

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Тульской области

Комитет образования администрации муниципального образования Узловский район

МКОУ "Центр образования Смородинский"

РАССМОТРЕНО

Педагогическим
советом

И.В.Попович
Протокол № 1
от «31» августа 2023г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по
УВР

М.В.Буланкина
Приказ № 144-д
от «31» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

И.В.Попович
Приказ № 144-д
от «31» августа 2023 г.

Рабочая программа дополнительного

«Мы туристы»

Возраст обучающихся: 5-7 лет
Составитель: воспитатель
Иванина Н.В.

С.Смородино 2023

Содержание

1. Пояснительная записка
2. Направленность
3. Новизна программы
4. Актуальность программы
5. Цель программы
6. Задачи программы
7. Отличительные особенности программы
8. Особенности детей 5-7 лет
9. Принципы реализации программы
- 10.Сроки реализации программы
- 11.Формы занятий
- 12.Принципы и формы детского туризма
- 13.Режим занятий
- 14.Ожидаемые результаты
- 15.Снаряжение туристов
- 16.Одежда туристов
- 17.Учебно-тематический план
- 18.Список литературы

«Зовите меня варваром в педагогике, но я вынес из впечатлений своей юности, что день, проведенный ребёнком среди рощ и полей... заменяет много недель на учебной скамье».
К.Д.Ушинский

Пояснительная записка.

Направленность программы:

Дополнительная образовательная программа «Мы – туристы» по содержанию является туристско-краеведческой, по форме организации – кружковой, по времени реализации -одногодичной.

Новизна программы:

Особенностью данной программы является описание системы работы по детскому туризму на площадке детского сада и в лесном массиве для воспитанников ДООУ и их семей. Она раскрывает педагогическую технологию формирования у детей старшего дошкольного возраста представлений об основах пешего туризма как в непосредственно образовательной деятельности, так и в совместной деятельности ребенка и взрослого.

Актуальность программы:

Проблема физического развития и сохранения здоровья детей как никогда актуальна. Состояние здоровья подрастающего поколения в настоящее время вызывает особую озабоченность государства и общества. Первой среди задач ФГОС ДО, направленной на реализацию данного Стандарта – охрана и укрепление физического и психического здоровья детей. Необходимость поиска эффективных путей сохранения здоровья и оздоровления детей приобретает первостепенную социальную значимость, поэтому наше дошкольное учреждение определило как одно из приоритетных направлений своей работы физическое развитие дошкольников.

Так как ДООУ расположено в частном секторе, недалеко есть лесные массивы, мы решили, что наиболее целесообразно будет использование такой формы работы, как туризм.

Детский туризм – эффективное средство гармоничного развития дошкольников. С 5-6 лет дети участвуют в экскурсиях, целевых пеших прогулках, походах, экспедициях.

Проблема организации детского туризма в дошкольном учреждении актуальна на сегодняшний день. Специалисты считают, что в перспективе детско-юношеский туризм может и должен стать одним из приоритетных направлений туризма в России, а начальное овладение навыками пешего туризма в дошкольном возрасте позволит привить ребятам культуру здорового образа жизни.

Педагогическая целесообразность:

Доказано, что ребенок дошкольного возраста повторяет модель поведения родителей. Детский сад выполняет социальный заказ государства на всестороннее развитие ребенка, но без совместных усилий родителей и педагогов задача сохранения его здоровья и физического развития не может быть решена в полном объеме. Помимо недостатков физического здоровья дошкольников на первый план выходит и эмоциональное благополучие многих детей, дефицит общения с близкими людьми.

Для решения этих проблем была введена в практику работы ДОУ эффективная форма взаимодействия с семьей – детский туризм, который естественным образом сплачивает взрослых и ребят. Участие родителей в подготовке туристического снаряжения и проведение туристических слетов и праздников, совместные пешие походы позволяют детям, родителям и педагогам быть вместе, гордиться совместными достижениями, вести активный, здоровый образ жизни.

Данная программа также ориентирована на региональный компонент основной общеобразовательной программы: знакомство с малой родиной, особенностями ландшафта, животного и растительного мира, природоохранной деятельностью людей. Это способствует формированию у детей интереса к родному краю. Закрепляются практические навыки безопасного для природы и человека поведения, создаются условия для развития чувственного опыта познания окружающего мира, эстетического видения природы. Организация посещений мест боевой и воинской славы прививает чувство гордости за наше Отечество, пробуждают желание служить своей родине.

Имеются серьезные предпосылки для активной мыслительной деятельности дошкольника. Это и решение проблемных ситуаций, и виртуальные путешествия и экскурсии, опыты, ориентировка по карте, схеме, и разнообразные практические упражнения, исследовательская и краеведческая деятельность; формируется умение получать информацию, сравнивать и обобщать ее, нестандартно мыслить, самостоятельно делать выводы.

Дошкольникам предлагаются творческие задания, которые помогают ребенку осмыслить полученные знания, внести свой личный опыт в выполнение творческой работы, передать свое чувственное отношение к происходящему событию.

Рефлексия (самоанализ) предполагается на всех этапах как образовательной, так и практической деятельности. Это нужно, чтобы ребенок осознал порог сложности выполненного им задания, имел возможность оценить результат по отношению к своим предыдущим достижениям. Происходит своеобразный понятийный зачет, служащий сигналом воспитателю: понята ли рассматриваемая тема его подопечными.

