УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ МАЗАНОВСКОГО РАЙОНА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД «ДЕЛЬФИН» С. НОВОКИЕВСКИЙ УВАЛ

Рассмотрена и рекомендована
к утверждению

протоколом педагогического совета
№ 4 от 21.02.2024

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
МБДОУ «Дельфин»
с. Новокиевский Увал
приказ № 21 от 21.02.2024
_____ В.В. Шевченко

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«ЮНЫЙ ТУРИСТ» 5-6 лет

Направленность: туристско-краеведческая

Уровень: стартовый
Возраст обучающихся: 5-6 лет
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель программы:
Пескова Светлана Николаевна,
педагог дополнительного образования

с. Новокиевский Увал, 2024

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел 1. Комплекс основных харктеристик программы …… 3
Нормативно-правовые основы для разработки программы …… 3
1.1. Пояснительная записка …….. 4
1.2. Цели и задачи программы …… 5
1.3. Содержание программы ……..7
1.4. Планируемые результаты …… 13
Раздел 2. Комплекс оргаизационно-педагогических условий …… 14
2.1. Календарный учебный график ……. . 14
2.2. Условия реализации программы ……. 18
2.3. Формы аттестации …….. 20
2.4. Оценочные матеиалы ……. ..20
2.5. Методическое обеспечение ……. 24
2.6. Рабочая программа воспитания…….. 26
2.7. Календарный план воспитательной работы…….. 28
Список литературы ……. 29
Приложение …….. 33

РАЗДЕЛ № 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

НОРМАТИВНО-ПРАВОВЫЕ ДОКУМЕНТЫ

1. Федеральный закон РФ от 29.12.2012 г. № 273 ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями от 31.07.2020 № 304-ФЗ, от 02.07.2021 № 322-ФЗ);
2. Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 27.07.2022г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам»;
3. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022г. N 678-р, «Разработка предложений о сроках реализации дополнительных общеразвивающих программ»;
4. Постановление Главного государственного санитарного врача от 28.09.2020 г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (зарегистрировано в Минюсте России 18.12.2020 № 61573);
5. Постановление Главного санитарного государственного врача РФ от 28.01.2021 № 02 «Об утверждении санитарных правил СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (зарегистрировано в Минюсте РФ 29.01.2021 №62296);
6. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 г. (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03. 2022 г. N 678-р);
7. Методические рекомендации по разработке и реализации дополнительных общеобразовательных программ / Голубева С.А., Лантухова И.А. – Благовещенск: Издательство ГАУ ДПО «АмИРО», 2022. – 111с.

Локальные акты образовательной организации:

- Устав МБДОУ детский сад «Дельфин» с. Новокиевский Увал
- Правила внутреннего распорядка МБДОУ детский сад «Дельфин» с. Новокиевский Увал
- Правила по технике безопасности
- Правила пожарной безопасности

Нормативно-правовые акты по направлению:

- Положение о дополнительном образовании МБДОУ детского сада «Дельфин» с. Новокиевский Увал

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный турист» имеет **туристско-краеведческую** направленность и ориентирована на воспитание, физическое и эмоционально-нравственное развитие дошкольника в процессе туристско-краеведческой деятельности, предполагает стартовый уровень освоения знаний и практических навыков. Программа разработана в соответствии с современными нормативно-правовыми документами в сфере образования. Программа «Юный турист» реализуется на базе муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада «Дельфин» с. Новокиевский Увал.

Программа адресована на обучающихся дошкольного учреждения через проведение непрерывной, систематической, комплексной подготовки и направлена на приобретение детьми основных знаний по технике и тактике туризма, ориентировании на местности, оказании первой медицинской помощи, знакомство с проведением туристических соревнований.

Назначение программы «Юный турист» заключается в том, что у обучающихся 5-6 лет посредством овладения простейшими туристическими навыками, улучшится здоровье, повысится двигательная активность, сформируется осознанное отношение к своему здоровью, навыки сознательного участия в охране окружающей среды.

Данная программа предполагает овладение определенным кругом знаний и умений, необходимых юным туристам-путешественникам. Обучающиеся научатся выбирать место для привала, разводить костер, ставить палатку, готовить на костре пищу, оказывать первую помощь при травмах и внезапных заболеваниях.

Актуальность программы обусловлена тем, что современные условия жизни и образования предъявляют высокие требования к уровню психофизического состояния дошкольников, к их общекультурной готовности при переходе из детского сада в общеобразовательную школу. В связи с этим активизируется поиск таких подходов к оздоровлению, воспитанию и развитию детей средствами туристской и краеведческой деятельности, которые могли бы не только повышать физическую подготовленность, но и одновременно развивать умственные, познавательные способности и готовить их к жизни. Занятия по данной программе помогут обучающимся расширить свой кругозор, знания по краеведению, развить умение работать в коллективе и проявить такие личные качества, как ответственность, дисциплинированность, творческий подход к делу.

Новизна программы заключается в том, что у детей в непринужденной обстановке, с помощью выходов в природу, музейных и мультимедийных средств расширяется кругозор, дополняется и развивается комплекс знаний, умений и навыков.

Отличительные особенности программы от уже существующих в этой области заключается в том, что у детей в непринужденной обстановке, с помощью выходов в природу, музейных и мультимедийных средств расширяется кругозор, дополняется и развивается комплекс знаний, умений и навыков.

Адресат программы - воспитанники 5-6 лет, имеющих желание заниматься в туристско-краеведческой направленности в возрасте от 5 до 6 лет, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

Количество обучающихся: группа 1 года обучения – число детей, одновременно находящихся в группе до 16-ти человек.

Объем программы 36 академических часов.

Туристические прогулки-походы являются итоговыми мероприятиями сезонного проекта; проводятся 1 раз в квартал во время дневной прогулки, продолжительностью 1-1,5 часа в зависимости от сезона.

Сроки реализации Программа рассчитана на 1 год обучения (в период с сентября по май месяц учебного года).

Формы обучения: очная.

Уровень реализации программы: стартовый.

Предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предполагаемого для освоения содержания программы.

Особенностью организации образовательного процесса является проведение занятий в групповой форме с ярко выраженным индивидуальным подходом, чтобы создать оптимальные условия для их личностного развития, учитывая подготовленность и возрастные особенности обучающихся.

Вид занятий определен содержанием программы и предусматривает практические и теоретические занятия, соревнования и другие виды учебных занятий и учебных работ. На занятиях создана структура деятельности, создающая условия для творческого развития обучающихся на различных возрастных этапах.

Программа «Юный турист» выстроена на основе парциальной программы рекреационного туризма А.А.Чеменева, А.Ф. Мельникова, В.С. Волкова «Веселый рюкзачок» - Москва, «Русское слово, 2017; методического пособия под редакцией С.В. Кузнецовой «Туризм в детском саду» - Москва, «Обруч», 2013г.

Организационные формы обучения – групповые.

Группы формируются из обучающихся одного возраста. Состав группы обучающихся– постоянный.

Режим занятий:

Продолжительность одного академического часа 25 минут.

Занятия проводятся 1 раз в неделю.

1.2. Цели и задачи программы

Цель программы для детей 5-6 лет: формирование общих навыков самодеятельного, массового туризма.

Задачи программы:

Обучающие:

- расширить знания о туризме, его видах, развить устойчивый интерес к природе родного края, к окружающему миру;
- развить и укрепить познавательную активность старших дошкольников;
- закрепить знания о правилах поведения в природе, в туристической прогулке;
- обучить детей туристическим навыкам в ориентировании на местности по местным признакам, умении пользоваться компасом, расширить знания в топографии, составление карты, расширить знания и умения детей в туристической технике;
- сформировать и закрепить у обучающихся потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании.

Развивающие:

- развить и совершенствовать физические качества: координацию, ловкость, быстроту, равновесие, выносливость;
- обогатить, разнообразить и усложнить двигательный опыт детей (совершенствование основных движений на туристической полосе препятствий, введение упражнения «маятник», «паутина»);
- привить и совершенствовать потребность к здоровому образу жизни;
- сформировать у детей привычки думать и заботиться о своём здоровье

Воспитательные:

- воспитывать в детях нравственные качества: взаимопомощь, коллективизм, доброту, бережное отношение к природе;
- воспитывать позитивное отношение к пешему туризму, потребность в занятиях пешим туризмом;
- воспитывать умение самостоятельно принимать решение в сложившейся ситуации;
- сформировать потребность в регулярных занятиях физическими упражнениями.

Вид программы: модифицированная.

Принципы реализации программы

Содержание Программы выстраивается с учетом следующих основных дидактических ПРИНЦИПОВ: доступность и наглядность, последовательность и систематичность обучения и воспитания, учет возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся.

Обучаясь по программе, дети проходят путь от простого к сложному, с возможностью возврата к пройденному материалу на новом, более трудоемком уровне. Формой итоговой аттестации освоения туристической деятельностью становятся: соревнования, туристический слёт, туристическая прогулка

1.3. Содержание программы

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Тема занятия	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		всего	Теория	Практика	
1.	Чем полезны и интересны туристские походы 1.Азбука юного туриста 2.Основывыбезопасноституристов 3. Понятие об искусственных и естественных препятствиях 4. Преодоление препятствий 5.Походныедолжности 6. Собираемся в поход	**6**	 1 0,5 0,5 0,5 0,5	 05 1 0,5 0,5 0,5	Эстафета / опрос, наблюдение, выполнение практических заданий,
2	**Правила передвижения в походной жизни»** 1 Работа с правилами туристов 2. Туристский строй 3. Правила взаимопомощи и взаимовыручки 4. Понятие о биваке, привале, их месторасположении	**4**	 0,5 0,5	 0,5 1 1 0,5	Ига-соревнование / выполнение практических заданий
3	**Азбука туристско - бытовых навыков** 1. Одежда туриста в разные времена года 2. Личное снаряжение 3. Кружка, ложка, миска, их особенности 4. Спальный мешок, коврик для отдыха 5. Знакомство с палаткой 6. Виды туристских костров	**6**	 0,5 0,5 0,5 0,5 0,5 0,5	 0,5 0,5 0,5 0,5 0,5 0,5	Викторина, игра–эстафета, соревнования по медицине / выполнение практических заданий
4.	**Юный топограф.** 1. Играем в прятки 2. Найди игрушку по плану 3. Условные знаки 4. Ориентирование по экологической тропе	**4**	 0,5 0,5	 1 1 0,5 0,5	Игра –эстафета, топографические игры , практическое задание по составлению плана/ выполнение практических заданий/
5	**Туристское ориентирование** 1. Стороны света 2. Компас его устройство и предназначение 3. Волшебная опушка 4. Ориентирование по экологической тропе	**4**	 0,5 0,5 	 0,5 0,5 1 1	Игровые задания, полоса препятствий практическое задание с определением сторон горизонта / выполнение практических заданий
6.	**Хочу все знать** 1. Вода и огонь (серия опытов) 2. Волшебница вода	**2**	0,5 0,5	0,5 0,5	Викторина, игра эстафета / выполнение практических заданий

