

Департамент образования Администрации городского округа Самара
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 253» городского округа Самара
(МБДОУ «Детский сад № 253» г.о. Самара)
Россия, 443011, г. Самара, ул. Академика Павлова. Д.84 Тел.: (846)9261648 факс: (846)9261648 e-mail: mdou2539261648@mail.ru

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол № 5 от 26.05.2025 г.



«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ

«Детский сад № 253» г.о. Самара

 В.В. Коротких

Приказ от 28.07.2025г. № 54-од

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Юный турист»
направленность: туристско-краеведческая

Возраст детей: 5-7 лет
Срок реализации – 1 год

Разработчик:

Качаева Ирина Александровна,
инструктор по физической культуре

Самара, 2025г.

Оглавление

1. Пояснительная записка.....	3-9 стр.
1.1. Цель и задачи программы.....	9 стр.
1.2. Возрастные особенности детей.....	10 стр.
1.3. Планируемые образовательные результаты обучающихся.....	11 стр.
1.4. Методика проведения педагогического мониторинга, критерии оценки достижения планируемых результатов.....	11 стр.
1.5. Используемые образовательные технологии, формы, методы и средства обучения.....	12 стр.
2. Учебный план.....	13 стр.
3. Учебно-тематический план.....	14 стр.
4. Содержание программы.....	15 стр.
5. Раздел Воспитание».....	17 стр.
6. Ресурсное обеспечение программы.....	18 стр.
7. Список литературы и интернет-ресурсов.....	20 стр.
Приложение 1 Календарный план воспитательной работы	21 стр.

Краткая аннотация

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный турист» предназначена для воспитанников в возрасте 6-7 лет (подготовительная к школе группа), проявляющих интерес к туризму. В основе данной программы лежит интегративный подход к развитию дошкольников. Содержание определено с учетом возрастных особенностей, программа структурирована, имеет тематический план для возрастных групп, методические рекомендации, дидактический материал, список литературы. В ходе работы над программой «Юный турист» были созданы методические разработки цикла занятий по теме программы, подобраны подвижные и дидактические игры, разработаны сценарии туристических слётов, экскурсий, создана картотека туристических песен, игр. Программа способствует развитию исследовательских и туристических умений детей. В результате обучения дети приобретут двигательный опыт, обогащённый новыми сложными движениями; приобретут физическую подготовленность (спортивная выносливость, ловкость, быстрота, гибкость, подвижность). У воспитанников будут сформированы начальные организационно-методические умения, необходимые для организации туристических походов.

1. Пояснительная записка

Организация детского туризма с дошкольниками является одним из условий для формирования двигательных навыков и привычки к здоровому образу жизни.

Дошкольный туризм имеет много преимуществ:

Во-первых, туризм, как средство физического воспитания, позволяет круглогодично разнообразить двигательную деятельность детей и в полной мере использовать циклические движения на свежем воздухе, которые стимулируют развитие общей выносливости, коррелирующей с показателями здоровья ребенка, и способствуют повышению уровня развития основных физических качеств ребенка, а также решить ряд проблем психологического здоровья дошкольников.

Во-вторых, именно туризму присущи коммуникативные функции и при целенаправленном педагогическом воздействии они могут играть значительную роль в решении задач нравственного воспитания. Туристические походы представляют собой один из важнейших организованных видов двигательной деятельности, в ходе которой решаются не только оздоровительные задачи, но и совершенствуются двигательные и физические навыки детей, формируются основы первых навыков здорового образа жизни.

В-третьих, средства туризма обладают большим познавательным потенциалом и могут способствовать более эффективному и качественному усвоению знаний в соответствии с программными требованиями, а также развивать познавательные способности детей.

Дошкольный туризм характеризуется общедоступностью и рекомендован практически каждому ребенку при отсутствии у него серьезных патологий.

Интересно продуманная туристская двигательная деятельность детей в природных условиях развивает у дошкольников интерес к занятиям туризмом и физической культурой, повышает мотивацию на здоровье и здоровый образ жизни.