Физическая и морально-волевая подготовка помогает детям лучше адаптироваться к конкретным социальным условиям, в разных жизненных ситуациях вести себя более взвешенно, спокойно и уверенно, опираясь на свой личный опыт, полученный в походной жизни, которая приучает не бояться трудностей, позволяет выполнять в походе разные социальные роли. Общение с людьми различных возрастов и характеров способствует приобретению детьми коммуникативных навыков. Организм ребенка закаляется в естественной среде.

Старшие дошкольники – самый пытливый и любопытный народ. Им все занятно в этом мире, высок их познавательный интерес, желание научиться новому, им пока еще интересно быть рядом со взрослыми. Важно не упустить этот период, позволяющий заложить основы здорового образа жизни и нравственных начал.

Цель программы:

Сформировать ценностное отношение к здоровому образу жизни у детей 5-7 лет в процессе организации занятий пешим туризмом.

Задачи:

Решение задач физического воспитания осуществляется в форме активного отдыха, в котором туризм представлен как дальние пешеходные (лыжные) прогулки в днях здоровья; туристских эстафет, туристских полос препятствий в физкультурных

досугах и праздниках.

Таким образом, применение экскурсий, прогулок, прогулок – походов могут решать различные **задачи**:

- оздоровление детского организма,
- совершенствование двигательных навыков,
- развитие физических качеств (сила, ловкость, быстрота, выносливость),
- развития координационных способностей,
- развитие нравственных качеств: самостоятельности, чувство ответственности, отзывчивости, взаимовыручки и умения преодолевать трудности,
- развитие познавательных способностей – ознакомление с природой,
- воспитание бережного отношения к ней,
- изучение ближайшего социального окружения,
- воспитание любви к родному краю.

Отличительные особенности данной программы от уже существующих в этой области заключается в том, что инструктивно-методический материал позволяет организовать с дошкольниками физкультурно-оздоровительную работу с учетом современных подходов в сочетании с краеведческой и исследовательской деятельностью ребенка.

Содержание курса объединено в 8 тематических модулей, каждый из которых реализует отдельную задачу. Все тематические модули предусматривают не только усвоение теоретических знаний, но и формирование деятельностно-практического опыта. На занятиях дошкольники получают сведения не в готовом виде, а устанавливают источник и условия их происхождения.

Федеральный закон от 25 декабря 2012 года №257-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в РФ»» рассматривает физическую культуру и спорт как важнейшее средство укрепления здоровья, профилактики заболеваний, поддержание высокой работоспособности человека, воспитание патриотизма граждан, подготовки их к защите Родины.

В наши дни теоретическая и практическая задача оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении – это внедрение инновационных подходов к сохранению и укреплению здоровья малышей.

На мой взгляд, наиболее эффективный метод, который сочетал бы теоретическую и практическую направленность решения данной проблемы – туризм, как самая оптимальная форма работы по формированию основ здорового образа жизни у старших дошкольников.

Прогулки и экскурсии, походы по лесопарковой зоне с детьми старшего возраста позволяют в комплексе решать задачи укрепления детей, физического, экологического и патриотического воспитания. Кроме того, туристический поход – это своеобразный мониторинг, позволяющий оценить результативность педагогического процесса по формированию основ здорового образа жизни, интереса к досуговой деятельности, по приобщению детей к экологическому краеведению.

В конспектах изложен объёмный материал, который реализуется в разных видах деятельности дошкольника (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкальной, художественной, чтении).

В основу планирования содержания работы по ознакомлению дошкольников с основами пешего туризма положен принцип повторяемости и усложнения.

Возраст детей, участвующих в реализации данной образовательной программы: от 5 до 7 лет.

Особенности детей 5-7 лет.

Дети шестого года жизни уже могут распределять роли до начала игры и строить свое поведение, придерживаясь роли. Игровое взаимодействие сопровождается речью, соответствующей и по содержанию, и интонационно взятой роли. Речь, сопровождающая реальные отношения детей, отличается от ролевой речи. Дети начинают осваивать социальные отношения и понимать подчиненность позиций в различных видах деятельности взрослых, одни роли становятся для них более привлекательными, чем другие.

При распределении ролей могут возникать конфликты, связанные с субординацией ролевого поведения. Наблюдается организация игрового пространства, в котором выделяются смысловой «центр» и «периферия». (В игре «Больница» таким центром оказывается кабинет врача, в игре «Парикмахерская» — зал стрижки, а зал ожидания выступает в качестве периферии игрового пространства.) Действия детей в играх становятся разнообразными.

Развивается изобразительная деятельность детей. Это **возраст наиболее активного рисования**. В течение года дети способны создать до двух тысяч рисунков. Рисунки могут быть самыми разными по содержанию: это и жизненные впечатления детей, и воображаемые ситуации, и иллюстрации к фильмам и книгам. Обычно рисунки представляют собой схематичные изображения различных объектов, но могут отличаться оригинальностью композиционного решения, передавать статичные и динамичные отношения. Рисунки приобретают сюжетный характер; достаточно часто встречаются многократно повторяющиеся сюжеты с небольшими или, напротив, существенными изменениями. Изображение человека становится более детализированным и пропорциональным. По рисунку можно судить о половой принадлежности и эмоциональном состоянии изображенного человека.