7.	**Если хочешь быть здоровым** 1. Если хочешь быть здоровым (решение проблемных ситуации) 2. Помоги сам себе и своему другу. Игра «Айболит» 3. Переноска пострадавшего	**3**	0,5 0,5 0,5	0,5 0,5 0,5	Эстафета с элементами соревнования / выполнение практических заданий
8.	**Азбука спортивно-оздоровительного туризма** 1. Установка палатки 2. Секреты туристских узлов (проводник) 3. Туристские узлы (восьмёрка, схватывающий) 4. Виды туристских костров (шалаш, колодец) 5. Виды туристских костров (нодья, таёжный) 6. Соревнования «Туристы - непоседы» 7. Как дети Умке помогли	**7**	0,5 0,5 0,5 0,5 0,5	0,5 0,5 0,5 0,5 0,5 1 1	Викторина,мини-соревнования по вязке узлов, контрольные нормативы, анкетированиевыставка по итогам / опрос, наблюдение, выполнение практических заданий
Итого:		**36**	**14**	**22**	
Проведение походов - вне сетки часов					

Группа	**Длительность образовательной деятельности (мин)**	**Количество часов**			**Интеграция областей**
		По полугодиям		**В год**	
Старшая группа (5-6 лет)	25 мин	1 полугодие	16	36	Интегрирует со всеми образовательными областями в течение года
		2 полугодие	20		

Итоговые мероприятия (туристические прогулки-походы)

Группа	**Длительность образовательной деятельности (мин)**	**Всего в год**	**Интеграция областей**
Группа для детей 5-6 лет	60-90	4	Интегрирует со всеми образовательными областями в течение года

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

Раздел 1. Чем полезны и интересны туристские походы

*Раздел1.1.***Азбука юного туриста. Вводное занятие**

Теория: Знакомство с правилами туриста. Показ презентации о туризме. Чтение рассказов о природе, рассматривание иллюстраций о природе и животных Амурской области. Рассматривание иллюстраций о лесе и растениях, занесенных в Красную книгу. Просмотр презентации «Животный мир родного края».

*Раздел 1.*2. **Основы безопасности туристов.**
Теория: Понятие по вопросу собственной жизнедеятельности в окружающей природе.
Практика: Дидактические игры «Хорошо - плохо», «Настроение», «Чтобы избежать неприятности». Лото «Безопасный туризм».
*Раздел 1.*3. П**онятие об искусственных и естественных препятствиях.**
Практика: Практические занятия на полосе препятствий в туристской зоне.
Игра «Угадай дерево по листу»
Раздел 1.4. **Преодоление препятствий**
Теория: Беседы: Правила поведения туристов в природных условиях. Правила поведения на прогулке. Основные правила дорожного движения, движение туристской группы.
Практика: Игра - эстафета: «Переправа по бревну», эстафета: «Собери дрова для костра».
*Раздел 1.*5. **Походные должности.**
Теория: Цикл бесед «Туристские должности в походе», о пользе туризма, о людях, которые занимаются туризмом.
Практика: Д/и: «Отбери туристские должности»
Раздел 1.6. **Собираемся в поход.**
Теория: Беседа «Снаряжение для похода»,
Практика: Дидактическая игра «Опасные ситуации в походе». Игры «Найди пару», «Кто, где живёт», «Третий лишний», «Цепочка слов».

Раздел 2. Правила передвижения в походной жизни

Раздел 2.1. **Работа с правилами туристов**
Теория: Знакомство детей с правилами туристов. Беседа и рассматривание иллюстраций о правилах поведения в природе, в походе. Беседа «Сигналы опасности природы (шипы, колючки, яркая окраска)»
Практика: Игра «Виды туризма».
Раздел 2.2. **Туристский строй**
Практика: Экскурсия в парк (формирование *у*мений правильно вести себя при передвижении по селу, в лесу, у реки, при подъёмах и спусках на склонах, двигаясь в группе строго в колонне по одному, воспитывать бережное отношение к природе родного края).Наблюдение за живой природой. Разучивание стихов о природе. Беседа о бережном отношении к природе «Растения, занесенные в Красную книгу». Игровое упражнение «Как звери в лесу живут». Разгадывание загадок о животных.
Раздел 2.3. **Правила взаимопомощи и взаимовыручки**
Практика: Игры из картотеки «Весёлый рюкзачок» на закрепление навыков общественного поведения.
Раздел 2.4. **Понятие о биваке, привале, их месторасположении**
Теория: Беседа: «О туризме и туристах». Знакомство с понятиями: привал, поход, тренировка(находить удобные и безопасные места ночлегов в стороне от деревень, где удобнее поставить палатку, где развести костер, есть ли наличие дров, воды). Отгадывание загадок на туристическую тему
Практика: Игры из картотеки «Весёлый рюкзачок».

Раздел 3. Азбука туристско-бытовых навыков

*Раздел 3.1.***Одежда туриста в разные времена года**

Теория: Просмотр мультимедийной презентации «Как погода влияет на выбор одежды для туристской прогулки»,

Практика: П/и: «Будь внимательным», интерактивная игра «Отбери необходимые вещи для похода». Д/и: «Оденемся в поход», Д/и: «Найди пару».

Раздел 3.2. **Личное снаряжение**

Теория: Беседа «Кем ты будешь в походе?». Просмотр презентации «Личное туристское снаряжение». Просмотр иллюстраций «Что в наших рюкзаках?».

Практика: Показ правильной укладки рюкзака. Игра «Туристическое лото» (кто быстрее найдет правильную картинку).Д/и: «Отбери личное снаряжение».

*Раздел 3.3.***Кружка, ложка, миска, их особенности**

Теория: Беседа «Какая должна быть посуда у юного туриста».

Практика: Д/и «Отбери посуду для похода». Просмотр мультимедийной презентации «Идём в поход».

Раздел 3.4. **Спальный мешок, коврик для отдыха**

Теория: Знакомство детей с туристическим снаряжением: спальный мешок, коврик.

Практика: «Д/и: «Разложи и объясни», «Ошибка туриста», «Третий лишний», речевое упражнение «Объясни».

*Раздел 3.5.***Знакомство с палаткой**

Теория: Знакомство детей с туристическим снаряжением - палатка. Показ иллюстраций с изображением разных видов палаток.

Практика: Сбор и разбор палатки (последовательность*).* Игра - эстафета «Туристические препятствия».

Раздел 3.6. **Виды туристских костров**

Теория: Рассказ «Зачем нужны костры в походе». Беседа «Виды костров», демонстрирование иллюстраций.

Практика: Игры соревновательного характера: «Кто быстрее подготовит костер», «Вкусный обед».

Раздел 4. Юный топограф

Раздел 4.1. **Играем в прятки**

Рассматривание карты с топографическими знаками. Зачем нужны карты?

Практика Игра - тренировка «Мы собираемся в поход». Игры - эстафеты: «Какие знаки тебе встретились в пути?»,» Найди по знакам», «Отметь на карте свое местонахождение», «Что ты заметил?».

*Раздел 4.2.***Найди игрушку по плану**

Практика: Практическое занятие по составлению планов: («Составь план спальной комнаты», «Составь план раздевальной комнаты», «Составь план детской комнаты в вашей квартире».) П/и: «В поисках сокровищ» (находить дорогу по ориентирам». Дидактические игры: «Где план, а где рисунок?», «Найди место игрушке» (правильно определять углы, стороны и центр листа бумаги), «Нарисуй игрушки на листе бумаги» (с опорой на рисунок-

образец), «Нарисуй игрушки на листе бумаги» (с опорой на реальные предметы, расставленные на столе).

Раздел 4.3. **Условные знаки**

Теория: Различие топографических знаков на рисунке и плане. Просмотр мультимедийной презентации: «Топографические карты и знаки».

Практика: Игра - эстафета «Туристические препятствия», «Путешествие по реке», «Придумай и отгадай».

Раздел 4.4. **Ориентирование по экологической тропе**

Теория: Рассказ о том, зачем нужно ориентироваться.

Практика: Игровое упражнение «Найди направление», «Что у тебя за спиной, справа, слева» .Игровые упражнения «Где спрятано», «Найди, узнай и назови растения», «Перейди болото по кочкам».

Раздел 5.Туристское ориентирование

Раздел 5.1.**Стороны света**

Теория: Беседа на тему: «По каким признакам можно определить стороны горизонта?». Рассматривание картин и иллюстраций с изображением линии горизонта. Игра-путешествие «Знатоки родной природы».

Практика: Практическое занятие на участке с определением сторон горизонта по солнцу. «Определение сторон горизонта по местным признакам», выход на возвышенное место, рассматривание линии горизонта. П/и: «Северный, южный ветер», «Кто быстрее?».

*Раздел 5.2***. Компас его устройство и предназначение**

Теория: Определение сторон горизонта. Беседы «Как работают с компасом?», «Волшебная стрелка».

Практика: Игра – эстафета «Ловкий турист». П/и: «Прогулка с компасом»

Раздел 5.3.**Волшебная опушка**

Практика: Игровые задания: «Ищи клад», «В гости к дядюшке АУ», «Таежные Робинзоны». П/и: «Юные ориентировщики». Полоса препятствий.

Раздел 5.4 **Ориентирование по экологической тропе**

Практика: Выполнение практических заданий «Найди, узнай и назови растения» на различие ядовитых и съедобных грибов и ягод, цветов и животных, которые занесены в красную книгу. Прыжки на двух ногах до черты – с кочки на кочку, держа мяч в руках или ногах.

Раздел 6. Хочу все знать

*Раздел 6.1***. Вода и огонь (серия опытов)**

Теория: Чтение рассказа: «Как в термосе греется чай». Чтение рассказа «Леса в огне».

Практика: Серия опытов: «Фильтрование воды», «Воздух и огонь», Игра – эстафета «Болото».

Раздел 6.2 **«Волшебница вода»**

*Теория: Б*еседа о правилах безопасного обращения с горячими предметами

Практика: Серия опытов: «Образование пара», «Сушим руки», Опыт «Холодильник», «Сушим носки», Игра «Горячо, тепло, холодно»

Раздел 7. Если хочешь быть здоровым

*Раздел 7.1.*Беседа «Что такое здоровье», «Оказание помощи пострадавшим и сохранении здоровья», «Растения — верные друзья» знакомство с отдельными лекарственными растениями.

*Теория :*Чтение художественной и познавательной литературы: серия книг Т.Шорыгиной «Вместе с детьми»; русские пословицы и поговорки «Лесная энциклопедия» С. Красикова.

