих наблюдений.

4. Сочетание двигательной активности с формированием экологических знаний может быть различным: 1) наблюдения за природными явлениями могут проводиться в начале занятия в сочетании с ходьбой в спокойном темпе по тропе здоровья, а затем используются физические упражнения в общепринятой последовательности в соответствии с рекомендуемыми принципами распределения физической нагрузки; 2) физические упражнения могут предшествовать наблюдениям, проводимым в конце занятия при возвращении по тропе здоровья в детский сад; 3) в начале занятия могут применяться физические упражнения (например, дозированная ходьба в сочетании с бегом по тропе здоровья), затем проводятся природоведческие наблюдения, которые заканчиваются подобранными в соответствии с темой упражнениями и подвижными играми, и, наконец, занятие завершается либо дозированным бегом в сочетании с ходьбой, либо наблюдениями в сочетании с ходьбой в спокойном темпе.

Все три части физкультурно-экологического занятия сопровождаются рассказами и беседами воспитателя экологического содержания.

5. Формирование первоначальных знаний о природе необходимо проводить в игровой форме с учетом возрастных психологических особенностей детей (например, можно использовать персонаж кукольного театра - Лесовичка, который проводит с детьми экскурсию по "своим владениям")

6. Так как подобные занятия являются интегративными, их продолжительность несколько больше, чем обычных занятий по физической культуре, и составляет около 60 мин. Однако, поскольку в них сочетаются различные виды деятельности (как двигательной, так и умственной, игровой, творческой), это не вызывает переутомления у детей. Продолжительность физкультурно-экологического занятия, в

пределах детского сада, определяется возрастом, подготовленностью детей, погодными условиями, содержанием занятий.

Физкультурно-экологические досуги. Задача которых является создание бодрого настроения, стимулирование активности каждого ребенка с учетом его индивидуальных возможностей, предоставление возможности испытать удовольствие от двигательной деятельности. Физкультурно-экологический досуг проводится в целях закрепления знаний детьми по экологии и физической культуре и как элемент активного отдыха детей. Время проведения 25 – 30 минут в младшем дошкольном возрасте и 35 – 40 минут – в старшем.

Содержание физкультурно-экологического досуга зависит от времени года, условий проведения, возраста и уровня подготовленности детей, и по содержанию может быть различным: строится на знакомых детям подвижных играх, игровых упражнениях, на элементарных спортивных играх и упражнениях в основных движениях, включаются игры-эстафеты, игры-аттракционы. Также в содержание физкультурно-экологического досуга обязательно входят специальные экологические задания, вопросы, которые задает либо педагог, либо сказочный герой.

Вот, например, физкультурно-экологический досуг «Земля – наш общий дом. Человек – часть природы в нем» (старший возраст). Ставятся следующие задачи: закрепление навыков выполнения упражнений в беге, прыжках; воспитание чувства товарищества, дисциплинированности, уважительное отношение к соперникам; дать детям знания по экологии, о правилах поведения в природе; учить бережному отношению к природе и друг другу; развивать понимание того, что Земля - наш общий дом, человек - часть природы в нем; дать детям представление о ценности здоровья, о необходимости его сохранять.

По ходу сценария к детям приходит испачканная Бабушка «Экология» и рассказывает детям об экологических проблемах. Дети показывают какие они помощники: Эстафета «Собери мусор» и конкурс «Дружные ли вы?». Далее вбегают три разбойника – дети учат их как надо правильно себя вести в природе. Конкурс «кто сильнее?» - перетягивание каната. Разбойники исправляются, играют в игру «Ловишки» парами. Приходит Айболит – задает вопросы о здоровье, дети отвечают на вопросы, и показывают какие они здоровые и любят физкультуру – проводятся игры-эстафеты. Подводят итог и в конце общий танец.

Каждый физкультурно-экологический досуг желательно проходить под музыкальное сопровождение, чтобы воспитывать у детей выразительность движений, творчество. Создать условия, чтобы ребенок вел себя более свободно и естественно использовал двигательные умения и навыки в выполнении различных двигательных заданий, сопровождаемые передачей ему знаний экологического содержания.

При планировании физкультурно-экологического досуга ставятся задачи не обучения, а совершенствования, закрепление изученного материала. Разнообразие основных видов движений дает возможность развивать и совершенствовать быстроту, ловкость, силу, выносливость и гибкость, формировать нравственно-волевые качества у дошкольников: целеустремленность, настойчивость, выдержку, смелость и др.

Обучающие задачи ставятся только в отношении знаний по экологии. На первый план выходят задачи оздоровительные и особенно воспитательные (например, воспитывать в детях бережное отношение к природе, задуматься о состоянии нашей планеты, способствовать становлению у детей ценностей здорового образа жизни).