К туристической деятельности, как одному из форм работы с дошкольниками, прибегают крайне редко: считается, что туризм – это дело средней общеобразовательной школы. Однако, мы уверены, что детский туризм в оздоровлении детей дошкольного возраста может и должен использоваться в качестве вспомогательного средства в педагогической практике ДОО. Предлагаемая нами система работы по использованию элементарных форм туризма в оздоровлении детей старшего дошкольного возраста с одной стороны, позволяет удовлетворить потребность детей в активной деятельности в рамках оздоровительной работы детского сада, а с другой – способствует становлению эффективного взаимодействия ДОО с родительской общественностью.

Программа «Юный турист» разработана согласно требованиям следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Указом Президента Российской Федерации от 02.07.2021 г. № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации»;
- Указом Президента Российской Федерации от 09.11.2022 г. № 809 «Об утверждении основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
- Указом Президента Российской Федерации от 7.05.2024 г. № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»;
- Концепцией развития дополнительного образования до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);
- ИЗМЕНЕНИЯМИ, которые вносятся в распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 №678-р (утверждены распоряжением Правительства РФ от 15.05.2023 №1230-р);
- Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р);
- Постановлением Правительства РФ от 11.10.2023 № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления

образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказом Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказом Министерства просвещения РФ от 21.04.2023 № 302 «О внесении изменений в Целевую модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденную приказом Министерства просвещения РФ от 3.09.2019 г. № 467»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Стратегией социально-экономического развития Самарской области на период до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Самарской области от 12.07.2017 № 441);
- Письмом Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
- Письмом министерства образования и науки Самарской области от 30.03.2020 № МО-16-09-01/434-ТУ (с «Методическими рекомендациями по подготовке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ к прохождению процедуры экспертизы (добровольной сертификации) для последующего включения в реестр образовательных программ, включенных в систему ПФДО»).

Программа «Юный турист» разработана на основе парциальной программы рекреационного туризма для детей старшего дошкольного возраста «Весёлый рюкзачок» А. А. Чеменевой, А.Ф. Мельниковой, В.С. Волкова, Москва, «Русское слово», 2021 год.

Направленность программы – туристско-краеведческая.

Назначение программы «Юный турист» заключается в том, что у дошкольников 6-7 лет посредством овладения простейшими туристическими навыками, улучшится здоровье, сформируется осознанное отношение к своему здоровью, повысится двигательная активность, а в дальнейшем разовьется потребность в здоровом образе жизни: отказ от вредных привычек, наносящих своему здоровью и здоровью окружающих, сознательного участия в охране окружающей среды.

Новизна программы

При разработке программы учтены требования ФГОС ДО, ФОП ДО. Программа туристско-краеведческой направленности соответствует специфике, климатическим условиям развития и историческим особенностям г. Самара.

Программа включает следующие разделы:

1. Безопасность;

2. Готовимся в поход;
3. Открываем мир;
4. Здоровье и ЗОЖ;
5. Мы – туристы.

Особое внимание в программе обращены на следующие подходы к использованию туристской деятельности:

- краеведческий — дети на основе местного материала знакомятся с явлениями, объектами природы родного края, с его экологическими и социальными проблемами, историей и культурой; осваивают нормы и правила рекреационного туризма, отражающие физико-географические и социокультурные особенности своей местности;
- личностно-деятельностный — благодаря интересно составленной познавательной и двигательной деятельности в природных и социокультурных условиях у детей формируется интерес к занятиям туризмом и физической культурой, к здоровому образу жизни;
- здоровье-формирующий — прогулки-походы, наполненные двигательной активностью, природные факторы (солнце, воздух и вода) оказывают на организм ни с чем не сравнимый оздоровительный эффект. Доказано, что продолжительное выполнение умеренной нагрузки в виде циклических упражнений (ходьба, передвижение на лыжах, велосипедах) способствует развитию такого ценного в оздоровительном плане физического качества, как выносливость;
- культурологический — средствами туризма ребёнок приобщается к отечественной культурной традиции, воспитывается как личность. Ценности родной культуры становятся для него личностно значимыми.

Поэтапное освоение программы предусматривает постоянное движение от простого к сложному, тесное взаимодействие изучаемого материала по годам обучения, разумное сочетание теории и практики.

Актуальность программы

Туризм – вид социальной деятельности, направленный на укрепление здоровья, повышение физической тренированности, выносливости организма, познания и общения.

Туризм неотделим от краеведческой работы, т.е. углубленного изучения во время походов истории, природы и культуры родного края – своей малой родины.