Конструирование характеризуется умением анализировать условия, в которых протекает эта деятельность. Дети используют и называют различные детали деревянного конструктора. Могут заменить детали постройки в зависимости от имеющегося материала. **Овладевают обобщенным способом обследования образца**. Дети способны выделять основные части предполагаемой постройки. **Конструктивная деятельность может осуществляться на основе схемы, по замыслу и по условиям**. Появляется конструирование в ходе совместной деятельности.

Дети могут конструировать из бумаги, складывая ее в несколько раз (два, четыре, шесть сгибаний); из природного материала. Они осваивают два способа конструирования:

1) от природного материала к художественному образу (ребенок «достраивает» природный материал до целостного образа, дополняя его различными деталями);

2) от художественного образа к природному материалу (ребенок подбирает необходимый материал, для того чтобы воплотить образ).

Продолжает совершенствоваться восприятие цвета, формы и величины, строения предметов; систематизируются представления детей. Они называют не только основные цвета и их оттенки, но и промежуточные цветовые оттенки; форму прямоугольников, овалов, треугольников. Воспринимают величину объектов, легко выстраивают в ряд — по возрастанию или убыванию — до 10 различных предметов.

Однако дети могут испытывать трудности при анализе пространственного положения объектов, если сталкиваются с несоответствием формы и их пространственного расположения. Это свидетельствует о том, что в различных ситуациях восприятие представляет для дошкольников известные сложности,

особенно если они должны одновременно учитывать несколько различных и при этом противоположных признаков.

В старшем дошкольном возрасте продолжает развиваться образное мышление. Дети способны не только решить задачу в наглядном плане, но и совершить преобразования объекта, указать, в какой последовательности объекты вступят во взаимодействие и т.д. Однако подобные решения окажутся правильными только в том случае, если дети будут применять адекватные мыслительные средства.

Среди них можно выделить схематизированные представления, которые возникают в процессе наглядного моделирования; комплексные представления, отражающие представления детей о системе признаков, которыми могут обладать объекты, а также представления, отражающие стадии преобразования различных объектов и явлений (представления о цикличности изменений): представления о смене времен года, дня и ночи, об увеличении и уменьшении объектов в результате различных воздействий, представления о развитии и т.д.

Кроме того, **продолжают совершенствоваться обобщения, что является основой словесно-логического мышления.** В дошкольном возрасте у детей еще отсутствуют представления о классах объектов. Дети группируют объекты по признакам, которые могут изменяться, однако начинают формироваться операции логического сложения и умножения классов. Так, например, старшие дошкольники при группировке объектов могут учитывать два признака: цвет и форму (материал) и т.д.

Как показали исследования отечественных психологов, дети старшего дошкольного возраста способны рассуждать и давать адекватные причинные объяснения, если анализируемые отношения не выходят за пределы их наглядного опыта.

Развитие воображения в этом возрасте позволяет детям сочинять достаточно оригинальные и последовательно разворачивающиеся истории. Воображение будет **активно развиваться лишь при условии проведения специальной работы по его активизации.**

Продолжают развиваться устойчивость, распределение, переключаемость внимания. Наблюдается переход от непроизвольного к произвольному вниманию.

Продолжает совершенствоваться речь, в том числе ее звуковая сторона. Дети могут правильно воспроизводить шипящие, свистящие и сонорные звуки. Развиваются фонематический слух, интонационная выразительность речи при чтении стихов в сюжетно-ролевой игре и в повседневной жизни.

Совершенствуется грамматический строй речи. Дети используют практически все части речи, активно занимаются словотворчеством. Богаче становится лексика: активно используются синонимы и антонимы.

Развивается связная речь. Дети могут пересказывать, рассказывать по картинке, передавая не только главное, но и детали.

Достижения этого возраста характеризуются распределением ролей в игровой деятельности; структурированием игрового пространства; дальнейшим развитием изобразительной деятельности, отличающейся высокой продуктивностью; применением в конструировании обобщенного способа обследования образца; усвоением обобщенных способов изображения предметов одинаковой формы.

Восприятие в этом возрасте характеризуется анализом сложных форм объектов; развитие мышления сопровождается освоением мыслительных средств (схематизированные представления, комплексные представления, представления о цикличности изменений); развиваются умение обобщать, причинное мышление, воображение, произвольное внимание, речь, образ Я.

Принципы реализации программы «Мы-Туристы»

Принцип научности и доступности – все предложенные мероприятия, направлены на укрепление психофизического здоровья, являются научно обоснованными и практически апробированными; основывается на игровом методе.

Принцип системности и последовательности - основным условием для соблюдения рациональной последовательности являются задания постепенно нарастающей трудности: от простого к сложному.

Принцип наглядности - при согласованной работе нескольких анализаторов (зрительного, слухового, двигательного и др.) дети и родители точнее воспринимают материал.

Принцип интеграции – адаптированность программы в разные виды детской деятельности.

Принцип дифференциации - учёт возрастных особенностей развития детей; адаптированность материала к сезонным условиям.

Принцип создания благоприятной среды для усвоения первых туристических навыков, норм и правил здорового образа жизни каждого ребёнка, для развития двигательной активности.

Принцип единства с семьей предусматривает соблюдение единых требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, двигательной активности, развития двигательных и культурно-гигиенических навыков.