Практика: Игра-тренинг: «Если друг попал в беду» (оказание первой помощи при ожогах, отравлении, обморожении).

Раздел: 7.2. **Помоги сам себе и своему другу. Игра «Айболит»**

Теория: Беседа с медсестрой об оказании медицинской помощи. Оказание первой медицинской помощи (перевязки). Что такое походная медицинская аптечка.

Практика: Игровое упражнение «Зажги» светофор здоровья».

Раздел: 7.3. **Переноска пострадавшего**

Теория: Рассматривание иллюстраций, видео о природных стихиях (предварительно).

Практика: Эстафета с элементами соревнования: «Трудное препятствие» . «Обработка, перевязывание раны», «Наложение шины».

Раздел 8.Азбука спортивно-оздоровительного туризма

Раздел: 8.1. **Установка палатки**

Теория: Отгадывание загадок на туристическую тему. Показ иллюстраций с изображением разных видов палаток.

Практика: Тренинг по установке палатки (простой двухместной).

Соревнования по командам «Кто быстрее установит палатку».

Раздел: 8.2. **Секреты туристских узлов (проводник)**

Теория: Показ техники вязания узлов.

Практика: Вязание узлов из веревок разной и одинаковой толщины. Игра «Какой узел», игры из картотеки «Весёлый рюкзачок».

Раздел: 8.3. **Туристские узлы (восьмёрка, схватывающий)**

Теория: Показ техники вязания «схватывающего», «прямого морского», пиратского» узлов.

Практика: Мини - соревнования по вязанию туристских узлов. Игра. «Угадай и расскажи».

Раздел: 8.4. **Виды туристских костров (шалаш, колодец)**

Теория: Знакомство детей с понятием костра, с требованиями выбора места для размещения его на биваке. Знакомство с такими видами туристских костров, как: шалаш, колодец.

Практика: Игра эстафета «Чьё звено скорее соберёт!», «Кто больше соберёт».

Раздел: 8.5. **Виды туристских костров (нодья, таёжный)**

Теория: Беседа «Виды костров», демонстрирование иллюстраций.

Практика: Игра «Сложи костер по схеме и определи его вид».

Раздел: 8.6. **Соревнования «Туристы - непоседы»**

Практика: Практические упражнения в тур зоне на экологической тропе детского сада: «Угадай и покажи», «Мы собираемся в поход», П/и «Полоса препятствий.

Раздел: 8.7. **Как дети Умке помогли. Итоговая часть**

Практика: Викторина, эстафета (укладка рюкзака, вязка простых узлов, раскладывание и складывание палатки, верёвочная КТД (контрольно-техническая дистанция).

1.3. Планируемый результат.

В результате освоения образовательной программы обучающие

узнают:

- значение и виды туризма;
- правила поведения в природе, в походе;
- элементы походного снаряжения;
- основные виды костров;
- основные правила укладки рюкзака;
- основные топографические знаки;
- способы ориентирования по местным природным признакам;
- компас

овладеют:

- умением складывать макеты костров;
- умением находить походное снаряжение по иллюстрациям;
- умением вязать два – три туристических узла;
- умением находить топографические знаки на карте и распознавать по схеме территории д/с местонахождение спрятанного «клада»;
- умением ориентироваться в групповой комнате, на территории детского сада;
- умением разложить палатку;
- умением находить стороны горизонта по компасу.

РАЗДЕЛ № 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Время проведения занятия	Форма занятия	Дата	Место проведения	Форма контроля
1.	**Чем полезны и интересны туристские походы**						
1.1	Азбука юного туриста	1	15.55-16.20	рассказ, беседа	03.09.2024	спортивный зал	-
1.2.	Основы безопасности туристов	1	15.55-16.20	диалог	10.09.2024	спортивный зал	опрос
1.3.	Понятие об искусственных и естественных препятствиях	1	15.55-16.20	экскурсия	17.09.2024	прогулочный участок	полоса препятствий
1.4.	Преодоление препятствий	1	15.55-16.20	соревнование	24.09.2024	прогулочный участок	игра-эстафета
1.5.	Походные должности	1	15.55-16.20	беседа	01.10.2024	спортивный зал	опрос
1.6.	Собираемся в поход	1	15.55-16.20	беседа	08.10.2024	спортивный зал	наблюдение,
2	**Правила передвижения в походной жизни**						
2.1	Работа с правилами туристят	**1**	15.55-16.20	беседа	15 10.2024	спортивный зал	опрос
2.2.	Туристский строй	**1**	15.55-16.20	экскурсия в парк	22.10.2024	парк	полоса препятствий
2.3.	Правила взаимопомощи и взаимовыручки	**1**	15.55-16.20	игры-упражнения	29.10.2024	прогулочный участок/спортивный зал (по	практическое задание

						состоянию погоды)	
2.4.	Понятие о биваке, привале, их месторасположении	**1**	15.55-16.20	виртуальная экскурсия	05.11.2024	спортивный зал	игра-соревнование
3	**Азбука туристско - бытовых навыков**						
3.1.	Одежда туриста в разные времена года	**1**	15.55-16.20	мультимедийное представление материала	12.11.2024	спортивный зал	опрос
3.2.	Личное снаряжение	**1**	15.55-16.20	диалог	19.11.2024	спортивный зал	выполнение практических заданий
3.3.	Кружка, ложка, миска, их особенности	**1**	15.55-16.20	беседа	26.11.2024	спортивный зал	выполнение практических заданий
3.4.	Спальный мешок, коврик для отдыха	**1**	15.55-16.20	беседа	03.12.2024	спортивный зал	выполнение практических заданий
3.5.	Знакомство с палаткой	**1**	15.55-16.20	соревнование	10.12.2024	спортивный зал	игра–эстафета
3.6.	Виды туристских костров	**1**	15.55-16.20	соревнование	17.12.2024	спортивный зал	эстафета
4	**Юный топограф**						
4.1.	Играем в прятки	**1**	15.55-16.20	соревнование	14.01.2025	спортивный зал	игра–эстафета
4.2.	Найди игрушку по плану	**1**	15.55-16.20	беседа	21.01.2025	спортивный зал	практическое задание по составлению плана
4.3.	Условные знаки	**1**	15.55-16.20	соревнование	28.01.2025	спортивный зал	игра–эстафета

4.4.	Ориентирование по экологической тропе	**1**	15.55-16.20	беседа	04.02.2025	спортивный зал	выполнение практических заданий(топографические игры)
5	**Туристское ориентирование**						
5.1.	Стороны света	**1**	15.55-16.20	беседа	11.02.2025	спортивный зал	практическое задание с определением сторон горизонта
5.2.	Компас его устройство и предназначение	**1**	15.55-16.20	соревнование	18.02.2025	участок/спортивный зал (по состоянию погоды)	игра–эстафета
5.3	Волшебная опушка	**1**	15.55-16.20	соревнование	25.02.2025	участок/спортивный зал (по состоянию погоды)	полоса препятствий
5.4.	Ориентирование по экологической тропе	**1**	15.55-16.20	виртуальная экскурсия	04.03.2025	спортивный зал	выполнение практических заданий
6	**Хочу все знать**						
6.1.	Вода и огонь (серия опытов)	**1**	15.55-16.20	исследовательская деятельность	11.03.2025	спортивный зал	выполнение практических заданий
6.2.	Волшебница вода	**1**	15.55-16.20	исследовательская деятельность	18.03.2025	спортивный зал	выполнение практических заданий
7	**Если хочешь быть здоровым**						
7.1.	Если хочешь быть здоровым (решение проблемных ситуации)	**1**	15.55-16.20	беседа	25.03.2025	спортивный зал	выполнение практических

							заданий
7.2.	2. Помоги сам себе и своему другу. Игра «Айболит»	**1**	15.55-16.20	соревнование	01.04.2025	спортивный зал	соревнования по медицине
7.3.	Переноска пострадавшего	**1**	15.55-16.20	соревнование	08.04.2025	спортивный зал	эстафета с элементами соревнования
8	**Азбука спортивно-оздоровительного туризма**						
8.1.	Установка палатки	**1**	15.55-16.20	соревнование	15.04.2025	прогулочный участок	соревнование
8.2.	Секреты туристских узлов (проводник)	**1**	15.55-16.20	практическая	22.04.2025	прогулочный участок	выполнение практических заданий
8.3.	Туристские узлы (восьмёрка, схватывающий)	**1**	15.55-16.20	соревнование	29.04.2025	прогулочный участок	мини-соревнования по вязке узлов,
8.4.	Виды туристских костров (шалаш, колодец)	**1**	15.55-16.20	соревнование	06.05.2025	прогулочный участок	игра-эстафета
8.5	Виды туристских костров (нодья, таёжный)	**1**	15.55-16.20	беседа	13.05.2025	прогулочный участок	выполнение практических заданий
8.6.	Соревнования «Туристы - непоседы»	**1**	15.55-16.20	экскурсия	20.05.2025	тур зона на экологической тропе	полоса препятствий
8.7.	Как дети Умке помогли	1	15.55-16.20	экскурсия	27.05.2025	парк	эстафета, контрольные нормативы,

2.2. Условия реализации программы

Интегративным результатом реализации дополнительной общеразвивающей программы является создание комфортной развивающей образовательной среды: – обеспечивающей высокое качество образования, его доступность, открытость и привлекательность для обучающихся, их родителей (законных представителей) и всего общества, духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся; – гарантирующей охрану и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся; – комфортной по отношению к обучающимся и педагогическим работникам.

Для этого необходимо, чтобы учебный процесс по программам дополнительного образования осуществляется в кабинетах, спортивном зале на базе образовательного учреждения, на прогулочных участках образовательного учреждения и за пределами учреждения (районном музее, парковой зоне села и т.д.)

Формы и режимы занятий: Особенностью организации учебного процесса по туризму и краеведению является динамичность ее форм. Принципиальное изменение форм организации занятия заключается в том, что занятие по возможности, переносится в ту среду, которая изучается (парк, лес, водоем, участок детского сада, музей, улица, дом, место отдыха и т. д.). Как можно больше экскурсий, целевых прогулок, тематических игр и праздников на воздухе, для расширения образовательного пространства. В ходе воспитательной работы происходит изучение систем правил поведения и жизнедеятельности детей.

Формы образовательной деятельности, используемые на занятиях: групповые, индивидуальные, комбинированные, экскурсии, прогулки, подвижные игры, тематические игры с элементами туристской техники, игры по ориентированию, соревнования – эстафеты.

Реализация программы возможна при соблюдении следующих **условий:**

Организационные:

- создание системы взаимодействия всех субъектов физкультурно-оздоровительной и профилактической деятельности (обучающиеся, воспитатели, родители и медицинские работники);
- организация познавательно-двигательной деятельности с использованием средств туризма в работе с обучающимися.