Регулярные занятия туризмом и краеведением с детьми старшего дошкольного возраста, формируют духовный облик ребенка, его характер, жизненные ориентиры, отношения к другим людям, к Родине, природе, труду. Туризм формирует у детей умение интересно и содержательно организовывать свой досуг и включает в себя ряд компонентов: физкультурно – оздоровительный, социально-коммуникативный, эмоционально-психологический, эстетический, познавательный, а также является прекрасным средством всестороннего развития личности ребенка.

Программа рассчитана на детей 6-7 лет и предусматривает проведение игровых занятий познавательно-двигательного характера, физкультурно-

оздоровительной работы и активного отдыха детей, а также активизацию их самостоятельной деятельности. С детьми старшего дошкольного возраста используется простейший туризм и основы краеведения, пешие прогулки на природу как средства развития и приобщения детей к здоровому образу жизни, закладываются навыки патриотического воспитания. При реализации образовательной программы теоретические сведения воспитанников сообщаются в процессе игровых занятий. Занятия в объединении с дошкольниками строятся с учетом наглядно-действенного и наглядно-образного восприятия ребенком окружающего мира.

Данная дополнительная общеобразовательная программа соотносится с тенденциями развития дополнительного образования и согласно Концепции развития дополнительного образования способствует:

- созданию необходимых условий для личностного развития обучающихся, позитивной социализации и профессионального самоопределения;
- удовлетворению индивидуальных потребностей, обучающихся в интеллектуальном, художественно-эстетическом, нравственном развитии, а также в занятиях физической культурой и спортом,
- формирование и развитие творческих способностей учащихся, выявление, развитие и поддержку талантливых учащихся;
- обеспечение духовно-нравственного, гражданского, трудового воспитания учащихся;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся.

Актуальность программы заключается в том, что на современном этапе развития общества она отвечает запросам детей и родителей: формирует социально значимые знания, умения и навыки оказывает комплексное обучающее, развивающее, воспитательное и здоровье-сберегающее воздействие, способствует формированию эстетических и нравственных качеств личности, приобщает детей к творчеству.

Адресат программы

Возраст обучающихся по программе предлагается от 6 до 7 лет.

Старший дошкольный возраст представляется особенно подходящим для туристской деятельности из-за большой пластичности нервной системы ребёнка, её податливости влияниям внешней среды. Старший дошкольник уже овладел основными видами движений, он завершает освоение специализированных локомоций и переходит к освоению новых комбинаций движений и упражнений, зависящих от ситуаций детской деятельности (двигательного творчества, игры, преодоления препятствий). На основе совершенствования органов чувств и движений происходит развитие моторики, физических качеств личности.

Ребёнок пробует самостоятельно и творчески использовать навыки двигательной деятельности в постоянно меняющихся условиях окружающей среды.

По данным современных исследований, именно старший дошкольный возраст является наиболее важным для формирования движений, так как строение,

функции и взаимодействие различных органов и систем достигают в этот период своего совершенства. Однако Д.И. Фельдштейн, отмечает недостаточную сформированность мелкой моторики современных детей, что указывает на неразвитость соответствующих мозговых структур, в том числе отвечающих за произвольность. Ребёнок старшего дошкольного возраста активно осваивает окружающий мир. Это становится возможным благодаря пластичности нервной системы, интенсивному созреванию мозжечка, подкорковых образований, коры головного мозга, завершению дифференциации центров ассоциативных зон, улучшению механизма сопоставления слова с воспринимаемой действительностью, развитию кинестетического контроля. В этом возрасте происходит активное развитие психических познавательных процессов — памяти, внимания, мышления, развивается способность управлять своим поведением. Показателями развития эмоциональной сферы старшего дошкольника, по данным Л.Д. Глазыриной и В.А. Овсянкина, являются умения сдерживать чувства, пользоваться общепринятыми формами их выражения.

Серьёзными достижениями в развитии волевой сферы становятся способности к ограничению желаний, постановке определённых целей, преодолению препятствий, стоящих на пути этих целей, а также правильная оценка результатов собственных действий. В то же время проведённый Н.А. Горловой мониторинг мнения родителей и педагогов указал на главные болевые точки современных детей: повышенную тревожность и агрессию, возбудимость и гиперактивность, потребность к восприятию информации и вместе с этим — повышенные утомляемость и эмоциональность.

