

Управление образования администрации
Рыбинского муниципального района

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад п. Т



Прин
Педагог
П

« 31 » августа

Туристско-краеведческая направленность
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Туристыга»

Возраст детей

Срок реализации

Автор: Лебедева Анна
инструктор по физическому воспитанию

Управление образования администрации
Рыбинского муниципального района

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад п. Тихменево

УТВЕРЖДАЮ
Заведующая МДОУ детский сад
п. Тихменево
_____ О.С. Расулова
« _____ » _____ 2022 г.

Принята на заседании
Педагогического совета
Протокол № _____
« _____ » _____ 2022 г.

Туристско-краеведческая направленность
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Туристыята»

Возраст детей: 5 – 7 лет

Срок реализации: 1 год

Автор: Лебедева Анна Евгеньевна,
инструктор по физическому воспитанию

п. Тихменево 2022 г.

Оглавление

1. Пояснительная записка	3
2. Учебно-тематический план.....	6
3. Содержание дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.....	7
4. Обеспечение дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	12
4.1. Методическое обеспечение	12
4.2. Материально-техническое обеспечение	13
5. Мониторинг образовательных результатов	14
Список информационных источников.....	15

1. Пояснительная записка.

Занятия туризмом в системе физического воспитания выделены в особую группу, так как позволяют в наибольшей степени, по сравнению с другими видами, овладеть знаниями, умениями и навыками, нужными в жизни каждому человеку.

Актуальность Программы в том, что туризм – это очень интересный и полезный способ организации досуга дошкольников, обладает огромным воспитательным потенциалом. Он приучает детей переносить бытовую неустроенность, различные трудности, брать на себя ответственность за общее дело. Учит бережному отношению к родной природе и памятникам культуры, рациональному использованию своего времени, сил, имущества. Формирует навыки труда по самообслуживанию, способствует самостоятельности детей дошкольного возраста.

Таким образом, туризм как средство физического воспитания характеризуется естественной прикладностью. Он включает разнообразные по форме и содержанию двигательные действия по рациональному преодолению значительных расстояний в малонаселенной местности, выполняемые в естественных условиях коллективными усилиями. Их цель – формирование у человека умений и навыков, необходимых ему в производственной и бытовой деятельности, с одновременным решением воспитательных, образовательных, оздоровительных и спортивных задач.

Воспитательные, образовательные, оздоровительные и спортивные задачи в туризме относятся к категории общих задач, т. е. их решение осуществляется в тесном единстве и не зависит от возраста и степени специальной физической подготовленности занимающихся. Например, во время похода воспитательная задача решается непосредственно воздействием на каждого участника со стороны коллектива, т. е. происходит формирование чувства коллективизма, подчинение личностных интересов общественным; кроме того, длительность передвижения в походных условиях, постепенное повышение физических нагрузок воспитывают выносливость и волевые качества человека.

В целом, что касается спортивных задач в туризме, следует отметить три момента. Во-первых, занятия туризмом способствуют созданию базы общей физической подготовки, необходимой в любом виде спорта. Во-вторых, они предусматривают специальную подготовку для участия в соревнованиях по туристской технике. Как показывает практика, только средствами туризма в системе физического воспитания человека нельзя добиться должного физического совершенства. Определенную пользу знания туризмом приносят лишь в совокупности с другими средствами этой системы: играми, гимнастикой.

Вид Программы: модифицированная, интегрированная.

Цель: создание благоприятных условий, обеспечивающих возможность

сохранения здоровья, формирование необходимых знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни (ЗОЖ), использование полученных знаний в практике, обучение, воспитание, развитие и оздоровление детей в процессе занятий, формирование всесторонней гармонично развитой личности; формирование у детей и их родителей ответственного отношения к здоровому образу жизни, сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста, воспитание полезных привычек и пропаганда физической культуры, спорта, туризма в семье.