Физкультурно-оздоровительные:

- наличие комплексной стратегии, направленной на улучшение состояния здоровья детей и их физического развития;
- организация мониторинга состояния здоровья и физического развития;

Психолого-педагогические:

- организация туристических мероприятий;
- обогащение знаний по краеведению;

- экологическое воспитание обучающихся;
- пропаганда здорового образа жизни среди обучающихся, родителей;
- организация педагогического просвещения родителей;
- активное вовлечение родителей в туристические мероприятия;
- природное и социальное окружение (прилегающие парки, лесные массивы, прибрежная зона, социальные объекты).

Материально-технические:

- насыщенная пространственная предметно-развивающая оздоровительная и образовательная среда для обеспечения физических потребностей и эмоционального благополучия каждого ребенка

Предметно-развивающая среда спортзала	**Предметно-развивающая среда спортивной площадки**
1. Спортивное оборудование для развития основных видов движений: ▪ Гимнастический мостик ▪ Гимнастические скамейки. ▪ Гимнастические кольца. ▪ Канат. ▪ Наклонные доски с петлями ▪ Баскетбольные щиты и корзины. ▪ Лесенка-стремянка ▪ Щиты для метания. ▪ Дуги. Тоннели. ▪ Стойки для прыжков. ▪ Набивные мячи. ▪ Мешочки для метания. 2. Физкультурный инвентарь для общеразвивающих упражнений: ▪ Кегли, кубики. ▪ Гимнастические палки, обручи. ▪ Флажки, платочки, погремушки. ▪ Гантели, мячи, скакалки. 3. Физкультурный инвентарь для спортивных игр: ▪ Самокаты. ▪ Городки. Кольцебросс. ▪ Баскетбольные, футбольные мячи. ▪ Клюшки и шайбы. ▪ Набор для бадминтона и тенниса. 4. Инвентарь для профилактики плоскостопия и коррекции осанки: ▪ Мягкие модули. Сухой бассейн. ▪ Резиновый коврик. 5. Магнитофон. 6. CD и аудиоматериал. 7. Наглядно-демонстрационные плакаты, схемы. 8. Стеллажи для хранения оборудования и инвентаря.	Наличие места на спортивной площадке для подвижных игр: футбольное поле, волейбольная площадка. Перечень оборудования для спортивных игр: футбольные ворота 2, баскетбольный щит 2, волейбольная сетка 2, мячи, городки, клюшки, гимнастические палки, бадминтон. Наличие зоны с гимнастическим оборудованием и спортивными снарядами для развития основных видов движений: 1 Перечень оборудования для лазания: Лестница-стремянка (стационарная), тоннель, канат 1. 2 Перечень оборудования для висов, подтягивания: турник 3 (стационарный и подвесной), гимнастические кольца 2, наклонная доска с перекладиной, наклонная лестница 1 (переносная). 3 Перечень оборудования для прыжков: колеса, цветная дорожка для прыжков в длину с места, яма для прыжков в длину с разбега, дорожка для перепрыгивания, перекладины, «классики», выносной материал (длинная и обычная скакалки, резинки). 4 Перечень оборудования для равновесия: колеса, «паутинка», бревно с наклонной доской, дорожка здоровья, лесенка для ходьбы с сохранением равновесия, самокаты, велосипеды. 5 Перечень оборудования для бега: беговая дорожка 3 шт. (10м, 30м, 90м), выносные стойки для бега между предметами. 6 Перечень оборудования для метания: щит для метания в горизонтальную и вертикальную цели, выносные щиты для

	метания в вертикальную цель, кольцебросы, дорожка для метания на дальность.

- личное и групповое туристское снаряжение (рюкзак, коврик, компас, карта местности, веревка, термос, кружка).

Информационное обеспечение:

- профессиональная и дополнительная литература для педагога, обучающихся, родителей;

- наличие аудио-, видео-, фотоматериалов, интернет источников, плакатов, чертежей, технических рисунков.

Доступ в Интернет; оборудование: компьютер, микрофон, колонки; мультимедийный проектор и экран (или интерактивная доска).

№ п/п	Наименование оборудования	Количество
1.	Интерактивная доска	1
2.	Экран	1
3.	Ноутбук (для педагога)	1
4.	Проектор	1

Кадровое обеспечение. Успешную реализацию программы может обеспечивать педагог, при тесном взаимодействии всех субъектов образовательного процесса: воспитателей, родителей, музыкального руководителя, медицинских работников, методической службы детского сада, социальных партнеров.

Квалификационные требования к педагогу: педагог может не иметь квалификационной категории, но должен обладать следующими качествами: опыт работы с детьми дошкольного возраста, знание их возрастных особенностей;

- умение в доступной для родителей форме рассказывать о закономерностях и роли периода раннего детства в развитии человека-личности;

- способность дать консультацию родителям по вопросам воспитания и развития ребенка;

- чуткость, эмоциональность, внимательность к детям и родителям во время занятия.

2.3. Формы аттестации

Способы проверки выполнения программы: тестирование, наблюдения, собеседование, творческие задания, игры-соревнования, викторины, эстафеты.

Формы подведения итогов реализации программы:

- участие в соревнованиях;

- конкурсах, викторинах.

2.4. Оценочные материалы

Оценивание качества учебной деятельности представляет собой важную составную часть данной образовательной деятельности, направленную на ее усовершенствование. Концептуальные основания такой оценки определяются требованиями Федерального закона «Об образовании в

Российской Федерации». Оценивание качества, т.е. оценивание соответствия образовательной деятельности, реализуемой программы направленно в первую очередь на оценивание созданных МБДОУ «Дельфин» условий в процессе образовательной деятельности. Система оценки образовательной деятельности, предусмотренная Программой, предполагает оценивание качества условий образовательной деятельности, обеспечиваемых МБДОУ «Дельфин». Цель: отслеживание процесса и результатов совместной работы педагогов и обучающихся, оценка целесообразности и эффективности используемых средств и методов обучения в ходе реализации программы.

Проводимый мониторинг – это выявление знаний, простейших туристических умений и навыков, двигательных способностей детей и потребности к здоровому образу жизни.

Выделяются следующие области педагогического обследования:

- Физическая подготовленность обучающихся.
- Основы туристической подготовки обучающихся.
- Основы безопасности жизнедеятельности.
- Участие родителей и детей в мероприятиях по воспитанию здорового ребёнка.

Основными методами педагогического обследования является наблюдение, беседа, выполнение тестовых заданий, анкетирование.

Результаты педагогического обследования представляются в виде трёхуровневой шкалы: низкий, средний, высокий.

Низкий уровень – представляет собой тот факт, когда обучающийся не всегда справляется с заданием самостоятельно, даже с небольшой помощью взрослого.

Средний уровень – выполняет задание с небольшой помощью взрослого.

Высокий уровень – обучающийся самостоятельно выполняет предложенное задание.

Мониторинг эффективности реализации программы «Юный турист» проводится 2 раза в год: на начало учебного года с целью выявления уровня знаний учащихся, простейших туристических умений и навыков, на конец учебного года, с целью сравнения полученного и желаемого результатов.

Система мониторинга педагогического обследования результатов освоения программных требований по физической культуре *(приложение 1)*

Показатели подготовленности обучающихся 5 -6 лет к туристической прогулке

Показатели развития	Уровни		
	Низкий уровень	**Средний уровень**	**Высокий уровень**
Физическая подготовленность *(приложение 2)*			
Овладение дошкольником разнообразными видами ходьбы и применение их в зависимости от условий	С помощью взрослого ребёнок движется по тропинке, применяя рациональную технику ходьбы по травяным, земляным склонам, ходьба, преодолевая подъёмы и спуски	По словесному указанию взрослого ребёнок движется по тропинке, применяя рациональную технику ходьбы по травяным, земляным склонам, ходьбы, преодолевая подъёмы и спуски	Ребёнок технически грамотно преодолевает разнообразные сложные препятствия (ручей, бревно, кусты, склон), применяет приёмы страховки, соблюдая элементарные приёмы безопасности
Овладение дошкольником техникой выполнения прыжков, метания и подлезания под предметы	Не владеет техникой выполнения разных видов прыжков (с места, в длину, высоту), метания (вдаль, в цель) и подлезание под предметы	По рекомендациям взрослого ребёнок выполняет правильно все виды прыжков (с места, в длину, высоту), метания (вдаль, в цель) и подлезание под предметы	Самостоятельно, точно и уверенно выполняет все виды прыжков (с места, в длину, в высоту), метания (вдаль, цель) и подлезание под предметы
Основы туристической подготовки *(приложение 3)*			
Формирование умения организовывать и проводить подвижные игры на туристические темы	Ребёнок не проявляет инициативы в организации и проведении игр на туристическую тематику	С помощью взрослого ребёнок организует и проводит игры на туристическую тематику	Ребёнок охотно и активно включается в игру. Самостоятельно организует игру на туристическую тематику
Формирование у дошкольников умения ориентироваться в лесу с помощью туристических атрибутов (маршрутные схемы, карты, планы) по расположению природных объектов	Ребёнок испытывает затруднения в ориентировке в лесу, с помощью маршрутной схемы, карты, планы по расположению природных объектов (солнце, муравейник, деревья)	Ребёнок с небольшой помощью взрослого ориентируется в лесу по маршрутной карте, плану, схеме и по расположению природных объектов (солнце, муравейник, деревья)	Ребёнок самостоятельно ориентируется по маршрутной карте, компасу и солнцу
Овладение умением	Укладывает с помощью взрослого	Ребёнок укладывает рюкзак по	Ребёнок самостоятельно

правильно укладывать рюкзак	рюкзак	словесному указанию взрослого	укладывает рюкзак
Овладение словами – предметами на туристическую тематику	Ребёнок с помощью взрослого называет слова на туристическую тематику	Ребёнок самостоятельно называет слова на туристическую тематику, но затрудняется раскрыть их смысловое значение	Ребёнок самостоятельно называет слова – предметы на туристическую тематику и объясняет их значение
Овладение дошкольником навыков укладке сушняка для костра	Ребёнок с помощью взрослого укладывает сушняк для костра. Затрудняется в названии видов костров (колодец, шалаш, таёжный и т.д.)	Ребёнок затрудняется уложить сушняк для костра. Называет виды костров (колодец, шалаш, таёжный и т.д.)	Ребёнок правильно укладывает сушняк для костра. Называет виды костров (колодец, шалаш, таёжный и т. д.)
Формирование у ребёнка стремления к познанию окружающей природы	Ребёнок не проявляет интереса к исследованию, к установлению причинно – следственных связей, нелюбознателен	Ребёнок задаёт вопросы только в диалоге с взрослым. Устанавливает причинно – следственные связи, экспериментирует в условиях деятельности, возникающей по инициативе взрослого и детей	Ребёнок активно задаёт вопросы, предлагает свои ответы, дискутирует с взрослыми. С удовольствием с взрослыми, с удовольствием экспериментирует с природными материалами. Умеет самостоятельно выстраивать гипотезу. Устанавливать причинно – следственные связи между различными природными явлениями
Формирование основ безопасной жизнедеятельности *(приложение 4)*			
Овладение простейшими способами оказания первой помощи себе и сверстникам	Ребёнок не знаком с способами оказания первой помощи себе и другим при ушибе, порезе и ожоге	Ребёнок имеет представление о простых способах оказания первой помощи себе и сверстнику при ушибах, порезах и укусах насекомых	Ребёнок оказывает первую помощь себе и сверстнику при ушибах, порезах и укусах насекомых
Овладение ребёнком основных навыков личной гигиены	При напоминании взрослого ребёнок неохотно выполняет основные	При напоминании взрослого ребёнок выполняет основные гигиенические	Ребёнок самостоятельно, без напоминания выполняет основные