Сроки реализации:

Данная образовательная программа рассчитана на один год обучения.

Формы занятий:

Данная инновация включается в планирование непосредственно образовательной деятельности «Основы пешего туризма», а также в режимные моменты и совместную деятельность взрослого и ребенка.

В группе:

- дидактические игры на развитие представлений о животном и растительном мире;
- детская литература о родном крае;
- познавательные фильмы о героях-земляках, заповедниках, национальных парках;
- символика города, села, региона;
- альбомы с фотографиями родного села, родного края;
- исследовательский уголок с набором предметов для проведения опытов, увеличительные приборы, компасы;
- мини-музей о культуре малых народов родного края (куклы в национальных костюмах, предметы быта);
- разнообразный изобразительный и природный материал;
- спортивные мини-комплексы.

В физкультурном зале:

- спортивные игровые комплексы;
- стенка скалолаза, тренажеры;

на спортивной площадке:

- спортивные игровые комплексы с комплексы, стенкой скалолаза.

На мой взгляд, целесообразно уточнить понятия, определяющие сущность прогулок и экскурсий, применяемых в системе обучения детей дошкольного возраста. Выявлено: экскурсии и прогулки предусматривают пребывание детей на воздухе с целью повышения сопротивляемости организма воздействиям внешней среды, удовлетворения потребности в движениях, а также решения воспитательных и познавательных задач. Главное отличие обычных прогулок от прогулок-походов и туристских прогулок заключается в целенаправленном развитии физических качеств, в насыщенной двигательной активности детей: около 80 % времени могут составлять циклические движения: ходьба, бег, ходьба на лыжах.

Принципы детского туризма:

- личностно-деятельный
- диалогический
- индивидуально-творческий
- целесообразности
- краеведческий
- единство педагогического влияния, воспитательного процесса – целостности.

В теории и практике туризма определены следующие его **формы:**

- прогулки,
- экскурсии,
- походы,
- путешествия.

Существуют и такие формы как:

- слеты,
- туристские соревнования.

Под туристской **прогулкой** понимается непродолжительный по времени (1-4 часа) групповой выход с активным способом передвижения по территории населенного пункта или в его окрестностях в целях отдыха и познания. Туристская **экскурсия** рассматривается как групповое посещение одного или нескольких экскурсионных объектов в учебно-познавательных целях. Туристский **поход** – это прохождение группы по определенному маршруту активным способом передвижения с целями познания, физического развития, выполнения общественно-полезной и краеведческой работы в пути, определенных спортивно-туристских нормативов, содержательного отдыха. Впервые в 80-х годах авторами учебника по физическому воспитанию дошкольников А.В. Кенеман и Д.В. Хухлаевой вводится понятие «прогулка и экскурсия за пределы дошкольного учреждения» (1978), в более позднем издании его заменяет термин «детский туризм» (1985). В исследовании Г.В. Шалыгиной (1977) используется термин «прогулки в природных условиях». Варианты «дальних прогулок», «турпоходов» - предлагает М.А. Рунова (1988). Т.И.Осокина (1986) рассматривает «простейший туризм» как прогулки за пределы участка в природу с целью закрепления и совершенствования двигательных навыков и умений в естественных условиях. Е.Н.Вавилова (1986) раскрывает некоторые вопросы

организации «пешеходных и лыжных прогулок», но обоснования данным понятиям не дает.

Спортивное **содержание туризма** состоит в преодолении собственными силами и средствами естественных различных препятствий на маршруте, трудностей походной жизни. Это преодоление должно быть заранее рассчитанным, посильным и обязательно успешным, оно совершается лично каждым участником, но в условиях коллективного взаимодействия.

Спортивные задачи будут выполнены, если удастся в течение всего срока сохранить хорошее физическое и духовное самочувствие всех участников в среде походного обитания.

К спортивному содержанию похода относятся:

естественные препятствия (верёвочные переправы, подъёмы, спуски, длина переходов, общий километраж похода), ориентирование на незнакомой местности по компасу и карте, автономное жизнеобеспечение, туристско-краеведческая работа.

При наполнении туристского похода разнообразным содержанием повышается педагогическая ценность туристского похода.

Уточнив понятия простейшего туризма, представленного в форме экскурсий, прогулок и походов – походов, необходимо представить их место в системе физического воспитания дошкольников. Система средств физического воспитания включает физические упражнения, которые представлены следующими видами:

- 1) гимнастикой;
- 2) подвижными и спортивными играми;
- 3) спортивными упражнениями;
- 4) простейшим туризмом (Д.В. Хухлаева, 1984; Т.И.Осокина, 1986).

Указанные физические упражнения реализуются в учебной работе, проводимой в виде физкультурных занятий; физкультурно-оздоровительной работе в режиме дня. К ней относятся – утренняя гимнастика, гимнастика после дневного сна, подвижные игры и физические упражнения на утренней и вечерней прогулках, физкультминутки; в самостоятельной двигательной деятельности, протекающей под наблюдением педагога, в работе с семьей, в активном отдыхе, проводимом в виде физкультурных досугов, праздников, дней здоровья, походы выходного дня. В настоящее время простейший туризм в системе дошкольного физического воспитания применяется только в таких формах организации как физкультурно-оздоровительная работа и активный отдых. В физкультурно-оздоровительной работе простейший туризм представлен в виде утренних и вечерних прогулок на территории участка и за его пределы.