Задачи:

- укреплять здоровье, содействовать правильному физическому развитию воспитанников;
- создать условия для формирования устойчивого интереса к систематическим занятиям туризмом;
- социального самоопределения, творческой самореализации личности;
- обучать жизненно важным умениям и навыкам, необходимым для выживания в экстремальных условиях;
- воспитывать волевые качества: целеустремленности, настойчивости и инициативы, ответственности, товарищества и взаимовыручки;
- развивать разнообразные практические навыки: самоорганизацию и самоуправление;
- формировать бережное отношение к природе.
- развивать устойчивый интерес к спортивным мероприятиям, к выполнению физических упражнений.
- формировать нравственные качества (честность, настойчивость в преодолении трудностей, чувство взаимопомощи).

Особое внимание необходимо уделять вопросам обеспечения безопасности и предупреждения травматизма при изучении каждой темы, при проведении каждого занятия, тренировки, старта, мероприятия.

Ожидаемые результаты дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы (требования к минимально необходимому уровню туристской подготовленности дошкольника)

Знать:

- характерные признаки различных видов туризма;
- свой организм – как он устроен;
- о гигиене туриста;
- правила питания;
- особенности физической подготовки юного туриста;
- ядовитые и несъедобные растения и грибы;
- лекарственные и плодово-ягодные съедобные растения;

- что такое поход, малый и большой привал;
- что взять с собой в поход;
- что такое “нормы и правила поведения в природе”;
- дела, в которых участвуют юные туристы по охране растений и животных;
- правила поведения при передвижении в городе, в лесу, у реки - характерные признаки плана (комнаты, двора д/сада, города);
- характерные признаки топографической карты и туристической карты;
- устройство компаса;
- стороны горизонта;
- около 10 условных топографических знаков;
- кто такой исследователь природы;

Понимать:

- какую пользу приносят походы и экскурсии;
- как пешеходный туризм влияет на природу;
- роли зелёных растений в укреплении здоровья;
- необходимости соблюдения личной гигиены в сохранении своего здоровья;
- что неправильно выполненные правила передвижения - это причина разрушения природы;
- что правильное выбранное личное снаряжение – залог успешного похода, отдыха и отличного здоровья;
- плоскостное изображение предметов и объектов на листе бумаги: вид сверху;
- уменьшенное изображение предметов и объектов на листе бумаги: масштаб;
- что, охраняя природу, мы охраняем свое здоровье;
- длительность периода “заживления ран” на земной поверхности;

Уметь:

- применять свои знания о явлениях природы;
- определять по описанию, внешнему виду, иллюстрированному материалу широко распространённые лекарственные растения;
- определять по внешнему виду (гербарий, на природе) ядовитые и несъедобные грибы и растения;
- выполнять комплекс физических упражнений утренней гимнастики;
- оказывать первую медицинскую помощь при ранах, кровотечениях;
- укладывать рюкзак;
- завязывать простейшие узлы;
- выполнять правила поведения при передвижении в природном и социальном окружении;
- определять свою точку стояния на плане;

- рисовать путь движения в виде сложной ломаной линии с нанесением топографических знаков или своих значков;
 - определять север, юг с помощью компаса;
 - изображать основные условные знаки;
 - определять место нахождения предметов на плане микрорайона;
 - выполнять правила отдыха на природе: обращение с дикими животными, огнем, сбора дикорастущих растений и грибов;
 - выполнять правила сбора гербарного материала: листьев, плодов и семян
 - заготавливать корм для птиц;
 - оформлять результаты наблюдений, впечатлений в виде творческой работы (рисунок, аппликация, лепка и т.д.);
 - помогать в природоохранных делах: очистке территории от мусора, “заживлении ран от костров”;
 - выполнять правила поведения отдыхающих, туристов: утилизации бытовых отходов, бесшумного поведения на природе
- Программа рассчитана на детей 5-7 лет.

Срок реализации Программы – 1 год.

Периодичность занятий: 1 раз в неделю, всего **34** занятия.

Формы занятий: теоретические, практические, участие в соревнованиях.

