

УДК 372.363

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ПРОГРАММЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Сидорова Т.В.

ФГАОУ ВО «Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского», Арзамас, Россия (607220, Арзамас, ул. К. Маркса, 36), e-mail: arzamas.tv@mail.ru

В статье представлена программа физкультурно-экологической работы в дошкольном образовательном учреждении. Программа содержит методические материалы по организации и проведению физкультурно – оздоровительной работы экологической направленности. Методические материалы разработаны для детей дошкольного возраста и имеют цель – воспитание экологической образованности и культуры, формирование нравственно-эмоциональных установок и принципов, необходимого запаса знаний в процессе занятий физическими упражнениями. Представленная программа построена на организации взаимодействия дошкольников с природой ближайшего окружения, познания того, что живет рядом с ребенком, в процессе занятий физическими упражнениями. Программа физкультурно – экологической работы имеет определенные задачи, главной из которых является интеграция физической культуры и экологического образования на основе сохранения и укрепления здоровья детей дошкольного возраста. В результате освоения данной программы дошкольники смогут повысить уровень, экологической культуры и образования, который выражается, прежде всего, в сохранении, укреплении своего здоровья, благодаря занятиям физическими упражнениями и приобретая в процессе таких занятий уровень теоретических экологических знаний.

Ключевые слова: дошкольники, природа, экология, экологическое образование, физическая культура, занятия, досуги, беседы.

INSTRUCTIONAL MATERIALS PROGRAM OF PHYSICAL TRAINING AND ENVIRONMENTAL WORK IN THE PRESCHOOL

Sidorova T. V.

Lobachevsky State University of Nizhniy Novgorod, Arzamas branch Abstract. Arzamas, Russia (607220, Arzamas, st. Karl Marx, 36), e-mail: arzamas.tv@mail.ru

The article presents the program of physical training and environmental work in preschool educational institution. The program contains training materials for the organization and conduct of sports and recreation activities in ecology. Instructional materials designed for children of preschool age and have a goal – the education of environmental education and culture, the formation of moral and emotional attitudes and principles required in the stock of knowledge in the process of physical exercises. The presented program is based on the organization of interaction of preschool children with nature inner circle, knowing that lives near the child, in the process of physical exercises. The program of physical training and environmental work has certain challenges, chief of which is the integration of physical education and environmental education through the preservation and strengthening of health of children of preschool age. As a result of adopting this program, preschoolers will be able to raise the level of ecological culture and education, which is expressed primarily in the preservation, strengthening their health through physical exercises and acquiring in the course of such lessons, the level of theoretical ecological knowledge.

Keywords: preschool children, nature, ecology, environmental education, physical education, lesson, leisure, conversation.

Представленная программа построена на организации взаимодействия дошкольников с природой ближайшего окружения, познания того, что живет рядом с ребенком, в процессе занятий физическими упражнениями. Взрослый (воспитатель, инструктор по физической культуре, эколог или родители) должен показать детям разнообразие природных явлений, помочь понять, что все живое имеет потребности, которые могут быть удовлетворены хорошими условиями внешней среды. Человек (ребенок или взрослый) играет важную роль в

поддержании, сохранении или создании таких условий для живых существ, обитающих по соседству.

Материалы и методы исследования

Программа физкультурно-экологической работы для детей дошкольного возраста имеет цель – воспитание здорового, жизнерадостного ребенка, физически совершенного, гармонически и физически развитого, воспитание у него экологической образованности и культуры, формирование нравственно-эмоциональных установок и принципов, необходимого запаса знаний в процессе занятий физическими упражнениями.

Исходя из этого, программа ставит следующие задачи: Формирование осознанного отношения к физической культуре на основе освоения знаний и представлений о физической культуре; систематическое повышение знаний экологических проблем педагогами; овладение методами экологического образования, совершенствование экологической пропаганды среди родителей; воспитание у детей потребности в физическом совершенствовании на основе формирования интересов и мотивов к занятиям физическими упражнениями; интеграция физической культуры и экологического образования на основе сохранения и укрепления здоровья детей дошкольного возраста; в процессе занятия физическими упражнениями повышение уровня функционального состояния и физической подготовленности на основе формирования и совершенствования двигательных умений и навыков, развитие двигательных качеств и способностей; осуществление систематической работы с детьми по повышению уровня экологической грамотности и постоянное ее совершенствование.