Известно, что необходимым условием нормального развития растущего организма является двигательная активность ребенка. Причем, важное значение имеет организация двигательной активности детей на воздухе. В связи с этим, процесс физического воспитания детей дошкольного возраста должен предусматривать

определенный научно-обоснованный режим, включающий двигательную деятельность в условиях пониженной температуры воздуха, что способствует повышению устойчивости организма к изменениям внешней среды. Высокую оздоровительно-воспитательную ценность двигательной деятельности на открытом воздухе отмечали видные физиологи и педагоги (В.В. Гориневский, 1928; Е.Г. Леви-Гориневская, 1955). Именно поэтому во многих научных исследованиях ставится и положительно решается вопрос максимального использования эффекта рационального сочетания естественных сил природы и разнообразной двигательной деятельности детей. Целью одних исследований являлось изучение эффективности круглогодичного проведения отдельных форм организации физического воспитания на воздухе (М.П. Голощекина, 1970), других – возможность переноса всех организационных форм физического воспитания из помещения на участок детского сада (З.И.Ермакова, 1974), третьих – организация двигательной деятельности дошкольников в природных условиях (Т.И.Осокина, 1971; Е.Н.Вавилова, 1971; Г.В. Шалыгина, 1977). Результатом проведенных исследований было значительное снижение случаев простудных заболеваний и уменьшение числа часто болеющих детей. В связи с этим, стимулирование развития данного качества в дошкольные годы создает определенные предпосылки в подготовке ребенка к школе, к более успешному преодолению нагрузок, меньшей утомляемости, а, следовательно, лучшему усвоению знаний. (В.К. Бальсевич, В.А. Запорожанов, 1987).

Таким образом, двигательная деятельность детей дошкольного возраста, организованная на открытом воздухе усиливает оздоровительный эффект физических упражнений, повышает их двигательную активность. При этом физические нагрузки умеренной интенсивности, к которым относятся циклические виды движений (ходьба, бег, ходьба на лыжах), направлены на развитие общей выносливости и являются оптимальными для детского организма. Этим требованиям в полной мере могут отвечать средства и формы туризма, доступные для детей дошкольного возраста.

Режим занятий:

Программа рассчитана на четыре занятия в месяц, то есть одно занятие в неделю. Продолжительность: 30 минут.

Ожидаемые результаты:

Достижения детей старшей группы – результаты образовательной работы, связанной с туристической деятельностью:

- дети проявляют интерес и желание заниматься физкультурой и спортом; соблюдают правила поведения, связанные с понятием «здоровый образ жизни»; имеют представления о первой медицинской помощи пострадавшим;
- у детей сформированы навыки и умения в различных видах деятельности, связанных с туризмом: прохождение полосы препятствий, самостоятельная организация страховки, преодоление естественных препятствий, легкая ритмичная ходьба и бег с сохранением направления и темпа движения; перестроения на месте в движении, равнение в колонне, шеренге, по кругу; ходьба на лыжах переменным скользящим шагом на расстояние 2-3 км; игры с элементами спорта;

- дети ориентируются в ограниченном и открытом пространстве по местным признакам, с помощью готового плана; способны использовать достаточно сложные схематические изображения; проявляют интерес к окружающему миру, особенностям природы; имеют представления о съедобных и ядовитых растениях, грибах; знают растения и животных, обитающих в лесу, на лугу, в водоеме; в состоянии самостоятельно строить модель, отражающую взаимодействие между живой и не живой природой в экосистеме; замечают красоту родной природы, умеют ценить и охранять её; проводят наблюдения, экспериментирование с воздухом, водой;
- дошкольники способны обнаруживать опасные ситуации; знают правила безопасного поведения; имеют представления о действиях в соответствии с этими правилами; могут рассказать об опасностях в природе и способах их предупреждения;
- ребята проявляют положительные моральные качества в отношениях со сверстниками и взрослыми; владеют навыками культуры поведения в природе и понимают необходимость бережного отношения и её защиты.
- дошкольники владеют культурными нормами (эталонами поведения) в природе; имеют представления о ценностях здорового образа жизни; обладают навыками оказания первой медицинской помощи пострадавшим; умеют выполнять гигиенические требования в походе;
- у детей сформированы навыки и умения в различных видах деятельности, связанных с туризмом, навыки пользования личным и групповым туристическим снаряжением и ухода за ним;
- умеют легко ходить и бегать, энергично отталкиваться от опоры, соблюдая заданный темп;
- ребята умеют классифицировать съедобные и ядовитые растения, грибы, ягоды, объяснять природные явления; имеют определенные знания об охране растений и животных и о том, как заботиться о них, ведут наблюдения за животными и растениями, за природными явлениями и описывают их;
- могут обобщать факты, систематизировать материал;
- ориентируются в ограниченном и открытом пространстве; пользуются достаточно сложными схематическими изображениями;
- дети способны предвидеть возникновение возможных ситуаций знакомых типов и знают, как их предотвратить; могут переносить освоенные средства и способы безопасного поведения в новые для них ситуации знакомого типа; в состоянии помочь сверстникам и передать знания правил безопасности младшим; располагают знаниями в области правил безопасности во время чрезвычайных ситуаций (грозы, пожара);
- дошкольники владеют общепринятыми нормами и правилами взаимоотношения со сверстниками и взрослыми; стремятся ко взаимодействию с другими (умеют договариваться друг с другом); обладают волевыми качествами, способностью преодолевать препятствия на пути к достижению цели; владеют культурой поведения в природе.