Форма проведения занятий: групповая (10 – 12 человек), индивидуальная.

2. Учебно-тематический план.

№	Наименование разделов	Старшая группа			Подготовительная группа		
		всего	теор	практика	всего	теор	практика
	Количество часов						
1	Туризм и туристы	2	1	1	2	1	1
2	Туристическое снаряжение	4	2	2	2	1	1
3	Туристические должности	-	-	-	2	1	1
4	Знакомство с топографическими знаками	4	2	2	4	2	2
5	Учимся ориентироваться	6	3	3	6	3	3
6	Я и моё здоровье	2	-	2	4	1	3
7	Собирайся в поход	4	2	2	5	1	4
8	Спортивно- физическая подготовка	12	-	12	9	-	9
	Всего	34	10	24	34	10	24

3. Содержание общеобразовательной общеразвивающей программы.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ МЕРОПРИЯТИЙ ПО ЭЛЕМЕНТАРНОМУ ТУРИЗМУ С ДЕТЬМИ СТАРШЕЙ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ К ШКОЛЕ ГРУППЫ

№ раздела	Старшая группа	Подготовительная группа
1	Беседа. Кто такие туристы. Туризм и его разновидности. Правила поведения на прогулке. Правила дорожного движения.	Беседа. Виды туризма (спелеотуризм, конный, на байдарках, путешествие на воздушном шаре, космический, межпланетный). Правила поведения туристов в природных условиях. Правила поведения на привале.
	Игра. «Угадай и расскажи». Цель: закрепление знаний о разновидности туризма.	Игры «Угадай и покажи», «Мы собираемся в поход» (на участке д\с)
2	Беседа. Знакомство с туристским снаряжением. Личное снаряжение туриста. Рассматривание предметов туристского снаряжения. КВН «Мы собираемся в поход»	Беседа. Групповое снаряжение туриста. Специальное снаряжение туриста. Эстафета с элементами соревнования: а) «Пора в поход» б) «Трудное препятствие» в) «Найти конверт» г) «Укладка рюкзаков».
		Практическое занятие по использованию туристского снаряжения. Цель занятия: научить детей самостоятельно пользоваться предметами личного, группового и специального туристского снаряжения.
3		Беседа. Кто такие знатоки? Кем ты будешь в походе? Почему? Обязанности знатоков. Игры соревновательного характера: • «Кто быстрее подготовит

		<p>костер»,</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Вкусный обед», • «Поставь палатку», • «Лесные продукты».
4	<p>Беседы на тему:</p> <p>а) Первоначальное понятие о топографических знаках. Их значение.</p> <p>б) Знакомство с туристскими знаками.</p>	<p>Беседа. Различие топонимов на рисунке и плане.</p> <p>«Изготовление топографических знаков». Игра «Турист – следопыт» (угадывание нарисованных следов животных и видов растений по листочкам)</p> <p>Эстафеты соревновательного характера:</p> <p>а) «Пора в поход».</p> <p>б) «Разберись сам».</p> <p>в) «Отметь на карте свое местонахождение».</p> <p>г) «Что ты заметил?»</p> <p>д) «Что тебе встретилось в пути?»</p> <p>е) «Смотри, запомни, расскажи».</p> <p>ж) Занятие по ручному труду</p>
5	<p>Беседа на тему «Моя семья»:</p> <p>а) С кем и где я живу (устный рассказ, рисунок). «Наш детский сад» (мини-исследование)</p> <p>а) Адрес детского сада. Дорога в детский сад (рисунок).</p> <p>б) Мой детский сад (экскурсия).</p> <p>в) Участок детского сада. «Наш микрорайон» (мини-исследование):</p> <p>а) Наш микрорайон (прогулки). Ориентирование на листе бумаги: Дидактическая игра «Найди место игрушке» Цель: учить правильно определять углы, стороны и центр листа бумаги. Дидактическая игра «Нарисуй игрушки на листе бумаги» (с опорой на рисунок-образец)</p>	<p>Беседа на тему: По каким признакам можно определить стороны горизонта? Что такое горизонт?</p> <p>Цели:</p> <ul style="list-style-type: none"> • познакомить детей с понятием горизонта; • учить определять стороны горизонта по солнцу; • учить определять стороны горизонта по местным признакам. <p>Прогулка «к горизонту».</p> <p>Выход на возвышенное место, рассматривание линии горизонта.</p> <p>Рассматривание картин и иллюстраций с изображением линии горизонта</p> <p>Практическое занятие на участке с определением сторон горизонта по солнцу.</p>