Дети настойчивы и требовательны, не желают выполнять бессмысленные действия, они значительно отличаются от своих сверстников прошлого века. Современные дети находятся в постоянном, непрерывном движении, их трудно удержать на одном месте. В организованных видах деятельности они зачастую не могут сосредоточиться, им по-прежнему нужны игровые и заинтересовывающие моменты. У современных детей, по мере их взросления, время произвольной концентрации внимания не увеличивается.

По данным Е.О. Смирновой, «дети теряют способность и желание чем-то занять себя. Они не прилагают усилий для изобретения новых игр, для сочинения сказок, для создания собственного воображаемого мира. Им скучно рисовать, конструировать, придумывать новые сюжеты. Их ничего не интересует и не увлекает. Отсутствие собственного содержания отражается на отношениях детей. Им неинтересно общаться друг с другом. Замечено, что общение со сверстниками стало более поверхностным и формальным: детям не о чем разговаривать, нечего обсуждать, не о чем спорить. Они предпочитают нажать кнопку и ждать новых готовых развлечений».

Современные дошкольники стали более раскованными, раскрепощёнными, инициативными, но в то же время они с большим трудом усваивают нормы нравственного характера, у детей слабо развита эмоциональная сфера, всё, что связано с установкой взаимоотношений и взаимодействий, общением с взрослыми и сверстниками. Эти особенности современных детей диктуют

необходимость использования средств и способов рекреационного туризма для целостного развития дошкольников, создания условий для общения, роста мотивации к деятельности, усвоения общечеловеческих норм и ценностей.

Объем, срок освоения программы. Основные формы организации и режим занятий

Режим занятий:

Занятия по программе организуются 1 раз в неделю, 4 занятия в месяц, 36 занятий в год.

Каждое занятие имеет образовательную логику и реализуется в два этапа: теоретическая база, практические задания. Учебная и развивающая нагрузка сочетается с динамической паузой.

Сроки реализации: 1 учебный год (9 месяцев)

Продолжительность занятий для детей 6-7 лет не более 30 минут.

При реализации программы учитываются индивидуальные особенности детей, желания, состояние здоровья, уровень овладения навыками и умениями.

Используемые формы:

Занятия на территории детского сада, в группе, в спортивном зале, в музыкальном зале; занятия исследования, фантазии, путешествия, наблюдения; экологические экскурсии, экологические праздники, туристские прогулки, конкурсы, викторины, спектакль, игры-путешествия, беседы, опыты, практическая деятельность, соревнования, эстафета, квест-досуги, физкультурные досуги.

Результативность усвоения программы определяется в ходе наблюдения, проведения дидактических игр.

Формы подведения итогов дополнительной общеразвивающей программы различны: выставка детских работ, физкультурный досуг, поход выходного дня.

Особенности набора детей

Набор детей производится в свободном порядке.

Количество детей в группе

Занятия проводятся по группам. Наполняемость – до 15 человек на группу, что позволяет продуктивно вести как групповую, так и индивидуальную работу с детьми.

Продолжительность учебного года: начало занятий – 01 сентября 2025 г., окончание занятий – 31 мая 2026 г.

1.1. Цели и задачи

Цель программы: создание условий для сохранения и укрепления здоровья детей 6-7 лет и их физического развития, формирование навыков здорового образа жизни через организацию и внедрение элементарных форм детского туризма.

Главная задача заключается в том, чтобы довести до сознания детей, родителей то, что детский туризм является одним из источников крепкого здоровья.

Задачи:

- формировать у детей привычки думать и заботиться о своём здоровье;
- совершенствовать движения в естественных природных условиях, обогащать двигательный опыт детей;
- обучать детей первоначальным туристическим навыкам;
- воспитывать в детях нравственные качества: взаимопомощь, коллективизм, доброту, бережное отношение к природе;
- обогатить представление детей о природе родного края.