Учебная работа по программе физкультурно-экологической работы в ДОУ предусматривает регламентированные, частично регламентированные и свободные формы занятий. Основные теоретические сведения сообщаются воспитателями на занятиях (один раз в месяц), в процессе двигательной деятельности, организуемой совместно с инструктором по физической культуре. Занятия в спортивном зале (одно занятие), занятия, проводимые на свежем воздухе (девять занятий), так как в данной форме работы удобно наблюдать, видеть и понимать экологические ситуации и проблемы, а также укреплять здоровье. Тематические физкультурно-экологические досуги способствуют созданию бодрого настроения, стимулирование активности каждого ребенка с учетом его индивидуальных возможностей, предоставление возможности испытывать удовольствие от двигательной деятельности, испытывать радость от командных действий (пять раз в год). Беседа экологического содержания применяется с целью возбуждения интереса к предстоящей деятельности и для уточнения, углубления, обобщения и систематизации знаний детей об экологии, формирование отношения к экологии (пять раз в год).

Результаты и обсуждение

Планирование различных видов занятий учитывает специфику образовательного процесса в дошкольном учреждении. Наибольшее количество времени на освоение программного материала приходится на сентябрь (два занятия и одна беседа: физкультурно-экологическое занятие в спортивном зале, одно физкультурно-экологическое занятие на свежем воздухе и одна беседа, когда требуется сформировать начальные представления детей о науке экологии), ноябрь (одно занятие на свежем воздухе, один физкультурно-экологический досуг, одна беседа, так как начинается зимнее время и много занятий и досугов посвящено зимней тематике, и удобно наблюдать негативные проявления экологических проблем); октябрь, декабрь, февраль, апрель – количество времени распределилось по равному (по одному занятию на свежем воздухе и по одному физкультурно-экологическому досугу), ноябрь, январь, март, май – проводятся экологические занятия на свежем воздухе и по одной беседе. Освоение программы заканчивается в мае месяце (начало), на июнь работа не планируются.

Требования к уровню знаний детей, полученных в результате прохождения программы физкультурно-экологической работы:

- могут дать определение науке экологии; знают, кто вредит экологии; как охранять природу; для чего людям вода, воздух, земля; понимают смысл занятий физкультурой; могут рассказать полезность физкультуры для здоровья.

Физкультурно-экологическое занятие в спортивном зале

На занятии воспитатель в доступной и интересной для детей форме рассказа излагает основные положения темы, инструктор по физической культуре закрепляет знания детей в двигательной деятельности.

Тематический план

1. Сентябрь - «Здоровье – бесценный дар».

Содержание

Сентябрь: **Основные теоретические положения, рассмотренные на занятии.** Какого человека называют здоровым? Что нужно, чтобы стать здоровым? Как стать закаленным? **Закрепление знаний в двигательной деятельности.** Профилактические упражнения: 1. «Собачка-такса». 2. «Небо – земля». Ходьба, бег на выносливость. Обучение правильному дыханию. Методические рекомендации.

Физкультурно-экологические занятия на свежем воздухе

Большая часть занятий (девять занятий) проводится на свежем воздухе. Коротко, в течение пяти минут, воспитатель сообщает детям основные положения темы экологического содержания, вводит детей в атмосферу предстоящих событий, после этого инструктор по

физической культуре (совместно с воспитателем) закрепляют знания детей в двигательной деятельности сюжетного характера, связанные с вопросами, обсуждаемыми в начале занятия. В конце каждого занятия воспитатель и инструктор по физической культуре намечают методические рекомендации, выполнение которых обязательно. Физкультурно-экологические занятия на свежем воздухе проводятся в соответствии с тематическим планом.

Тематический план

Сентябрь - Значение природы для людей; Октябрь - «Вода – природный источник»; Ноябрь - «Зимой на воздухе»; Декабрь - «На санках»; Январь - «Я и мои спортивные родители»; Февраль - «Природа в опасности»; Март - «Живая и неживая природа»; Апрель - «Среди красок природы»; Май - «Под ласковой струей».

Содержание

Сентябрь: **Основные теоретические положения, рассмотренные на занятии.** Какое значение имеет природа для людей. Природа в опасности. Как люди охраняют природу? Как сберечь чистоту воздуха, воды? Какого человека называют здоровым? Как правильно питаться? Полезна ли физкультура для здоровья? Кто в ответе за планету? **Закрепление знаний в двигательной деятельности.** Ходьба в среднем темпе; создание образа в движении; импровизированные движения детей; хороводный танец.