Способы проверки:

Подведение итогов по результатам освоения материала данной программы может быть в форме итогового мероприятия.

Снаряжение туристов

Пеший	Лыжный
Маршрутная карта	Лыжи
Компас	Лыжные палки
Туристические знаки	Лыжная мазь
Палатки	Маршрутная карта
Рюкзаки	Компас
Котелок	Туристические знаки
Аптечка	Рюкзаки
Коврики	Аптечка
Сухой паёк	Сухой паёк
Фляжки, кружки	Термос с чаем
Салфетки	Салфетки
Атрибуты для игр	Атрибуты для игр

Необходимые предметы туристского снаряжения.

Для непродолжительной туристской прогулки не нужно много специального инвентаря. Но обязательным является приобретением рюкзака. Начинающему туристу необходимо сшить заплечный мешок с широкими и мягкими лямками, липучками – застёжками, нарядными и удобными для неокрепшей руки малыша пряжками – автоматами и бегунками.

Вес рюкзака с содержимым для ребёнка 5-6 лет должен составлять 1-1,5 кг.

Для отдыха детей во время привалов необходимо предусмотреть индивидуальные коврики. Длина коврика должна быть не меньше роста ребёнка, ширина – 30-40 см. Наиболее распространенным является пенополиуретановый коврик – сокращенно «пенка». Положенная на снег или на мокрую землю, она не даст замерзнуть за счёт большого количества микропор с воздухом.

Малышу можно приготовить реп-шнур (в качестве можно использовать обычную бельевую верёвку) длиной около 40 см., с помощью которой он будет учиться вязать простейшие узлы, так необходимые в любом походе.

Отправляясь в поход, предусмотрим одежду и обувь по сезону и погоде.

Обувь ребёнка должна быть разношенной, удобной, позволяющей вставить войлочную стельку и надеть два носка – Х/Б и шерстяной. Это могут быть кроссовки, кеды на толстой подошве. В холодную период это могут быть кожаные зимние сапоги или ботинки.

Одежда должна быть удобной для выполнения активных движений. Но даже летом не следует надевать короткие шорты, если запланирован поход в лес, чтобы уберечь ноги малыша от укусов клещей, паразитов, царапин и прочих неприятностей. В прохладную погоду рекомендовано иметь ветровую куртку с капюшоном и

аналогичного качества брюки. В зимний период – это комбинезон для мальчиков, куртка с капюшоном и брюки на двойном синтепоне для девочек.

Необходимо продумать головной убор. В теплый период – можно использовать спортивную кепку – бейсболку или спортивную панамку. В холодный период – спортивную шапочку. У каждого туриста должны быть запасные рукавицы, носки, даже если группа уходит на двухчасовую прогулку.

Содержание аптечки: вата, йод, 1% раствор марганца, сода пищевая, нашатырный спирт, бинт стерильный, бинт простой, зеленка, настойка валерианы, жгут и шины, синтомициновая мазь, лейкопластырь, свинцовая вода.

Состояние ребёнка во многом определяет правильно выбранная одежда. Во избежание перегрева или переохлаждения одежда должна соответствовать сезону и погоде.

Одежда туристов

Тёплый период	Холодный период
Спортивная майка	Х\б майка или футболка
Шорты	Х\б спортивный костюм
Кеды или кроссовки	Тёплый спортивный костюм
Носки	Тёплые ботинки или войлочные сапоги
Кепка или панама	Вязаная шерстяная шапка
На случай похолодания: спортивный костюм или ветровка	Куртка
	Варежки + запасные
	Х\б носки + шерстяные

Учебно-тематический план:

Тема 1. Природа родного края.(сентябрь 1 неделя)

Природа — наш друг, источник познания, эстетического наслаждения. Правила поведения на природе (Наш девиз: «После нас чище, чем до нас»). Составление Красной книги родного края (редко встречающиеся растения: купальница, ландыш, прострел, белая лилия). Внутреннее строение животных, их поведение и повадки. Что общего у животных и человека? Как животные приспосабливаются к среде обитания? Группы животных (травоядные, хищники, всеядные)

Тема 2. Мой край родной.(сентябрь 2 неделя)

Село, в котором мы живём; наш родной край, наша малая Родина, здесь мы родились. Возникновение и развитие села: первоначальные поселения, исторические здания, происхождение названия села. Сведения о местных достопримечательностях.

Тема 3. Дорога к дому.(сентябрь 3 неделя)

Мой дом, какой он .Моя семья, соседи, друзья. Мой домашний адрес. Дорога от дома до детского сада и обратно. Моделирование разных маршрутов до дома, выбор наиболее удобного, короткого. Как самому спросить дорогу? Проезжая часть и пешеходные тротуары. Правила пешехода. Безопасность на дороге.

Тема 4. Вместе с папой, вместе с мамой.(сентябрь 4 неделя)

Как семья проводит выходной день? Поход, как вид семейного отдыха. Правила поведения на природе для всей семьи.