Принципы реализации программы «Юный турист»

- **Принцип научности и доступности** – все предложенные мероприятия, направлены на укрепление психофизического здоровья, являются научно обоснованными и практически апробированными; основывается на игровом методе.
- **Принцип системности и последовательности** - основным условием для соблюдения рациональной последовательности являются задания постепенно нарастающей трудности: от простого к сложному.
- **Принцип наглядности** - при согласованной работе нескольких анализаторов (зрительного, слухового, двигательного и др.) дети и родители точнее воспринимают материал.
- **Принцип интеграции** – адаптированность программы в разные виды детской деятельности.
- **Принцип дифференциации** - учёт возрастных особенностей развития детей; адаптированность материала к сезонным условиям.
- **Принцип создания благоприятной среды** для усвоения первых туристических навыков, норм и правил здорового образа жизни каждого ребёнка, для развития двигательной активности.
- **Принцип единства с семьей** предусматривает соблюдение единых требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, двигательной активности, развития двигательных и культурно-гигиенических навыков.

1.2. Возрастные особенности детей

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

У детей 6-7 лет формируется потребность в ежедневной двигательной деятельности. Совершенствуется техника основных видов движений, появляется естественность, легкость, точность, выразительность их выполнения. Закрепляется умение соблюдать заданный темп при ходьбе и беге. Дети учатся сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега. Учатся перелазить с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. Учатся перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном темпе. Также у детей развиваются психофизические качества: сила, быстрота, выносливость, гибкость. Дети продолжают

упражняться в статистическом и динамическом равновесии, развивают координацию движений и ориентировку в пространстве. Закрепляют навыки спортивных упражнений. Учатся самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвуют в уходе за ними. Продолжают учиться самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.

1.3. Планируемые образовательные результаты обучающихся

Должны знать:

- первые сведения о туризме как форме познания природы и социума, начальные понятия о туризме и элементах ориентирования в ближайшем окружении;
- виды туризма (горный, водный, автомобильный), с их основными особенностями;
- правила поведения в окружающей среде; уточнить имеющиеся экологические знания и представления;
- сведения о родном крае — улице, районе, интересных и памятных местах в микрорайоне детского сада;
- элементарные правила ориентирования на знакомой местности;
- правила поведения в туристическом походе;
- приёмы составления плана, карты;
- о правилах безопасного поведения на природе, улицах города, в общественных местах;
- о правилах поведения в обществе;
- о правилах оказания первой помощи;

Должны уметь:

- ориентироваться в пространстве;
- составлять маршрут движения;
- моделировать разные маршруты до дома, выбирать наиболее удобный и короткий путь;
- оформлять свои наблюдения, впечатления об улицах города, просмотренном фильме в рисунках по теме «Мой край родной. Город, в котором мы живём»;
- работать с компасом;

1.4. Методика проведения педагогического мониторинга, критерии оценки достижения планируемых результатов

Педагогический мониторинг в дошкольном образовательном учреждении проводится с целью отслеживания эффективности реализации авторской программы «Юный турист».

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

Выделяются следующие области педагогического мониторинга:

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

Методическое обеспечение педагогического мониторинга уровня программных требований по физической культуре, сформированности туристических навыков осуществляет инструктор по физической культуре.

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

Результаты обследования по проблеме: «Организация детского туризма» представляется в виде трёхуровневой шкалы: низкий, средний, высокий.

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

Средний – выполняет задание с небольшой помощью взрослого.

Высокий – ребёнок самостоятельно выполняет предложенное задание.

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

Подведение итогов по результатам освоения материала данной программы проводится в форме итогового мероприятия (выставка работ, спортивный досуг, поход на территории сада)

1.5. Используемые образовательные технологии, формы, методы и средства обучения

Используемые методы:

- словесные;
- наглядные;
- игровые;
- практические.

Формы организации двигательной деятельности

Совместная деятельность взрослого и детей		Самостоятельная деятельность детей	Взаимодействие с родителями / Социальными партнёрами
Непосредственно образовательная деятельность	Образовательная деятельность в режимных моментах		
НОД различного типа: ○ тренировочного типа ○ тематические; ○ сюжетно-игрового характера ○ игровые ○ с элементами	○ Утренняя гимнастика ○ Ритмопластика ○ Подвижные игры ○ Игровые упражнения ○ Игры на воздухе	○ Самостоятельная двигательная активность на прогулке, в зале, в группе ○ Свободный выбор подвижных игр, упражнений, физкультурного	Традиционные формы: ○ Индивидуальные беседы, консультации ○ Создание Наглядно-педагогической пропаганды для родителей (стенды, информационные

логоритмики, ○ пальчиковой гимнастики ○ ритмопластики ○ интегрированные	○ Адаптационная гимнастика после сна ○ Двигательно-оздоровительный час	инвентаря. ○ Двигательно-творческие игры	листы, буклеты) ○ Нетрадиционные формы: ○ Практикумы для родителей ○ Физкультурные досуги ○ Спортивные соревнования ○ Дошкольный туризм ○ Детско-родительские проекты
--	---	---	---

Формы организации образовательного процесса

Индивидуально-групповая и групповая.