<p>Цель: уметь составлять план. Дидактическая игра «Нарисуй игрушки на листе бумаги» (с опорой на реальные предметы, расставленные на столе) Цель: знакомство с планом. Дидактическая игра «Где план, а где рисунок?» Цель: научиться отличать план от рисунка. Практическое занятие по составлению планов: «Составь план спальни комнаты, раздевальной комнаты». Ориентирование в групповой комнате: Дидактическая игра «Нарисуй предметы в комнате» Цель: уметь составлять план групповых помещений на листе бумаги. Практическое занятие — экскурсия по групповой комнате с опорой на план Дидактическая игра «Что есть в нашей комнате» Зарисовка мебели групповой комнаты с помощью специальных знаков. Ориентирование на территории детского сада: Цель: научить детей обследовать участок своей группы и наносить расположение оборудования на план. Прогулка-поход по территории детского сада Обследование участков всех групп. Подвижные игры: «Найди и промолчи», «Кто больше соберёт», «Цветные автомобили», «Найди свой дом», «Где звенит?», «Чьё звено скорее соберётся!».</p>	<p>Практическое занятие «Определение сторон горизонта по местным признакам» (туристская прогулка в парк) Беседа на тему: Что такое компас? Для чего предназначен компас? Как работают с компасом? Знакомство с компасом Цели:</p> <ul style="list-style-type: none"> • познакомить детей с компасом; • учить определять стороны горизонта по компасу; • учить определять направление ветра по компасу, по солнцу. <p>Подвижные игры: «По следам и приметам», «Верный глаз», «На поиски пропавшей экспедиции», «Будь внимателен», «Мы – следопыты», «Точно по карте», «Встречная разведка», «Секретный пакет», «Разберись сам». Игра – соревнование на ориентировку по территории детского сада.</p>
--	--

6	Занятие «Закаляйся, если хочешь быть здоров!»	Беседа о личной гигиене. Практические занятия по профилактике сколиоза и плоскостопия. Игра «Съедобное, не съедобное»
7	Беседа. Что такое туристические узлы и для чего они нужны. Практическое занятие: знакомство с палаткой и рюкзаком. Знакомство с узлами. Игра «Назови узел?»	Беседа. Одежда и обувь туриста. Практические занятия: укладка рюкзака, вязка простых узлов, раскладывание и складывание палатки, верёвочная КТД (контрольно-техническая дистанция)
8	Практические занятия по ОФП. Спортивные игры: бадминтон, городки, баскетбол, футбол. Спортивные упражнения: катание на санках, ледяных дорожках, лыжах.	Практические занятия по ОФП. Спортивные игры: бадминтон, городки, настольный теннис, баскетбол, футбол, хоккей (без коньков). Спортивные упражнения: катание на санках, ледяных дорожках, лыжах.

ТУРИСТИЧЕСКИЕ ПРОГУЛКИ ДЕТЕЙ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЫ

Цель: закрепление знаний, умений и навыков по туристско-краеведческой деятельности у детей дошкольного возраста.

Туристская прогулка по улице района детского сада (октябрь)

Цели:

- предварительная проверка возможностей детей;
- знакомство со своим микрорайоном;
- закрепление примет осени.

Туристская прогулка с элементами ориентирования (ноябрь)

Цель: познакомить с элементами ориентирования.

