

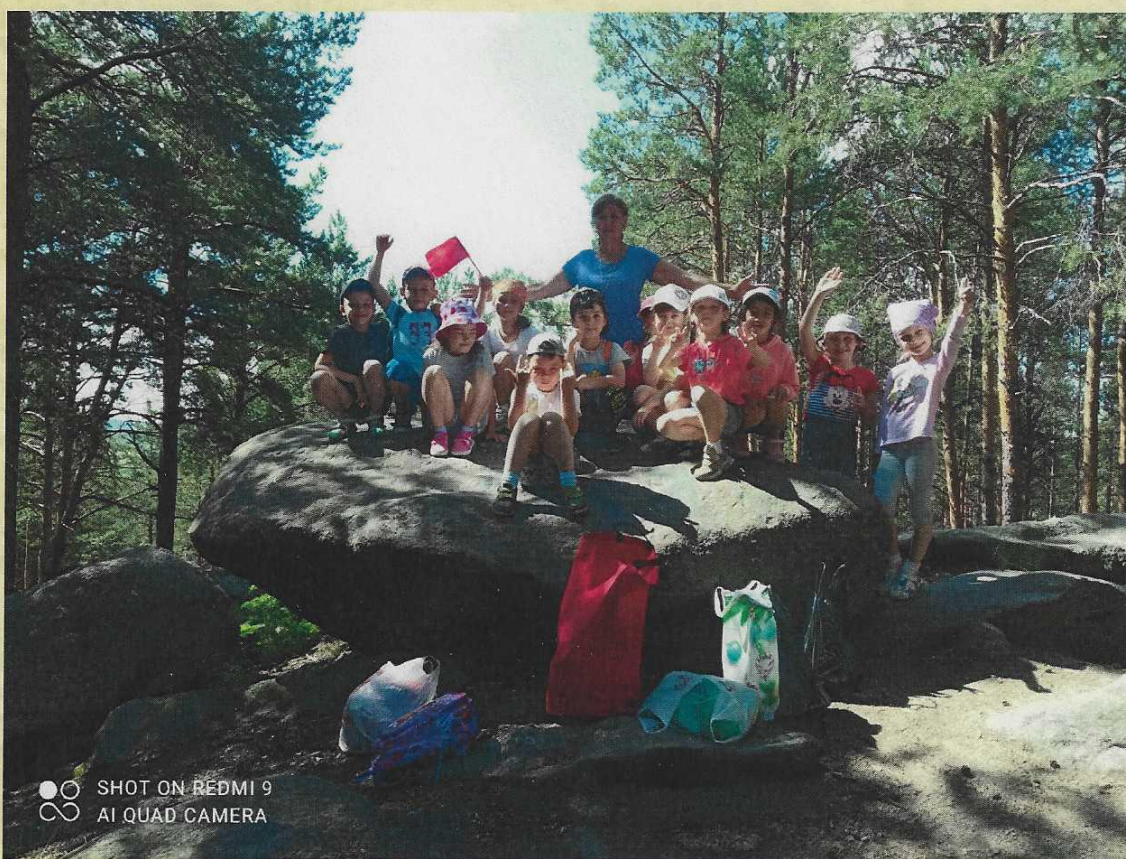
Физическая культура как средство экологического воспитания дошкольников

Есть особая наука, которая исследует, каким образом растения и животные связаны друг с другом, как они приспособлены к окружающей их природе и как сами они влияют на эту природу. Наука эта зовется **ЭКОЛОГИЯ**. Ее название произошло от древнего греческого слова «*ойкос*», что значит «дом». Ведь природа — это общий дом и для растений, и для животных, и для людей. Эта наука не только помогает нам понять природу, но и учит, как её беречь. **Здоровая экология - это здоровый человек.**



Проблема формирования **экологической культуры** решается путем передачи биологических 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 развивать и расширять знания по **экологии**. Повышение эффективности образования детей в области **физической культуры и в области экологии** возможно путем интеграции этих предметов. Достичь этого можно за счет использования на занятиях **физкультурой различных средств и методов**: игры с **экологической направленностью**, различные конкурсы, викторины, экскурсии и походы.



В младшем **дошкольном** возрасте вырабатываются и закрепляются привычки и принципы уважительного отношения к природе, окружающему миру и людям (не сорить на улицах, не ломать деревья и растения, экономить воду и т. д.). Вырабатываются привычки соблюдения правил

личной гигиены. На этой ступени происходит знакомство с общей картиной мира и формируется нравственное и эстетическое отношение к нему. Поэтому важно пробудить интерес к окружающему миру. Дети не любят сидеть на одном месте, они постоянно хотят чего-то нового и неизвестного. Вот тут- то и приходит на помощь **физкультура**.



На занятиях **физической культуры** дети получают знания об организме, охране своего здоровья. Узнают, что такое здоровый образ жизни. Дети узнают, как с помощью природных факторов закалять свой организм.



При воздействии неблагоприятных факторов внешней **среды** (*перепад температуры, сильный ветер, снег и т. д.*) укрепляется иммунитет. Происходит адаптация организма к условиям внешней **среды** (*процессы терморегуляции*). Занятия **физическими** упражнениями стимулируют умственную деятельность.

При движении (*выполнении различных упражнений на воздухе*) происходит взаимодействие организма с окружающей **средой**, происходит приспособление к изменяющимся условиям.



На экскурсиях и в походах дети учатся быть внимательнее к хрупкой и уязвимой природе. Наиболее часто мы используем такие темы: «поиск осенних примет», «парк зимой», «осенний лес» и т. д.

Во время **физкультурно-оздоровительных праздников** проводим различные эстафеты: «сбор мусора», «собери урожай», «знаки» и т. д. Такие эстафеты повышают интерес и показывают ребенку, что мало обладать сильными мышцами, надо еще уметь думать и грамотно применять свои знания. Так, например, в эстафете «знаки», участникам предлагается из множества нарисованных знаков выбрать правильные, определить что можно делать а что нельзя. Нельзя, например, бросать мусор в речку, разрушать птичьи гнезда и т. д. Можно вешать кормушки, поливать растения и т. д.

Как видим из вышеизложенного, **физическая культура** может не только развивать **физические качества**, но и закреплять знания полученные на других предметах. 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. Использование игровых упражнений, кроме радостного настроения и мышечной нагрузки, дают возможность ребенку свободно выражать свои эмоции, обретая открытость и внутреннюю свободу.

Исходя из многолетней практики установлено, что дети на 40-50% лучше усваивают учебный материал во время занятий **физической культурой**, чем сидя за партой.. так как **физические** упражнения улучшают работу всех органов и систем - двигательной, нервной, сенсорной и т. д. Наша цель – добиваться высоких результатов в **физкультурно-экологической работе**.