Организация воспитательно-образовательного процесса осуществляется с учетом возрастных психолого-педагогических особенностей воспитанников. Знание этих особенностей увеличивает эффективность учебно-тренировочного процесса, способствует более близкому и доверительному отношению педагога и воспитанников, помогает педагогу в создании сплоченного, дружного коллектива.

На практических занятиях (тренировках) используются формы организации работы:

- индивидуальная (самостоятельная) работа;
- групповая (командная);
- парная.

2. Учебный план

№ п/п	Название раздела	Количество часов
1	Вводное занятие	1
2	Раздел 1. Безопасность	3
3	Раздел 2. Готовимся в поход	9
4	Раздел 3. Открываем мир	7
5	Раздел 4. Здоровье и ЗОЖ	7
6	Раздел 5. Мы - туристы	8
7	Итоговое занятие.	1
Всего часов:		36

3. Учебно-тематический план

Месяц	№ занятия	Тема занятия	Количество часов
Сентябрь	1	«Что такое туризм?» Знакомство с понятиями «туризм», «турист», «поход».	1
	2-4	«Основы безопасности»	3
Октябрь	5-9	«Собираемся в поход» Дидактические и подвижные игры на взаимодействие	5
Ноябрь	10-13	«Туристическое снаряжение» Викторина «Что возьмем с собой в поход?»	4
Декабрь	14-17	«Родной край – Самара» Беседы на тему краеведения	4
Январь	18-20	«Юный следопыт» Квест-досуг по прохождению маршрута по карте «Поход в лес»	3
Февраль	21-23	«ЗОЖ» Знакомство с правилами здорового образа жизни	3
Март	24-27	«Мое здоровье» Оказание первой помощи	4
Апрель	28-32	«Туристическое ориентирование» Целевая прогулка на территории детского сада	5
Май	33-35	«В поход шагаем дружно» Спортивная эстафета «Юные туристы», туристический поход по территории детского сада	3
	36	Проведение итоговых мероприятий	1
Итого в год:			36

4. Содержание учебного плана программы

Вводное занятие.

Теоретическое занятие

Тематическая беседа «Что такое туризм?», знакомство с понятиями «туризм», «турист», «поход». Что такое туристическая группа? Что за праздник - День туриста? Что мы знаем о видах туризма? Способы и средства передвижения. Виды туризма и времена года. Воздействие разных видов туризма на экосистемы.

Игры на знакомство.

Раздел 1. Безопасность.

Теоретическое занятие

Тематические беседы о правилах поведения на природе, в лесу, в походе. Что делать, если заблудился на природе, в лесу, в городе? Проведение инструктажа. Как самому спросить дорогу? Проезжая часть и пешеходные тротуары. Правила пешехода. Пешеходные переходы. Светофор и его функции. Безопасность на дороге.

Практическое занятие

Решение логических заданий: ребусы, кроссворды, викторины. Чтение книг. Просмотр презентации, тематических карточек.

Раздел 2. Готовимся в поход.

Тема «Собираемся в поход».

Теоретическое занятие

Тематическая беседа «Что возьмем в поход?» Принцип выбора места для лагеря. Правила разведения костра. Правила передвижения (функции направляющего, замыкающего). Как нужно ходить по склону, в лесу, у реки?

Практическое занятие

Дидактические и подвижные игры на взаимодействие и взаимовыручку. Завязывание узлов.

Тема «Туристическое снаряжение».

Теоретическое занятие

Тематическая беседа «Снаряжение туриста», «Наполнение рюкзака». Палатка, её назначение. Знакомство с рюкзаком. Снаряжение туриста. Что такое «КЛМН» (кружка, ложка, миска, нож)

Практическое занятие

Викторина «Что возьмем в поход?». Подвижная игра «Собери рюкзак»

Раздел 3. Открываем мир.

Тема «Родной край – Самара»

Теоретическое занятие

Тематические беседы на тему краеведения. Природа — наш друг, источник познания, эстетического наслаждения. Флора и фауна Самарской области.