	гигиенические процедуры (умывание, мытьё рук, соблюдение опрятности внешнего вида, пользование носовым платком)	процедуры (умывание, мытьё рук, соблюдение опрятности внешнего вида, пользование носовым платком, уход за глазами)	гигиенические процедуры (умывание, мытьё рук, соблюдение опрятности внешнего вида, пользование носовым платком)
Формирование у дошкольника умения проявлять заботу о чистоте окружающей среды	Ребёнок проявляет интерес к бережному отношению к природе только после рекомендаций взрослого. Проявляет эмоционально – отрицательное отношение к объектам природы	Ребёнок при напоминании взрослого бережно относится к окружающей природе и поддерживает чистоту во время движения по маршруту	Ребёнок понимает необходимость осторожного обращения с растениями, животными, водой, огнём и т. д. Поддерживает чистоту во время движения по маршруту
Участие родителей и детей в мероприятиях по воспитанию здорового ребёнка			
Активность родителей и детей в туристических прогулках	Не посещают мероприятия с туристической направленностью	Не всегда в системе посещают мероприятия с туристической направленностью	Активное участие родителей и детей в мероприятиях туристической направленностью
Положительное отношение к организации туристических прогулок с дошкольниками	Определяется по результатам анкетирования	Определяется по результатам анкетирования	Определяется по результатам анкетирования

2.5. Методическое обеспечение.

Учебно-методический комплекс (УМК) для педагога:

п/п	Вид методической продукции	Название
1.	Демонстрационные материалы (наглядные пособия)	Карты: Амурской области, Мазановского района Природа Амурской области Топографические знаки Туристские узлы
2.	Таблицы	Охрана природы
		Сезоны года, изменения в природе
3.	Диагностический материал	Сборник тестовых заданий
4.	Диафильмы:	Г. Скребицкий. «Зайкин год», «Кто как зимует», «Кто как лето проводит». Г. Снегирёва. «Их защищает цвет» . В. Железнова. «Тропа» И. Токматова. «Где спит рыбка» Я. Пинасов. «В зимнюю стужу» С. Маршак. «Двенадцать месяцев». Словацкая сказка «У солнышка в гостях» «Лето», «Картины природы и труда в лесной полосе»,

		«Уборка урожая», «Домашние и дикие животные», «В зоопарке», «Уж небо осенью дышало»
5.	Объекты натуральные	Гербарий культурных растений. Гербарий дикорастущих растений. Коллекции плодов, семян, шишек, грибов
6.	Топографические игры, дидактический материал	Карточки условных топографических знаков; Мозаика; Разрезные игры; Топографические диктанты; Кубики; Топографическое лото, домино
7.	Дидактические игры природоведческого содержания	Зоологическое лото. Ботаническое лото. Лото «Где что растёт?», «Цветы». Домино «Ягодка». Лото «Соседи по планете» (о животных: птицы, млекопитающие и т.д.). Лото «Собери шесть» - комплекты карточек: «Домашние животные», «Домашние птицы», «Звери лесов», «Птицы лесов», «Птицы лесов», «Насекомые» и «Рыбы». Лото «Кто соберёт?» – комплекты карточек: «Овощи», «Фрукты», «Ягоды», «Грибы», «Цветы», «Плоды и листья».
8.	Модели	Глобус Земли физический М. 1: 30 000 000.

Учебно-методический комплекс (УМК) для детей

п/п	Вид методической продукции	Название
1.	Схемы, таблицы, рисунки, плакаты	Природа родного края, Основы топографии, Спортивно-оздоровительный туризм
2.	Иллюстрации, слайды	Туристское снаряжение
3.	Видео(аудио)материалы	Спортивно-оздоровительный туризм
4.	Диапозитивы:	«Цветочно-декоративные растения» «Красная книга СССР». Серии: «Лес и его обитатели», «Знакомство с природой», «Времена года в изображении художников»
5.	Видеофильмы	Мультфильм «Маугли», по мотивам сказки Р. Киплинга Мультфильм «Двенадцать месяцев» по сказке С.Я. Маршака; Мультфильм «Тарзан», Мультфильм «Болото», Мультфильм «Земля до начала времени – 1, 2, 3 и 5» Мультфильм «Снежная королева» по мотивам сказки Г.Х. Андерсена
6.	Картотека загадок, ребусов	Туристско-бытовые навыки юного туриста. Основы топографии
7.	Картотека кроссвордов	Съедобные грибы. Несъедобные грибы. Звери нашего леса. Птицы, которые прилетают первыми. Реки Амурской области. Города Амурской области. Рыбы, обитающие в водоёмах Амурской области. Дикорастущие растения, произрастающие в Амурской области. Лекарственные растения.
8.		Глобус Земли физический М. 1: 30 000 000.

2.6. Рабочая программа воспитания дополнительной общеразвивающей программы «Юный турист»

Цель – обеспечение социального формирования личности: развитие нравственных, умственных, эстетических, трудовых потребностей.

Задачи:

- Формировать дружеские взаимоотношения в группе и между группами;
- Способствовать развитию волевого поведения;
- Влиять на формирование чувства прекрасного;
- Формировать экологические знания, нормы поведения в природном и сельском окружении.

Цели и задачи воспитательной части программы совпадает с основной, так как Программа нацелена на формирование и развитие социально-адаптирующийся личности обучающегося, способного к творческому самовыражению через элементы туристско-краеведческой деятельности.

Виды, формы и содержание деятельности

Физическое воспитание.

Физическое воспитание является неотъемлемой частью туристской составляющей Программы: подготовка к соревнованиям, походам. Самоцелью физического воспитания является гармоничное физическое развитие обучающегося, а также укрепление ценностей здорового образа жизни, бережного отношения к своему организму. Физическая подготовка идёт в течение всего года обучения: упражнения на выносливость, ловкость и др. в процессе обучения использования туристским снаряжением, овладении навыками преодоления естественных и искусственных препятствий. Итоговое участие во внутренних соревнованиях способствует к повышению самооценки обучающегося.

Нравственно-патриотическое воспитание.

Нравственно-патриотическое воспитание имеет особое место в Программе, так как одной из задач ее является прививание бережного отношения к окружающим людям (в том числе педагогу и сверстникам) и природе. Создание условий для социализации детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей, принятых в российском обществе, правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у детей чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества.

Реализуется этот вид деятельности через все занятия: воспитание семейных ценностей через изучение традиций семьи, изучение родного края через экскурсии, изучение истории, особенностей природы и географии, непосредственное прикосновение к природе с использованием туристских навыков.

Социально-личностное воспитание.

Программа подразумевает создание условий для формирования и развития социально-адаптирующейся личности обучающегося, повышения уровня мотивации к самообразованию и саморазвитию.

Этот компонент также реализуется на каждом занятии через предоставление педагогом различных способов и вариантов познания мира (изучение родного края через экскурсии, изучение истории, особенностей природы и географии, непосредственное прикосновение к природе – прогулки по лесу, изучение непосредственное флоры и фауны края и т.д.)

Художественно-эстетическое воспитание.

Художественно-эстетическое воспитание – это целенаправленный, систематический процесс воздействия на личность ребенка с целью развития у него способности видеть красоту окружающего мира, искусства и создавать ее. В него входит воспитание эстетического отношения к природе, труду, общественной жизни, быту, искусству. Реализуется это через:

- посещение выставок, музеев, участие в экскурсиях;
- участие в походах, прогулках по лесу, поход в зоопарк;
- участие в выставках и конкурсах фотографий, рисунков в рамках объединения;
- содействие педагогу в создании эстетической развивающей среды (оформления) в учебном помещении.

Планируемые результаты и формы их проявления

В результате реализации программы воспитания и программы «Юный турист» ребенок будет обладать следующими качествами:

- проявлять интерес к изучению нового в том числе: к истории своей страны, своего края, своего народа и его традициям;
- осознавать свои индивидуальные особенности и возможности, быть способным к критической оценке ситуации;
- осознавать важность сохранности природы, знать и соблюдать правила бережного отношения к природе;
- проявлять эмпатическое и бережное отношение к окружающим и природе (устанавливать хорошие взаимоотношения с другими людьми, уметь работать в команде, оказывать помощь тем, кому это необходимо, уважительно относиться к людям иной национальности или религиозной принадлежности, иного имущественного положения, людям с ограниченными возможностями здоровья, уметь соотносить свои желания и стремления с интересами других людей, уважительно относиться к ценностям);
- уметь расположить к себе сверстников и взрослых, заинтересовать их (уверен в себе, открыт и общителен, не стесняется быть в чем-то непохожим на других людей).