В каждом физкультурно-экологическом досуге, также, как и в занятии имеется подготовительная часть, в которой проводится разминка в виде ходьбы, бега, прыжков, строевых упражнений, элементы здоровьесбережения (пальчиковый игротренинг, гимнастика для глаз, упражнения для профилактики плоскостопия, различные виды массажа, дыхательные упражнения, упражнения для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата и др), необходимо, чтобы каждый ребенок использовал свой двигательный опыт.

Основная часть физкультурно-экологического досуга состоит из знакомых детям видов физических упражнений и очень важно, при подборе заданий учитывать индивидуальные способности детей и их подготовленность. Физкультурно-экологические досуги проводятся по единому сюжету, что позволяет вызвать у детей положительный эмоциональный отклик на спортивные упражнения, повысить интерес к двигательной активности.

Обязательно, в досуге имеется заключительная часть, где проводятся спокойные игры, танцы, в сопровождении с песнями.

Физкультурные досуги способствуют решению следующих задач:

- сохранению и укреплению здоровья детей;
- формированию потребности в двигательной активности;
- закреплению основных видов движений у дошкольников, развитию двигательных навыков и формированию физических качеств;
- профилактике нарушений опорно-двигательного аппарата, зрения, простудных заболеваний;
- обучению элементам самомассажа;
- формированию навыка правильного дыхания;
- развитию эмоционально-волевой сферы и игровой деятельности.

Тематика досугов разнообразна. В младшем дошкольном возрасте физкультурно-оздоровительные досуги строятся в основном по сюжетам русских народных сказок, хорошо знакомых детям, а в старшем дошкольном возрасте могут быть тематическими. Так, например, ко Дню Победы проводилась “Зарничка”, в Новогодние каникулы – “Коляда”, “Зимняя Олимпиада” и другие.

Беседа экологического содержания. Беседы проводятся в свободное от занятий время, во время экскурсий, походов, прогулок, применяя их с различными целями: для возбуждения интереса к предстоящей деятельности (например, перед наблюдением), для уточнения, углубления, обобщения и систематизации знаний детей о природе, о здоровом образе жизни, о пользе физической культуры. Так, например, беседы по экологии «Чистый и загрязненный воздух», «Планета Земля в опасности» - имеют цель дать определенный уровень знаний о науке экологии, дают представления о воздухе, воде, земле; «Природа и человек», «Учись правильно вести себя в природе» - о необходимости бережного отношения к чистоте природы ради блага всего живого на Земле, формирование у детей знаний о сущности взаимодействия человека и природы, о влиянии загрязнений на жизнь растений и животных.

Ход беседы строится на рассказе воспитателя, с целью сообщения детям новых, неизвестных им ранее фактов экологического содержания. На вопросах, помогающих выяснить интересы детей, их знаний, по обсуждаемой проблеме, степень усвоения этих знаний и ответов детей, которые уточняют, расширяют знания, представления о существующих проблемах, ситуациях, происходящих в экологии, в здоровье и в жизни. Как отмечает Л.А.Каменева, Н.Н Кондратьева, рассказ требует от педагога

определенных знаний о природе, наблюдательности, выразительности речи. Он должен быть эмоциональным, красочным, образным, привлекать внимание детей, будить их воображение, чувства. В конце беседы всегда обращаюсь к детям с призывом, с просьбой любить природу, беречь ее, помогать ей.

Одной из ведущих форм физкультурно-экологической работы являются *прогулки-походы, экскурсии*. Цель которых, не только развития двигательных способностей детей, путем разнообразия физических упражнений, совершенствования их в естественных природных условиях, обогащая двигательный опыт, направленных на укрепление здоровья, но и формирования экологических знаний, становления у детей познавательного, эмоционально-нравственного, практически-деятельного отношения к окружающей среде и своему здоровью.

По отношению к детям нужно придерживаться одного правила: чем больше свободы в движениях и поведении мы предоставляем детям, тем ярче будут их впечатления, тем больше пользы принесет им путешествие.

Во время таких прогулок в природу нужно подталкивать детей проявить свое «я» перед другими – найти красивый камешек, самую большую шишку, выучить какое-нибудь сложное движение, выполнить интересный рисунок на песке, выделиться в соревновании и так далее.

Одной из задач прогулок-походов является бережное отношение к окружающей среде. Нельзя быть настоящим хозяином на Земле без любви к природе. Поэтому необходимо учить не только необходимости бережного отношения к каждой травинке, цветку, кустику, но и показывать собственным примером, привлекая детей к участию в практических делах по охране природы, чтобы дети постигли истину – там, где побывал человек, должна оставаться чистота.