Тема 5. Здравствуй, Рюкзачок.(октябрь 1 неделя)

«В поход иду и дом несу, в котором дома не живу». Палатка, её назначение. Знакомство с рюкзаком. Снаряжение туриста. Демонстрация укладки рюкзака, установка палатки. Основные узлы: прямой, простой проводник, схватывающий. Узнавание узлов по рисунку и по образцу. Правила передвижения (функции направляющего, замыкающего. Разные способы ориентирования: по деревьям, солнцу, по растениям. Ориентирование в разное время суток

Тема 6. О туризме и туристах.(октябрь 2 неделя)

Кто такой турист. Виды туризма и времена года. Истории о путешествиях и путешественниках, загадки о туризме, стихи, рассказы, произведения малого фольклорного жанра. Решение логических заданий: ребусы, кроссворды, викторины.

Тема 7. Путешествуем по карте.(октябрь 3 неделя)

План маршрута. Кто разрабатывает и составляет карты. Дидактические игры с планом маршрута, планом комнаты. Игры с планом двора, детского сада, села. Игры на ориентирование в ближайшем окружении. Топографическая карта, простейшие топографические знаки. Топографические знаки — азбука карты.

Работа с топографической картой: как изображается хвойный, лиственный, смешанный лес, тропинка. Составление плана детского сада, улицы. Первое знакомство с компасом.

Тема 8. Где мы были, что мы видели.(октябрь 4 неделя)

Объекты ближайшего окружения (здание детского сада, наша группа, наш участок). Уголок ПДД. Правила безопасности в помещении и на территории детского сада. Здания и сооружения вокруг детского сада. Школа: здание, спортивная площадка, места отдыха школьников. Поликлиника, её назначение, врачи и посетители. Сюжетно-ролевые игры с куклами и туристским снаряжением, работа в блокнотах с топографическими знаками. Ребусы, кроссворды, загадки. Разучивание песен, речёвок. Организация выставки детского рисунка и других продуктов детского творчества. Составление планов-схем улиц, микрорайонов. Музыкальные праздники, развлечения на тему путешествий.

Тема 9. Я и моё здоровье.(ноябрь 1 неделя)

Строение органов пищеварения, дыхания, кровообращения. Чем человек отличается от животных? Мышцы, кости и суставы, их прочность. Профилактика болезней, травматизма. Что такое здоровье? Какое состояние человека называют болезнью? Почему человек болеет? Вредные привычки. Закаливающие процедуры. Комплекс упражнений юного туриста, укрепляющих организм.

Тема 10. Охраняй здоровье в походе.(ноябрь 2 неделя)

Выполнение туристами норм и правил поведения на природе. Детёныши животных и птиц, их особенности, поведение на разных этапах взросления. Опасности, подстерегающие юного туриста в прогулках-походах. Почему нельзя пить из водоёмов, рвать и пробовать на вкус незнакомые грибы, ягоды, травы.

Тема 11. Скорая помощь юному путешественнику.(ноябрь 3 неделя)

Растения — верные друзья. Знакомство с отдельными лекарственными растениями. Оказание первой медицинской помощи (перевязки). Что такое походная медицинская аптечка.

Тема 12. Народная мудрость на здоровье нам дана.(ноябрь 4 неделя)

История народной медицины. Народные рецепты оказания первой помощи при различных болях и травмах. Разучивание пословиц, поговорок, загадок о здоровье и здоровом образе жизни Народные приметы в помощь туристу . Дневник юного туриста. Условные обозначения погодных явлений.

Тема 13. Готовимся к дальним дорогам.(декабрь 1 неделя)

Физическая подготовка юного туриста (общеразвивающие упражнения, подвижные игры, занятия тренировочного характера, спортивные игры с бегом и прыжками). Пешеходный туризм и его особенности. Специальная подготовка, подготовка личного снаряжения, формулирование правил поведения в походе,

выбор места для лагеря, установка палатки, правила разведения костра. Ориентирование в пространстве по плану.

Тема 14. Игры .(декабрь 2 неделя)

Дидактические игры на усвоение правил безопасного поведения на природе и во время движения Тематические подвижные игры с элементами туристской техники. Игры по спортивному ориентированию.

Тема 15. Занимательная физкультура .(декабрь 3 неделя)

Занимательные игры интеллектуально-спортивного характера ,разгадывание кроссвордов, ребусов на спортивные темы, игры-пантомимы, мастерская «Очумелые ручки».

Тема 16. Пора в путь-дорогу.(декабрь 4 неделя)

Прогулка-поход. В прогулках-походах сочетается краеведческое, оздоровительное и экологическое содержание. Экологическая прогулка по тропе природы (на участке детского сада).

Тема17. Поход к Вечному огню.(январь 2 неделя)

Пеший поход к месту воинской славы.

Тема 18. Для чего люди путешествуют? (январь 3 неделя)

Форма проведения: путешествие-рассуждение

Материалы: таблица «Туристическое снаряжение»; условные обозначения: вода, земля, космос; буквы для составления слова «Туризм».

Тема 19. Основы безопасности туристов (январь 4 неделя)

Форма проведения: дидактические игры

Материалы: «Книга безопасности» (две страницы с кармашками: правильная и неправильная ситуация). Например: дети стоят во время грозы под деревом — неправильно; дети во время сильного ветра прячутся за укрытием — правильная. Ребята раскладывают по кармашкам карточки со схемами, картинки с изображением опасных и безопасных ситуаций; условные обозначения опасностей); доска с магнитами, обручи.