2.7. Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название мероприятия, события	Форма проведения	Сроки проведения
1.	Туристский строй	Экскурсия в парк	22.10.2024
2.	Знакомство с палаткой	Соревнования	10.12.2024
3.	Виды туристских костров	Соревнования	17.12.2024
4.	Волшебная опушка	Соревнования	25.02.2025
5.	Помоги сам себе и своему другу Игра «Айболит»	Соревнования	01.04.2025
6.	«Туристы - непоседы»	Соревнования	20.05.2025
7.	Как дети Умке помогли	Экскурсия	27.05.2025
8.	Туристическая тропа	Создание туристической тропы на территории МБДОУ «Дельфин»	В течение года

3. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГА

1. Авдеева Н., Князева О., Стеркина Р. «Основы безопасности детей дошкольного возраста»: Программа дошкольных образовательных учреждений//Дошкольное воспитание. №3. 1997. С.32-40; №4. 1997. С. 5-
2. Алексеева А.А. «Питание в туристком походе» М.1995.
3.Алиева Т. И., Арнаутова Е. П., Протасова Е. Ю. Безопасность на улице: Программно-методическое пособие.- М: Карапуз, 2009.
4. Антропов К. «Узлы» М. 1994
5.Арнаутова Е. П. Педагог и семья. - М.: Карапуз 2001.
6. Ашиков В.И., Ашикова С.Г. «Семицветик» Программа и руководство по культурно экологическому воспитанию и развитию детей дошкольного возраста. М. 1997.
7. Бакина Н.А., Серебрякова Т.А. «Помоги себе сам: система работы по воспитанию у детей дошкольного возраста основ ценностного отношения к своему здоровью» Н.Новгород, 2005.
8. Большакова Л.И. «Воспитание у детей любви к родному краю». Юность. 2014.
9. Бочарова Н.И. «Оздоровительный семейный досуг с детьми дошкольного возраста: пособие для родителей и воспитателей» М. 2003.
10. Бочарова Н.И. «Организация краеведо-туристской деятельности старших дошкольников: Методические рекомендации» М. 1992.
11. Бочарова Н.И. «Туристские прогулки в детском сад» пособие для практических работников дошкольных образовательных учреждений» М. 2004.
12. Глазачев С.Н., Грехова Л.И. «Экологическое образование в опытах дошкольных учреждений» М., Ставрополь, 1999.
13. Глазырина Л.Д., Овсянкина В.А. «Методика физического воспитания детей дошкольного возраста: Пособие для педагогов дошкольных учреждений». М., 2007.
14. Глицинина Н.С., Шумова И.М. «Воспитание основ здорового образа жизни у малышей». М., 2007.
15.Голицына Н.С. «Организация краеведо-туристкой деятельности старших дошкольников» М., 1992.
16. Головина О.И., Зайцева Т.С. «Познай себя сам» Методическое пособие по валеологическому образованию дошкольников. Изд. 3-е. Набережные челны,
Горбатенко О.Ф., Кардаильская Т.А. «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ: планирование, занятия, упражнения, спортивно – досуговые мероприятия». Волгоград, 2008.2010.
17. Грехова Л.И. «В союзе с природой. Эколого-природоведческие игры и развлечения с детьми». М., 2002.
18.Зайцев Г. Уроки Айболита. - Санкт - Петербург, 2009.
19.Зайцев Г. Уроки Мойдодыра.- Санкт - Петербург, 2004.

20.Завьялова Т.П. «Дошкольный туризм: проблемы, поиски, решения//Физическая культура: воспитание, образование, тренировка». 2001. №2 стр. 45-50.
21. Завьялова Т.П. «Методические рекомендации по организации и проведению учебных занятий с использованием подвижных игр в процессе подготовки юных туристов». Тюмень, 1993.
20. Завьялова Т.П. «Туризм в детском саду: новые возможности, новые решения: учебно-методическое пособие». Тюмень, 2006.
22. ЗавьяловаТ. П., Авторская программа «Туристята» (двигательная и познавательная деятельность с использованием средств туризма для дошкольников 5-6 лет).2000 год. Учебно-методическое пособие под редакцией С.В. Кузнецовой «Туризм в детском саду» - Москва, «Обруч», 2013г.;
23. Земскова-Названова Л.И. «Люби и знай родной свой край: занятия по краеведению с малышами». М., 2006.
24. Ильина Е., Основы туристической деятельности / –М., 2000
25. Климова Т., Таранкова Н. «Мы открываем мир»: Программа экологического образования дошкольников / Дошкольное воспитание. 1996. №7. Стр. 20-25.
26. Колбовкий Е.Ю. «Экологический туризм и экология туризма». М., 2011.
27. Королёва А.Е., Кученева Г.Г. «Экологическая дорожка» Авторская программа /Вестник АсЭкО. 1994. Вып. 3-4. Стр. 3-7.
28. Куликов В.М. «Словарь юного туриста». -М., 2003.
29. Куликов В.М. «Походная туристская игротека» Сборник №2. М., 994.
30. Куприна Л.Е. «Азбука туриста-эколога» М., 1991
31.Мамонова Ю. Н., Педагогическая технология «Краеведо - туристская деятельность в детском саду», - М.,1995;
32.Малышакова В.Е. «Воспитание грамотного пешехода». Сборник методических материалов с детьми дошкольного возраста. Тюмень, 1992.
33. Молодова Л.П. «Игровые экологические занятия с детьми»: Учебно-методическое пособие для воспитателей детских садов. Минск, 1996.
34. Николаева С.Н. «Программа экологического воспитания дошкольников». М., 1993.
35. Николаева С.Н. «Формирование экологической культуры». Старшая группа//Дошкольное воспитание. 1996. №7-9.
36. Николаева С.Н. «Юный эколог». М., 2010.
37.Петров С.В. Первая помощь в экстремальных ситуациях: практическое пособие / С.В.Петров, В.Г.Бубнов. – М., 2000.
38.Поломис К. Дети на отдыхе. - Москва, 2005.
39. Потапова Л. «Детям о природе. Экология в играх для детей 5-10 лет». Ярославль, 2000г.;
40. Рыжова Н. А. Экологическое воспитание в детском саду. - М.: Карапуз, 2001.

41.Талм Е. И. Энциклопедия туриста. — М.: «Большая российская энциклопедия», 1993
42. Черемененева А.А., Мельникова А.Ф., Волкова В.С. Парциальная программа рекреационного туризма для детей старшего дошкольного возраста «Веселый рюкзачок». -М.: ООО « Русское слово- учебник»,2017.-80с.
43. Петин АК.Н. «Экологические основы экскурсионной и рекреационной деятельности». Белгород, 2012.
44. Приступа Е.И. «Здоровье ребёнка как социальная ценность» // «Знание. Понимание. Умение». 2007. №1.
45. Романова Е.А., Малюшкина А.Б. «Правила дорожного движения для детей дошкольного возраста». М., 2005.
46. Сборник официальных документов по детско-юношескому туризму, краеведению и летнему отдыху детей». М. 1995.
47. Скоролупова О.А. «Занятия с детьми старшего дошкольного возраста по теме «Правила и безопасность дорожного движения». М. 1995.
48. Скорынына Г. «Юный турист» // Дошкольное воспитание. 1999. №6..
49. Соболева А.В. «Загадки-смекалки». М., 2008.
50. Тихомирова Л.Ф. «Формируем у детей правильное отношение к своему здоровью». Ярославль, 1997.
51. Трубицина С. «Прогулка с детьми. Поиск гармонии с окружающим миром». М., 2002. Стр. 39-46.
52. Шарманова С.Б., Фёдорова А.И. «Развитие познавательных способностей детей дошкольного возраста в процессе физического воспитания». 1998. №1, стр. 50-54.

РЕКОМЕНДУЕМЫЙ СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

1.Волович, В.Г. Человек в экстремальных условиях природной среды/В.Г. Волович. – М.: Мысль, 1983. – 223 с.
2. Крутецкая, В.А. Правила здоровья и оказание первой помощи/В.А.
3. Крутецкая.– СПб.: Изд. Дом «Литера», 2008. – 64 с.
4. Поломис К. Дети на отдыхе. - Москва, 2005.
5. Потапова Л. «Детям о природе. Экология в играх для детей 5-10 лет». Ярославль, 2000г.;
6. Слиж С. «Вместе весело шагать по просторам». Организация семейных прогулок-походов. Дошкольное воспитание. – 2005. №1.
7. Студеникин М. Я. Книга о здоровье детей. - Москва, 2006.
8.Шабанов А. М. Карманная энциклопедия туриста — М.: Вече, 2004
9Шабанов А. М. Карманная энциклопедия туриста — М.: Вече, 2004.
10.Шибаев А.С. Умеете ли вы ориентироваться в пространстве и времени? Умеете ли вы предсказывать погоду? Программированные задания. М.: ЦДЮТур МО РФ,1996.

РЕКОМЕНДУЕМЫЙ СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ

1. Балабанов, И.В. Узлы / – М.:, 2006. – 80 с.
2. Берман, А.Е. Юный турист/ – М.: «Физкультура и спорт», 1977. – 159 с.
3. Бурцев, В.П. Загадки и находки на тропинках спортивного ориентирования/ – М.: ФЦДЮТиК, 2007. – 120 с.
4. Крайнева, И.Н. Узлы: простые, забавные, сложные. 152 модели на все случаи жизни. / И.Н. Крайнева. – СПб.: ИЧП «Кристалл», АОЗТ «Невский клуб», 2011. – 240 с.
5. Садчикова О.Г., Щербакова Ю.В., Зубанова С.Г. Занимательная география/О.Г. Садчикова, Ю.В. Щербакова, С.Г. Зубанова. – Ростов-наДону: Феникс, 2006. – 252 с.
6. Справочник туриста (сост. Онищенко В.В.). Харьков: Фолио, 2007
7. Цветкова И.В. «Туристятам: Книжка-раскраска и книжка-подсказка маленьким любителям путешествий». М., 993.
8. Школьник Ю.К., Золотарёва Е.А. «Атлас животных» М., 2011.

ИНТЕРНЕТ РЕСУРСЫ

http://doropey.ru/ Школа туризма .
http://youtu.be/4fRML_rtc Песенка весёлого туриста
URL:http://www.obruch/node/825Горлова Н.А. «Современные дошкольники: какие они//Электронный журнал «Обруч.ru»

Приложение 1

Система оценки результатов освоения программы

Образовательные области	Критерии	Метод/методика	Периодичность/ сроки	Исполнители
Физическая культура	1.Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации). 2.Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями). 3.Формирование у обучающихся потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.	Тестовые упражнения, наблюдения. ***Методические пособия:*** 1. Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста // Сост. Н. А. Ноткина, Л. И. Казьмина, Н.Н. Бойнович – СПб./1995 2. Рунова М. А. Двигательная активность ребенка в детском саду: Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М., 2000 3. Система экспертной оценки физического развития и физической подготовленности детей, учащихся, молодежи «Физкультурный паспорт», версия 2.39 для Windows, авторские права: Центр ОМО ФВ ДОМ, 2007.	Сентябрь 02.09 – 13.09 Май 15.05 – 30.05	Воспитатели групп

Приложение 2

Мониторинг физической подготовленности детей

Основы физической подготовки «туристят».

1. Развитие силы:

- с сопротивлением партнера (упражнения в парах);
- с преодолением веса предметов (детские штанга, гантели, набивные мячи, мешочки с песком);
- с сопротивлением упругих предметов (эспандер, резиновый бинт);
- с сопротивлением внешней среды (бег по траве, песку, воде, в горку, по пересеченной местности, по снегу);
- с преодолением веса собственного тела (подтягивание, сгибание и разгибание рук, в упоре лежа, лазание по канату, поднимание туловища или ног, выпрыгивание вверх, приседание, упражнения на гимнастических снарядах и тренажерах).

Задачи силовой подготовки

- наибольшее внимание уделять развитию мышц живота и спины;
- чередовать упражнения, способствующие развитию силы различных групп мышц;
- начинать с упражнений, развивающих более мелкие группы мышц;
- регулировать нагрузку, сопротивления, амплитуду повторений.