Октябрь: **Основные теоретические положения, рассмотренные на занятии.** Что такое вода? Какая чистая, а какая грязная вода? Откуда можно пить воду? Как беречь воду? Чистая вода – богатство? Вода есть природный источник? **Закрепление знаний в двигательной деятельности.** Длительный бег; воспитание выносливости; упражнение на расслабление; упражнения для профилактики плоскостопия; игры-забавы.

Ноябрь: **Основные теоретические положения, рассмотренные на занятии.** Что такое естественная природа? Что называется природой? Что дает нам природа? От чего зависит окружающая среда? **Закрепление знаний в двигательной деятельности.** Ходьба, скольжение по ледяным дорожкам; игры-забавы: «Скатывание шаров», «Гонки снежных комков», «Осада снежной крепости»; медленный бег. Методические рекомендации.

Январь: **Основные теоретические положения, рассмотренные на занятии.** Почему грязный снег? Что происходит с людьми, которые дышат грязным воздухом? Зачем людям чистый воздух? Кто загрязняет воздух? Как оградить людей от плохого воздуха? Что такое здоровый образ жизни? **Закрепление знаний в двигательной деятельности.** Бег в среднем темпе с родителями; полоса препятствий: санки, снежный вал, ледяная горка; игры-эстафеты: «Парные гонки на санках», «Чья пара победит», «Кто быстрее взберется на ледяную горку»; общий танец. Методические рекомендации.

Февраль. **Основные теоретические положения, рассмотренные на занятии.** От какого состояния тяжело природе? Почему загрязняются воздух и вода? Как охранять природу? Кто такой эколог? **Закрепление знаний в двигательной деятельности.** Длительный бег; развитие общей выносливости; перелезание через бревно; упражнения через препятствия; создание образа в движении.

Методические рекомендации.

Март. **Основные теоретические положения, рассмотренные на занятии.** Какая природа нас окружает? Чему учит нас наука экология? Как человек относится к природе? Что такое живая и неживая природа? Какое значение имеет природа для жизни? **Закрепление знаний в двигательной деятельности.** Эстафетный бег, прыжки через бревно, игра-эстафета: передача камня двумя руками. Методические рекомендации.

Апрель. **Основные теоретические положения, рассмотренные на занятии.** Что было бы, если не было бы воды, почвы, воздуха? Где чище воздух – в лесу, в городе? Для чего нужна физкультура? Беречь и любить природу. **Закрепление знаний в двигательной деятельности.** Ходьба продолжительная в среднем темпе; формирование у детей создавать образ в движении; длительный бег.

Май: **Основные теоретические положения, рассмотренные на занятии.** Для чего людям вода? Кто загрязняет водоемы? Полезна ли чистая вода? Как беречь водоемы? **Закрепление знаний в двигательной деятельности.** Бег, ОРУ с элементами имитации; бег в среднем темпе. Методические рекомендации.

Физкультурно-экологические досуги

Физкультурно-экологические досуги предполагают закрепление знаний детьми по экологии и физкультуре, как момент активного отдыха, в конце месяца и снятие отрицательных эмоций.

Тематический план

Октябрь - «Земля – наш общий дом, человек – часть природы»; Ноябрь - «Вот труба – над нею дым»; Декабрь - «Чтобы нам не болеть»; Февраль - «Туристы»; Апрель - «Экологический лабиринт».

Содержание

«Земля – наш общий дом, человек – часть природы».

Что такое экология? Кто виноват в плохой экологии? Как нужно вести себя в природе? Как беречь свое здоровье?

Игры-соревнования на основе упражнений, входящих в программу физкультурных занятий «Дружные ли вы», «Кто сильнее», игры-аттракционы: прыжки с мячом между ног, бег с ложками в них маленький мяч.

«Вот труба – над нею дым».

Картинки, фотографии, изображающие экологическую катастрофу. Кто загрязняет воздух? Что будет, если город будет постоянно грязным? Как сделать все чистым?

Игры-забавы на основе спортивных соревнований: «Быстрые ручки», «Бег в мешках», «Кенгуру», «Кто первый». Подвижные игры.

«Чтобы нам не болеть».

Живая и неживая природа. Что такое окружающая среда? Природа помогает быть здоровым? Что вредит здоровью? Что нужно делать, чтобы сохранить природу? Кто загрязняет окружающую среду? Для чего нужны занятия физкультурой? Беречь природу – значит беречь свое здоровье. Что дает нам природа?