Тема «Юный следопыт»

Теоретическое занятие

План маршрута. Кто разрабатывает и составляет карты. Виды топографических карт. Топографическая карта, простейшие топографические знаки. Топографические знаки — азбука карты. Первое знакомство с компасом

Практическое занятие

Проведение квест-досуга по прохождению маршрута по карте «Поход в лес».

Раздел 4. Здоровье и ЗОЖ.

Тема «ЗОЖ – здоровый образ жизни»

Теоретическое занятие

Тематические беседы на тему здорового образа жизни, про полезное питание, составляем режим дня. «Залог здоровья – чистота»

Практическое занятие

Просмотр презентации/фильма про здоровый образ жизни

Тема «Моё здоровье

Теоретическое занятие

Тематические беседы: Мое здоровье, части тела. Гигиена и уход за телом в походе (массаж рук и ног, выполнение физических упражнений, содержание в чистоте, использование удобной обуви)

Профилактика болезней, травматизма. Что такое здоровье? Какое состояние человека называют болезнью? Почему человек болеет? Вредные привычки.

Влияние погоды, чистоты атмосферного воздуха и воды на здоровье человека. Закаливающие процедуры.

Умение оказывать первую помощь при ушибе, порезах, ожоге, обморожении. Зачем туристу аптечка. Лекарства, которые должны быть в аптечке туриста, способы пользования аптечкой. Почему важно обращаться за помощью к взрослому

Практическое занятие

Комплекс упражнений на укрепление мышц спины; Комплекс «Утренняя гимнастика»

Подвижная игра «Скорая помощь»

Раздел 5. Мы – туристы

Тема «Туристическое ориентирование»

Теоретическое занятие

Тематические беседы: Способы ориентирования: по деревьям, солнцу, по растениям. Ориентирование в разное время суток: ночью по звёздам (Полярная

звезда ориентирует на север), днём по солнцу (если в полдень установить на земле палку, то её тень будет показывать на север), по приметам (муравейник всегда находится с южной стороны от стволов деревьев; кора на берёзах светлее и эластичнее с южной стороны; мхи и лишайники расположены с северной стороны деревьев).

Практическое занятие

Тренировки по ориентированию. Дидактические игры с планом маршрута. Дидактические игры с планом комнаты. Составляем свой маршрут от дома до детского сада. Целевая прогулка по территории детского сада в составе групп до 8 человек.

Тема «В поход шагаем дружно»

Теоретическое занятие

Тематические беседы: На чем люди путешествуют. Виды транспорта для путешественников. О путешествиях: пешком, на велосипеде.

«Что мы привезли с собой из путешествия?» (сувениры, открытки, билеты, брелоки, магниты, игрушки, туристские карты). Рассказы детей о путешествиях и поездках. Презентация о путешествии (совместная работа с родителями).

Практическое занятие

Сюжетно-ролевые игры. Решение ребусы, кроссвордов, загадок.

Организация выставки детского рисунка и других продуктов детского творчества по теме «Я - путешественник»

Проведение спортивной эстафеты «Юные туристы». Организация похода по территории детского сада в составе групп до 15 человек.

5. Раздел «Воспитание»

Цель воспитательной работы - развитие личности ребенка через приобщение к здоровому образу жизни посредством физкультурных занятий детским фитнесом.

Задачи:

- формирование интереса к изучению упражнений;
- просвещение в сфере достижений отечественного спорта;
- воспитание ценностного отношения детей к здоровому образу жизни, овладение физическими упражнениями.

Ожидаемые результаты (соотносятся с задачами):

- освоение детьми понятия о физкультурных аэробных упражнениях, фитнесе;
- понимание значимости достижений отечественного спорта;
- понимание важности занятий спортом.

В воспитательной работе с детьми по программе используются следующие **методы воспитания**: метод убеждения, метод положительного

примера (педагога, родителей, детей), метод упражнений, метод переключения деятельности, метод развития самоконтроля и самооценки детей в воспитании, методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

Работа осуществляется в следующих **формах**:

- физкультурные занятия, репетиции, участие в проектной деятельности.

Работа с родителями или законными представителями осуществляется в форме:

- родительских собраний;
- открытых занятий для родителей;
- консультаций в групповом чате;
- анкетирования, опросов, собеседований.