Упражнения тренировочного занятия.

2. Развитие ловкости.

Задача: совершенствовать координацию движений.

Средства: игры - мини - футбол, баскетбол, настольный теннис, бадминтон, ловишки.

3. Развитие выносливости - одно из важнейших качеств туриста.

Средства развития выносливости: ходьба, кроссовый бег, прыжки, ориентирование, плавание, спортивные и подвижные игры, аэробика.

Для определения развития физических качеств у старших дошкольников используется компьютерная тест-программа «Физкультурный паспорт», разработанная Всероссийским НИИ физической культуры и спорта Центра ОМОФВ Департамента образования г. Москвы, которая включает в себя 6 видов испытаний (тестов), определяющие развитие физических качеств дошкольников **(таблица 1):**

- подтягивание, вис на перекладине – определение силовой и статической выносливости, силы мышц верхнего плечевого пояса;
- прыжок в длину с места – определение динамической силы;
- подъем туловища – определение скоростно-силовой выносливости;
- наклон, вперед сидя – определение гибкости, измеряя подвижность в позвоночнике и тазобедренных суставах, состояние связочно-мышечного аппарата;
- челночный бег 3*10м – определение быстроты и ловкости;
- бег на 30м – определение общей выносливости.

Таблица 1

Тесты для оценки уровня физической подготовленности

Тест	Методика тестирования
Бег на 10 метров с хода	**Цель:** определение скоростных качеств. Тестирование проводится на беговой дорожке не менее 40 метров длиной и шириной 2-3 метра. Дорожка должна быть прямой и плотно утрамбованной. Расположение линии старта и финиша должно быть такое, чтобы солнце не светило в глаза бегущему ребенку. Проводится разметка дорожки по 10-метровым отрезкам. Регистрируется время, за которое ребенок пробегает отрезок от 10-метровой до 20-метровой отметки. Первые 10 метров от старта ребенок разгоняется, набирая максимальную скорость. Педагог включает секундомер в тот момент, когда ребенок пересекает 10-метровую отметку и выключает секундомер, когда ребенок пересекает 20-метровую отметку. Наличие беговой дорожки длиной не менее 40 метров необходимо для того, чтобы ребенок не тормозил на финише.
Бег на 30 метров	**Цель:** определение скоростной выносливости. Тестирование проводится на беговой дорожке не менее 40 метров длиной и шириной 2-3 метра. Дорожка должна быть прямой и плотно утрамбованной. На дорожке отмечается линия старта и линия финиша. Расположение линии старта и финиша должно быть такое, чтобы солнце не светило в глаза бегущему ребенку. Тестирование проводят 2 взрослых: первый педагог с флажком – на линии старта и второй педагог с секундомером – на 4-5 метров дальше от линии финиша (30-метровая отметка). Второй педагог должен находиться дальше линии финиша, чтобы ребенок не тормозил в конце дистанции. По команде «Внимание» ребенок подходит к линии старта и принимает позу «высокого старта». Следует команда «марш», и первый педагог дает отмашку флажком. В это время второй педагог включает секундомер. В момент пересечения ребенком линии финиша секундомер выключается. Взрослым во время бега ребенка не следует корректировать его движения, подсказывать элементы техники. Практика показывает, что при проведении тестирования в соревновательной форме (бег по два человека), результаты детей бывают выше.
Метание набивного (медицинского) мяча весом 1 кг вдаль двумя руками из-за головы из исходного положения стоя	**Цель:** определение силы и координации. Тестирование проводится на ровной площадке. Ребенок встает у контрольной линии разметки и бросает мяч вдаль двумя руками из-за головы, при этом ноги должны быть на ширине плеч, стопы - параллельно друг другу. Ребенок во время броска не должен заходить за контрольную линию. Педагогу необходимо находиться рядом с ребенком для страховки. Дошкольник выполняет три попытки, засчитывается лучший результат.
Прыжок в длину с места (интегральный тест)	**Цель:** определение скоростно-силовых качеств, ловкости, координации. Тестирование проводится в физкультурном зале, дети должны

	быть в спортивной обуви. Если ребенок босиком или в носках, то рекомендуется прыгать на мат или использовать толстый ковер. Исходное положение: стопы - слегка врозь, носки стоп расположены на одной стартовой контрольной линии, ноги немного согнуты. Ребенок прыгает на максимальное расстояние от контрольной линии, отталкиваясь двумя ногами при интенсивном взмахе рук и приземляясь на обе ноги. Нельзя садиться на пол или опираться сзади руками. Измеряется сантиметровой лентой расстояние от контрольной линии до места приземления (по пяткам). Засчитывается лучшая попытка из 3 попыток. Если ребенок не может одновременно приземлиться на обе ноги, то выполнение теста не засчитывается.
Наклон туловища вперед из положения сидя	**Цель:** определение гибкости. Ребенок сидит на полу, ноги врозь (без обуви), расстояние между пятками 20см. Помощник прижимает колени ребенка к полу (колени должны быть выпрямлены). Ребенок медленно наклоняется вперед, при этом ладони выпрямленных рук скользят вперед по линейке, нулевая отметка которой находится на уровне пяток. Ребенок должен задержаться в наклоне не менее 2 сек. Лучший результат засчитывается по кончикам пальцев с точностью до 1 см. Эта цифра записывается со знаком «плюс» (+), если ребенок коснулся за линией, на которой расположены его пятки; если его пальцы не достали линии пяток, то делается запись со знаком «минус» (-); если пальцы на уровне пяток, то ставится «ноль» (0). Для проведения теста можно использовать два куба (опоры) для упора ног и сохранения прямых ног без посторонней помощи. Ребенок старается отодвинуть небольшой кубик, лежащий между стопами, пальцами рук вперед на максимально возможное расстояние. Предоставляется 2 попытки.
Бег на выносливость	**Цель:** определение общей выносливости. Тестирование проводится в конце образовательного периода в физкультурном зале или на физкультурной площадке при благоприятных погодных условиях. В течение образовательного периода с учетом тренированности ребенка продолжительность бега (в медленном или умеренном темпе) постепенно увеличивается с 15-30 секунд до 1-2,5 минут.

Результаты диагностики фиксируются в индивидуальном протоколе тестирования физической подготовленности, где указывается индекс физической готовности (ИФГ) учащегося, с учетом возрастных нормативов и программой тренировок для развития более отстающих физических качеств **(рис. 1)**.

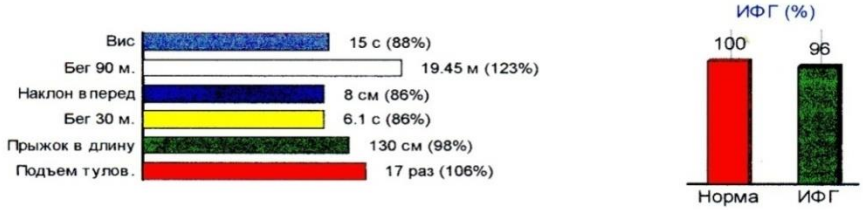
По результатам развития физических качеств детей компьютерная тест-программа автоматически определяет уровень физической подготовленности.

Рисунок 1

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ
протокол тестирования физической подготовленности

Участник: Шевченко Илья
Группа: Почемучки, Мальчики, мед. осн. и подг.
Дата составления отчета: 08.04.2011

Результаты



Заключение

Очень хорошо!
Ваш уровень физической подготовленности достаточно близок к возрастному нормативу.
Необходима незначительная коррекция планирования учебного процесса.

Наиболее отстающие качества

Гибкость (86%)
Быстрота (86%)

Программа тренировок

РАЗМИНКА

Стоя у опоры (стула): подъемы на носки, перекат на пятки
Продолжительность, секунд: 35

Стоя на месте, ноги врозь, кисти к плечам: вращения локтей вперед и назад
Продолжительность, секунд: 30

Стоя на месте, ноги врозь: имитация движения дровосека
Продолжительность, секунд: 30

Ходьба высоко поднимая колени, доставая коленом локоть разноименной руки
Продолжительность, секунд: 30

Ходьба в среднем темпе на четвереньках со сменой направления
Продолжительность, секунд: 30

Учить полному выдоху: руки в стороны-вдох носом, обхватить себя руками-выдох ртом
Продолжительность, секунд: 30

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

Из полуприседа-выпрыжка вверх толчком 2-х ног и махом рук: с отдыхом между сериями
Дозировка: раз: 8 секунд: серий: 3

Спрыгивания с опоры (стул, диван) на мягкий коврик на 2-е ноги: с отдыхом между сериями
Дозировка: раз: 10 секунд: серий: 3

Запрыгивания и спрыгивания 8 раз подряд на возвышенность (свернутый ковер, h до 25 см)
Дозировка: раз: секунд: серий: 4

Бег по комнате (парку) в быстром темпе с отдыхом между сериями
Дозировка: раз: секунд: 40 серий: 3

Упражнение Встать-сесть со стульчика в быстром темпе: сериями
Дозировка: раз: 45 секунд: серий: 3

Ведение мяча (4 м) 1 рукой (в парке) и обратно несколько раз подряд, отдых между сериями
Дозировка: раз: 4 секунд: серий: 4

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ

Ходьба, Расслабление, Отдых.
Продолжительность, минут: 1-2

Тестовые задания педагогического обследования
для выявления туристической подготовки обучающихся
(по Н. И. Бочарову «Туристические прогулки в детском саду»)

Ориентировка по карте

Перед походом нужно изучить свой путь. Выделить на карте ориентиры. На любой из карт вверху всегда север. Поэтому её следует выверить по компасу - положить так, чтобы линии меридиан были направлены на север. Ориентировать карту на местности лучше всего по линиям, изображающим дороги. Встать на дорогу и поворачивать карту до тех пор, пока направление дороги на ней не совместится с направлением дороги на местности.

ВНИМАНИЕ! Следите, затем, чтобы расположение и других предметов также соответствовало карте.

Ориентировка по компасу

Положить компас на ладонь или на планшет медленно вращать его так, чтобы северный конец стрелки совпал с нулевым градусом и буквой «С» Если встать лицом туда, куда указывает стрелка, то справа будет восток, слева - запад. Сзади - юг.

ВНИМАНИЕ! Нельзя пользоваться компасом во время грозы, вблизи больших металлических предметов.

Умение правильно укладывать рюкзак

Конечно, рюкзак. Лучше всего с вшитым дном. Он более вместителен и удобен. Широкие лямки меньше режут плечи. Если лямки узки, подшейте их войлоком или фетром. Перед выходом в путь обязательно подгоните лямки по своей фигуре.