Игры-аттракционы: «Кто скорее до цели», Чья команда лучше сделает ласточку». Игра «Живая и неживая природа», «Лягушки и цапля».

«Туристы».

Правила поведения в природе. Ценность здорового образа жизни. Занятия спортом (туризм) полезны для здоровья человека.

Игры-забавы: «Пешком по стене», «Перекасти поле», «Через речку вплавь на спине».

Элементы спортивных игр: волейбол. Игры-эстафеты.

«Экологический лабиринт».

Отгадка пословиц и поговорок. Чтение стихов о физкультуре. Рассказ о гигиенических навыках, правилах гигиены. Загадки и пословицы экологического содержания.

Игры-аттракционы: «Галки на велосипедах», «Проползи – не урони», «Отдели фасоль от гороха».

Беседы экологического содержания

Беседы на экологическую тематику предполагают сообщение детям новых знаний, неизвестных ранее фактов экологического неблагополучия и планируются в свободное время от занятий.

Тематический план

Сентябрь - «Чистый и загрязненный воздух»; Ноябрь - «Планета Земля в опасности»;

Январь - «Наука о доме»; Март - «Природа и человек»; Май - «Учись вести себя правильно в природе».

Содержание

«Чистый и загрязненный воздух».

Где воздух чище? Что делать, чтобы воздух стал чище? Как очистить воздух дома, в детском саду? Что такое очиститель воздуха?

«Планета Земля в опасности».

Планета Земля – огромный шар. Почему Планета Земля в опасности? Знаете ли вы сигналы бедствия? Как помочь Планете? Из-за чего страдает здоровье людей? Что такое заповедник? Что нужно, чтобы сохранить природу? Правила поведения детей в природе.

«Наука о доме».

Что такое плохая экология? Экология – наш дом, в нем должно быть чисто и уютно. Что такое окружающая среда? Обсуждение беседы. Задание на дом. Рисование. Экскурсия в ближайший район.

«Природа и человек».

Была бы жизнь, если не было воды, почвы, воздуха? Бережное отношение к первозданной чистоте природы. Кто загрязняет экологию? Лес – бесценная кладовая природы. Интеллектуальная игра.

«Учись вести себя правильно в природе».

Роль природы в жизни человека. Охрана окружающей среды. Правила поведения в природе детей и родителей. Дидактическая игра «Природа и человек».

Заключение

Реализация данной программы повышает уровень экологической культуры и образования взрослых (воспитателей, экологов, инструкторов по физической культуре, родителей), обеспечивает сдвиг в уровне экологической образованности и воспитанности дошкольников, который выражается, прежде всего, сохраняя, укрепляя ее богатство и свое здоровье, благодаря занятиям физическими упражнениями и приобретая в процессе таких занятий уровень теоретических экологических знаний.

Список литературы

1. Сидорова Т.В. Физкультурно-оздоровительная работа экологической направленности в дошкольных образовательных учреждениях : дис. канд. пед. наук : 13.00.04 СПб., 2006 201 с. РГБ ОД, 61:07-13/95
2. Сидорова Т.В. Программа физкультурно-экологической работы в дошкольном учреждении// Педагогический практикум.- Чебоксары: ЧГПУ, НИЦ «Articulus – инфо», 2014. - С. 98-105.
3. Сидорова Т.В. Деятельность дошкольного учреждения по интеграции экологического и физкультурного образования дошкольников // Лихачевские чтения 2013: Декларация прав культуры Д.С. Лихачева и проблема современного общества: наука, образование, культура, духовность. – Чебоксары: ЧГПУ, НИЦ «Articulus – инфо», 2014. - С.118-123.

4. Сидорова Т.В. Интеграция познавательной и двигательной деятельности детей дошкольного возраста // НПЖ Приволжский научный вестник. - № 12.- 2013.- С. 128-134.
5. Сидорова Т.В. Теоретические аспекты методики физкультурно-оздоровительной работы экологической направленности в дошкольных учреждениях // Теоретические и практические аспекты развития современного образования: Материалы IV Международной заочной научно-практической конференции. – Чебоксары: ЧГПУ, НИЦ «Articulus – инфо», 2014. – С. 227-231.

Рецензенты:

Щелина Т.Т., д.п.н., профессор, Арзамасский филиал ФГАОУ ВО «Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского», г. Арзамас;

Фролов И.В., д.п.н., профессор, Арзамасский филиал ФГАОУ ВО «Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского», г. Арзамас.