Ход прогулки:

настроить на поиск клада;

дать физическую нагрузку, используя различные задания на выполнение физических упражнений;

закрепить умение «читать» карту, вспомнить условные обозначения.

Прогулка по улицам родного поселка (декабрь)

Цели:

- дать знания о том, как должны вести себя туристы во время движения по городу, в гостях у природы;
- познакомить с топографическими знаками;
- научить правильно складывать рюкзак.

Занятие в детском саду (январь)

Цели:

- учить определять приметы в пути;

- закрепить знания о правильной технике движения;
- объяснить необходимость взаимопомощи в походе.

Занятие в детском саду (февраль)

Цели:

- учить детей правильно складывать рюкзак;
- продолжать знакомство с топографическими знаками;
- закрепить навыки ходьбы с рюкзаком;
- учить различать деревья в зимний период времени;
- расширять знания о признаках плохой и хорошей погоды;
- учить замечать изменения в природе.

Занятие на участке детского сада (март)

Цели:

- повесить на деревья скворечники и кормушки;
- учить детей находить ориентиры пути;
- учить соблюдать правила поведения в лесу;
- выполнять правило «Не оставляй товарища в беде, всегда приходи к нему на помощь».

Занятие на участке (апрель)

Цели:

- продолжать учить детей ориентироваться в знакомых улицах города;
- учить разбираться в карте, на которую нанесен маршрут;
- учить выполнять все задания, указанные на карте;
- закреплять в сознании детей то, что команды командира надо выполнять с первого раза;
- познакомить с туристским снаряжением.

Занятие на участке детского сада (май)

Цели:

- закрепить знания детей о растениях и животных края;
- закрепить знания о типах костров;
- познакомить с туристской палаткой.

Перспективный план занятий и туристических прогулок детей 5-7 лет

№ п/п	Месяц	Тема	Задачи
1.	Сентябрь. Осенний поход.	«Кто сказал, что осень грустная пора»	Предварительная проверка возможностей детей. Формировать интерес к осенней природе. Закрепить азы экологических знаний в ходе соревнований осенних признаков. Прививать любовь к родному краю.
2.	Октябрь. Занятие.	«Ребята – туристы»	Формировать чувство осторожности и основы безопасности. Дать детям понятия о туризме, о простейшем типе костров. Учить правильно, складывать рюкзак. Воспитывать интерес к занятиям туризмом.
3.	Ноябрь. Туристический поход.	«Ребята – туристы»	Формировать у детей чувство осторожности и основы безопасности. Совершенствовать у дошкольников ловкость, выносливость. Закрепить у детей навык укладывания костра в колодец. Воспитывать смелость, выдержку, интерес к занятию туризмом
4.	Декабрь. Занятие.	«Мы туристы»	Формировать у детей чувство осторожности и основы безопасности. Познакомить детей с простейшими туристическими знаками и выкладыванием костра типа «таежный». Закрепить у детей навык выкладывание костра «колодец». Воспитывать смелость, выдержку, интерес к занятиям туризмом.
5.	Январь. Поход.	«Мы туристы»	Формировать у детей чувство осторожности и основы безопасности. Совершенствовать у дошкольников ловкость и выносливость. Закрепить у детей навык выкладывания «таежного» костра и туристические знаки. Воспитывать смелость, выдержку, интерес к занятиям туризмом.
6.	Февраль. Занятие.	«Ребята – туристы опять идут в поход»	Формировать у детей чувство осторожности и основы безопасности. Познакомить детей с компасом и научить обращаться с ним. Воспитывать смелость, выдержку, интерес к занятиям туризмом.
7.	Март. Туристический поход.	«Ребята – туристы опять идут в поход»	Формировать у детей чувство осторожности и основы безопасности. Закрепить у детей умение пользоваться компасом. Воспитывать интерес к занятиям туризмом.
8.	Апрель. Занятие.	«Ребята – туристы шагают с рюкзаком»	Формировать у детей чувство осторожности и основы безопасности. Познакомить детей с простейшими топографическими знаками, определять по компасу стороны горизонта. Совершенствовать у дошкольников ловкость, выносливость, воспитывать смелость, выдержку.