Правильно уложенный рюкзак имеет форму боба и прилегает к спине вогнутой стороной. К спине и на дно укладывают мягкие вещи — одеяло, куртку, свитер. Не бойтесь укладывать вещи друг на друга: рюкзак должен расти вверх, а не в ширину.

То, что понадобится в первую очередь, не убирайте вглубь, а положите поближе.

В наружные карманы принято укладывать головной убор, складной нож, спички, растопку, компас, блокнот, кружку, ложку, мыло, туалетные принадлежности, ремонтный набор.

Все имущество туриста находится в рюкзаке. Руки пусть будут свободными, чтобы пользоваться компасом, блокнотом, картой, подстраховать товарища.

Слова – предметы на туристическую тематику:

Турист, палатка, котелок, спальный мешок, рюкзак, компас.

Слова – определения, словосочетания:

Велосипедный, пеший, лыжный, водный туризм, ловкий, смелый.

Слова – действия:

Поход, привал, сбор, преодолевать, тренировка

Приложение 4

Педагогическое обследование основ безопасной жизнедеятельности детей дошкольного возраста

Педагогическое обследование основ безопасной жизнедеятельности детей дошкольного возраста проводит воспитатель по методике В.Н. Каменева «Напутствие туристу – новичку»; С. В. Дубравина, И.С. Плетминцева «Первая медицинская помощь».

УКУСЫ НАСЕКОМЫХ

Укусы насекомых, прикосновения к медузе или ядовитому растению могут вызвать покраснение и легкую опухоль вокруг укуса, а также боль и раздражение кожи.

Насекомые, такие как пчелы, оставляют в ране маленькое жало. Попытайтесь вынуть его пинцетом. Держите пинцет как можно ближе к коже, и вытаскивайте жало. Не сжимайте мешочек на конце жала, так как в нем содержится яд, и он может попасть в ранку. Наложите холодный компресс, чтобы снять боль и опухоль.

В случае укуса другими насекомыми, такими как осы, протрите кожу мылом, водой или стерильными тампонами. На пораженный участок положите лед.

Укусы насекомых в ротовую полость гораздо опаснее, потому что может возникнуть отек горла и затруднить дыхание.

Ваши действия, если это произошло:

- Уложите пострадавшего в восстановительную позицию, если горло очень опухло.
- Дайте ему маленький глоток холодной воды или кубик льда.
- Наложите холодный компресс из сухой ткани и льда на шею, чтобы снять опухоль.
- Позовите на помощь как можно скорее.

РАНЫ

Рана — это порез или разрыв кожи, через которые вытекает кровь, и болезнетворные бактерии могут попасть внутрь организма. Если бактерии попадают в рану, они вызывают ее заражение и в дальнейшем. Одна из самых распространенных инфекций--столбняк. Если вы поранились, то тщательно проверьте сроки вашей прививки -ее нужно делать каждые 10 лет. Небольшие ранки и порезы затягиваются за несколько минут, так как образуются сгустки крови и закрывают их.

Ваши действия при ранении:

- Если вы поранились, вам понадобятся: повязка, мыло, вода, если возможно, марля или антисептик и пара хирургических перчаток.
- Когда вы поранились, нужно очистить ранку и как можно скорее наложить повязку. Это делается в следующей последовательности:
- Вымойте руки и наденьте перчатки. Усадите пострадавшего и временно накройте ранку чистым куском марли или папиросной бумаги, если она у вас есть.
- Возьмите вышеуказанные предметы.

- Промывайте рану струей чистой холодной воды до тех пор, пока рана не очистится. Затем продезинфицируйте кожу вокруг раны, используя мыло и антисептик. Вытирайте рану очень аккуратно, чтобы не разрушить образовавшиеся на ней сгустки крови. Используйте для этого каждый раз только чистые полотенца, иначе вы занесете в рану еще больше грязи и инфекции.

- Вытрите кожу вокруг раны и наложите повязку-пластырь, если рана небольшая.

- Не трогайте рану пальцами.

- Если рана большая и грязная или уже загноилась, пострадавшего в обязательном порядке необходимо показать врачу. Если же в рану попали кусочки стекла или дерева, не пытайтесь вынимать их сами, а сразу же обратитесь к врачу.

Приложение 5

Туристская маркировка — это система специальных условных обозначений, которые наносятся на местные предметы для разметки маршрутов. Маркировка включает различные виды указателей, которые в своих символах, форме, цвете и буквенно-цифровом коде несут необходимую для туриста информацию и помогают ориентироваться на местности.

Главный элемент маркировки - *маршрутная марка* - имеет форму прямоугольника (основной формат - 180-240 мм), на белом поле которого нанесена цветная полоса или квадрат.



Приложение 6

Условные топографические знаки - маленькие рисунки, которые немного похожи на местные предметы, если смотреть на них сверху, на карте показано местоположение отдельных предметов.



Условно все топографические знаки делятся на пять групп:

- Строения и сооружения;
- Дорожная сеть;
- Гидрография;
- Растительность;
- Рельеф.

Все знаки имеют три отличительных свойства - форму, цвет и размер.

Приложение 7

Определение сторон горизонта по компасу

Компас был известен ещё до нашей эры в Китае. Существует множество компасов: ученические, спортивные жидкостные, компас Андрианова и другие.

Наиболее часто используется **компас Андрианова**.



Ориентирование по солнцу

В солнечный **полдень** ваша тень покажет направление на север



Приложение 8

Основные виды костров



1) «Колодец».

Два полена кладут на угли параллельно, на некотором расстоянии друг от друга, поперек них - еще два и так далее. Такая конструкция по внешнему виду, действительно, напоминает колодезный сруб. Она обеспечивает хороший доступ воздуха к огню, и поленья обычно равномерно горят по всей длине. Хорошо подходит для приготовления пищи.



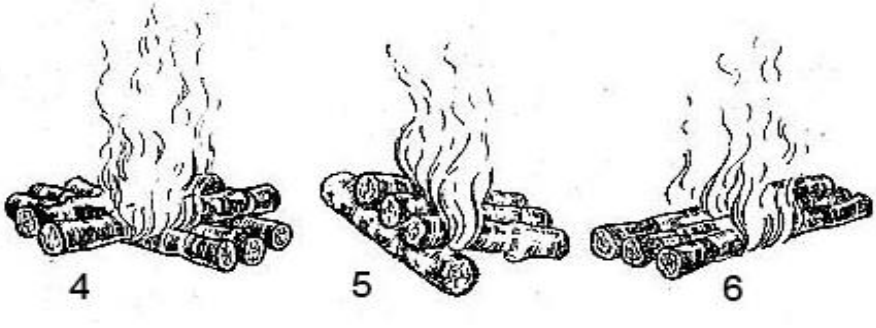
2) «Шалаш».

Этот тип является наиболее распространенным и им пользуются почти все. Как соорудить шалаш? Поленья укладывают на угли наклонно к центру. При этом они частично опираются друг на друга. При такой конструкции костра дрова выгорают в основном в своей верхней части, но зато, благодаря близкому соседству их горящих частей, пламя получается мощным, жарким и концентрированным. Этот костер бывает, выгоден, если нужно вскипятить воду или быстро приготовить что-нибудь в одном ведре, кастрюле, чайнике. Если же надо повесить на огонь не одну посудину, а несколько и, кроме того, желательно, чтобы все было готово одновременно, тогда «шалашик» не подходит. Тут лучше воспользоваться каким-нибудь другим видом костра, хотя бы тем же «колодцем».



3) «Звезда». Поленья укладывают на груду углей с нескольких сторон по радиусам от центра. Горение происходит преимущественно в центре, и по мере сгорания дров их продвигают ближе к центру. Такая схема удобна для медленного горения и поддержания костра.

Хорошо экономит дрова.



4,5,6) «Таежный».

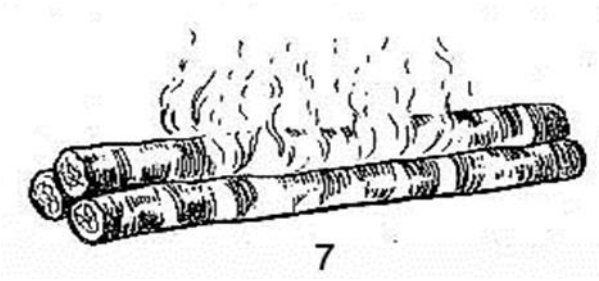
Все три схемы — это разновидности таежного костра.

Костер складывают из длинных поленьев в два ряда, по два-три полена в каждом ряду. Оба ряда пересекаются под некоторым углом. При этом верхний ряд кладут так, чтобы он пересекался с нижним над грудой углей. Место горения

Около углей кладут толстое полено; остальные кладут на него одним концом. Груда углей оказывается под ними.

Три-четыре полена укладывают на угли вплотную или почти вплотную друг к другу. Горение идет по всей длине поленьев, преимущественно в местах их соприкосновения.

Как видим, во всех трех случаях укладка дров в костер совершенно различная. Однако кое-что общее между ними есть. Всегда используется принцип взаимного разогревания горящих поверхностей, разделенных лишь узкими щелями. За счет этого жар усиливается, и между бревнами возникает достаточно сильная вертикальная тяга, хотя они и лежат очень близко друг к другу. Говоря о типах костров, выше везде указывалось, что эти костры складываются из поленьев. Но, конечно, точно такие же костры можно сложить и из не расколотых стволов различной толщины.



7) «Три бревна».

Этот вид костра складывается уже не из отдельных поленьев или чурбаков, а из трех больших бревен длиной 2-2,5 м. Для того чтобы соорудить такой костер, нужны время и силы, но зато он дает много тепла и горит, не требуя новых дров, несколько часов подряд, а если бревна достаточно толстые, то и всю ночь. Прежде чем его разводить, надо иметь достаточно много жарких углей, которые получаются с помощью одного из костров, описанных ранее. Эти угли из компактной кучи надо разворошить и рассыпать узкой полосой длиной 2-2,5 м, соответственно длине заготовленных толстых бревен. Затем нужно набросать поверх углей хворосту. Когда хворост хорошо займется — закатить в огонь слева и справа два из трех приготовленных сухих бревен, оставив между ними расстояние примерно в 1/3 или наполовину диаметра бревна. Угли и горящий хворост окажутся между бревнами. Очень полезно бывает предварительно пройтись вдоль этих бревен с топором и сделать на них по всей длине косые засечки, наподобие тех, которые делают плотники, когда им надо вытесать плоскость. Закатывая бревна в костер, надо повернуть их засечками к огню — так они быстрее разгорятся. Когда они хорошо займутся, на них сверху кладут третье бревно. На нем тоже лучше сделать засечки и, укладывая его, следить, чтобы они были обращены вниз, к огню. Разгораются сухие бревна очень быстро и горят долго (при диаметре 35-40 см или больше — всю ночь). У такого костра можно ночевать даже в сильный мороз.