Тема 20. Дорога зовет (февраль 1 неделя)

Форма проведения: ролевая игра-путешествие.

Материалы: значки-наклейки с условными обозначениями ролей, план участка детского сада, два красных флажка, картинки- «шифровки», ребусы.

Тема 21. Первая помощь (февраль 2 неделя)

Форма проведения: игра – тренинг

Материалы: разноцветные жетоны, «Чудесный мешочек», бинты, перекись водорода, йод, зеленка, карточки-ситуации.

Тема 22. Компас (февраль 3 неделя)

Форма проведения: рассказ

Формировать у детей чувство осторожности и основы безопасности. Познакомить детей с компасом и научить обращаться с ним. Воспитывать смелость, выдержку, интерес к занятиям туризмом.

Тема 23. Лыжная туристическая прогулка (февраль 4 неделя)

Форма проведения: прогулка-экскурсия.

Развивать выносливость к длительным динамическим нагрузкам.

Тема 24. Мы всё знаем! (март 1 неделя)

Познакомить детей с правилами личной гигиены и предотвращением возможностей опасности в лесу.

Закрепить у детей навык работать с простейшими схемами, планами, отражающими реальное пространство (назначение карты, виды карт: общегеографическая, топографическая, простейшие топографические знаки, нахождение на карте, условные запрещающие и разрешающие знаки).

Совершенствовать у дошкольников ловкость, выносливость. Воспитывать смелость, выдержку, интерес к занятиям туризмом.

Тема 25. Помоги себе сам и своему другу (март 2 неделя)

Форма проведения: сюжетно-ролевая игра

Оборудование: телефон, медицинские сумки, предметы для оказания медицинской помощи, карточки с фотографиями лекарственных растений.

Тема 26. Туризм (март 3 неделя)

Беседа с детьми «Что такое туризм и его разновидности?»(пеший, горный, водный, вело-,мото-,авто-и тд.)

Тема 27. Туристическая прогулка «Следопыты» (март 4 неделя)

Учить самостоятельно ориентироваться по заранее расставленным указателям (флажкам и тд.)

Тема 28. Соревнования по ориентированию (апрель 1 неделя)

Научить детей с помощью плана, карты-схемы, компаса выбрать нужное направление движения, находить предметы на знакомой местности.

Тема 29. Хочу всё знать (апрель 2 неделя)

Вода и огонь (серия опытов). Волшебница вода.

Тема 30. «Азбука спортивно-оздоровительного туризма» (апрель 3 неделя)

Установка палатки.

Секреты туристских узлов (проводник)

Туристские узлы (восьмёрка, схватывающий)

Виды туристских костров (шалаш, колодец)

Виды туристских костров (нодья, таёжный)

Тема 31. Родное село (апрель 4 неделя)

Экскурсия по родному селу.

Тема 32. «Азбука туристско –бытовых навыков» (май 1 неделя)

Личное и групповое снаряжение юного туриста

Рюкзак и его особенности.

Укладка рюкзака

Требования к продуктам для перекуса (здоровая пища).

Требования к упаковке продуктов для перекуса.

Тема 33.«Правила передвижения в походе» (май 2 неделя)

Правило «Идти по слабейшему»

Обязанности направляющего и замыкающего

Правило «свистка»

Тема 34. Снаряжение туриста (май 3 неделя)

Одежда туриста в разные времена года.

Личное снаряжение.

Кружка, ложка, миска, их особенности.

Спальный мешок, палатка, коврик для отдыха.

Игра "Мой весёлый рюкзачок"

Тема 35. Повторение (май 4 неделя)

Список литературы:

1. Бочарова Н.И. Туристские прогулки в детском саду. М., 2004г. Бурашникова А. В.
2. Горбатенко О. Ф. «Физкультурно – оздоровительная работа в ДОУ» Волгоград «Учитель» 2007 с. 136 – 146.
3. Куприн А.М. Занимательно об ориентировании.- М.: “Просвещение”, 1980. – С. 108. с. 17 Никанорова
- Т. С. «Здоровячок» Система оздоровления дошкольников. Воронеж 2007. С.75-84.
4. Огородников Б.И. Туризм и спортивное ориентирование. М: “Физкультура и спорт” 1983.
5. Полтавцева Н. В. «Физическая культура в дошкольном детстве» Москва «Просвящение» 2006.
6. Скорынина Г.Юный турист //Дошкольное воспитание. 1999, № 6, с. 61-64.
7. Алейникова, В.С. Туризм в детском саду: методическое пособие / под ред. Кузнецовой С.В. – М: Обруч, 2013. – 208 с.
8. Бочарова, Н.И. Туристские прогулки в детском саду: пособие для практических работников дошкольных образовательных учреждений / Н.И. Бочарова. – М: Аркти 2004г. – 115 с.
9. Быкова, Е.Ф. Выносливость как фактор оздоровления дошкольников / Е.Ф. Быкова // Инструктор по физической культуре. – 2012. – №2. – С. 38-41.
10. Ведерникова, О.П. Детский туризм // О.В. Ведерникова // Инструктор по физической культуре. - 2009. – №4. - С. 49-52.
11. Приказ министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013г. № 1155 / Об утверждении Федерального образовательного Стандарта дошкольного образования // Собрание законодательства РФ. – 2013