4. Обеспечение дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

4.1. Методическое обеспечение.

При организации образовательного процесса используются следующие **методы**: игровые, наглядные, словесные, практические.

Формы организации занятия: теоретическое, практическое, участие в соревнованиях.

Педагогические технологии: здоровьесберегающие; игровые; технологии индивидуализации обучения.

Предполагается, что у педагога имеется в наличие разнообразный дидактический и методический материал.

Дидактический материал в электронном виде, раздаточный материал:

1. Учебные материалы (тесты (устно))
2. Карты
3. Учебные пособия для детей (таблицы)
4. Раздаточный материал (веревки, карабины, обвязки)
5. Аудио - видео средства туристские, спортивные.

4.2. Материально-техническое обеспечение.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа дополнительного образования по ознакомлению детей старшего дошкольного возраста с элементарным туризмом «Туристыта» предполагает наличие у кружка необходимого личного и группового туристского и специального снаряжения, бивуачного и вспомогательного (хозяйственного, медаптечки и пр.), обзорные карты края; кроки, схемы; топографические карты (карточки); компасы, веревки, карабины, страховочные системы; основные и вспомогательные веревки, бивуачное и спец. тур. снаряжение.

Туристское снаряжение:

1. Рюкзак - 2 шт.
2. Спальный мешок - 1 шт.
3. Турковрики - 10 шт.
4. Система страховочная - 2 шт.
5. Палатка - 1 шт.
6. Котелки – 1 шт
7. Аптечка - 1 набора
8. Компаса жидкостные - 2 шт.
9. Веревка основная (20м) - 2 шт.
10. Веревка вспомогательная (20 м.) - 2 шт.
11. Карабин туристский с муфтой - 15 шт.
12. Шлем защитный - 10 шт.

5. Мониторинг образовательных результатов.

Мониторинг проводится два раза в год.

Метод мониторинга: наблюдение за детьми в процессе выполнения обычных и специально подобранных заданий, беседы.

Сводная диагностическая карта уровня развития туристских качеств у детей 5-7 лет

Группа _____ Воспитатели

№	Ф.И. ребенка	Умеет ориентироваться на местности и по компасу	Знает туристские должности и предметы для туризма	Знает снаряжение туриста (личное, групповое и специальное) и основы закалывания	Знает и умеет собирать рюкзак в поход, знает что такое палатка и для чего она применяется	Имеет первичные представления о природе и о своем родном крае	Знает, что такое топографические знаки и для чего они нужны	Знает, для чего нужны тур.узлы и умеет вязать их	Всего
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
Всего									

Критерии оценки параметров, определяющих уровень развития туристских качеств в соответствии с 3-балльной системой:

3 - достаточный

2 – близкий к достаточному

1 – недостаточный

Уровни освоения: 21 балл – достаточный;

14 – 20 баллов – близкий к достаточному;

7 – 13 баллов – недостаточный.

Список информационных источников

1. Т.П. Завьялова. Программа двигательной и познавательной деятельности с использованием средств туризма “Туристыята” (для подготовительной к школе группы). Дошкольное воспитание, - 2003, - №8, с.50-53
2. Селуянов В.Н., Федякин А.А. Биологические основы оздоровительного туризма. – М.: СпортАкадем Пресс, 2008.
3. Детский туризм: Учебное пособие / Под ред. Евсеева С.П., Федотова Ю.Н. – СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2012.
4. Федотов Ю.Н. Спортивно – оздоровительный туризм. – СПб.: ГАФК им П.Ф. Лесгафта, 2001.
5. Федотов Ю.Н., Востоков И.Е. Спортивно-оздоровительный туризм. – М., 2004.
6. Шабанов А.Н. Карманная энциклопедия туриста. – М.: «Вече», 2000.