Диагностика результатов воспитательной работы осуществляется с помощью:

- педагогического наблюдения;
- отзывов, опросов родителей, бесед с детьми, отзывов других участников мероприятий.

Воспитательная работа осуществляется на основной учебной базе в МБДОУ «Детский сад № 253» г. о. Самара в рамках учебных занятий, а также на выездных площадках, в других организациях во время воспитательных мероприятий (см. приложение «Календарный план воспитательной работы»)

6. Ресурсное обеспечение программы

В детском саду созданы необходимые условия для пребывания и развития воспитанников, которые обеспечивают формирование общей культуры, развитие физических, интеллектуальных и личностных качеств, формирование предпосылок учебной деятельности.

Требования к материально-техническим условиям реализации Программы включают:

- 1) требования, определяемые в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами;
- 2) требования, определяемые в соответствии с правилами пожарной безопасности;
- 3) требования к средствам обучения и воспитания в соответствии с возрастом и индивидуальными особенностями развития детей;
- 4) оснащенность помещений развивающей предметно-пространственной средой;
- 5) требования к материально-техническому обеспечению программы (учебно-методический комплект, оборудование, оснащение (предметы)).

Перечень оборудования, инструментов и материалов, необходимых для реализации программы

№ п/п	Оборудование	Количество
Для теоретических и практических занятий		
1	Топографическая карта	1 шт
2	Физическая карта	1 шт
3	Веревка (канат)	1 шт
4	Аптечка с содержимым	1 шт
5	Ноутбук	1 шт
6	Проектор с экраном	1 шт
7	Музыкальная колонка	1 шт
8	Тематические карточки	1 шт
Туристическое оборудование		
1	Детская палатка	1 шт
2	Котелок	1 шт
3	Рюкзак	1 шт
4	Бинокль	1 шт
5	Компас	1 шт
6	Фонарик	1 шт
Спортивный инвентарь		
1	Мат гимнастический	2 шт
2	Мячи д=20см	10 шт
3	Канат	1 шт
4	Скакалка	10 шт
5	Палка гимнастическая	10 шт
6	Гимнастическая скамья	2 шт

Характеристика помещения для занятий по программе

Используемые помещения:

1. Группа (для теоретических занятий);
2. Музыкально-спортивный зал (для отработки практических навыков);
3. Спортивная площадка (для отработки практических навыков);

Теоретические занятия рекомендуется проводить в группе, с использованием широкого спектра раздаточных материалов, наглядных пособий, видеофильмов.

Для эффективного усвоения учебного материала, развития необходимых навыков, практическая деятельность организуется преимущественно в специализированных местах, оснащенных необходимым оборудованием (спортивный зал, асфальтированная площадь, и т.д.).

Для повышения физической выносливости часть занятий проводится на местности, в непосредственном контакте с природной средой во время учебно-тренировочных походов, сборов, соревнований, некоторых практических учебных занятий.

Практические занятия по туристско-краеведческой направленности проходят в закрытых помещениях и на свежем воздухе: музыкально-спортивный зал и территория детского сада.

7. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- 1) Парциальная программа рекреационного туризма для детей старшего дошкольного возраста «Весёлый Рюкзачок» / А. А. Чеменева, А. Ф. Мельникова, В. С. Волкова. — 2-е изд. — М.: ООО «Русское слово — Учебник», 2019 — 80 с. — (ФГОС ДО. ПМК «Мозаичный ПАРК»).
- 2) Бочарова Н. И. Оздоровительный семейный досуг с детьми дошкольного возраста: пособие для родителей и воспитателей. 2-е изд., испр. и доп. М., 2003г;
- 3) Бочарова Н. И. Туристские прогулки в детском саду: пособие для практических работников дошкольных образовательных учреждений. М., 2004г;
- 4) Бочарова Н.И. Туристские прогулки в детском саду. — М., 2004г;
- 5) Горбатенко О. Ф. «Физкультурно – оздоровительная работа в ДОУ» Волгоград «Учитель» 2007г;
- 6) Никанорова Т. С. «Здоровячок». Система оздоровления дошкольников. Воронеж 2007г;
- 7) Куприн А.М. Занимательно об ориентировании. - М.: «Просвещение», 1980. — С. 108. 8. Куприна Л. Е. Экология, туризм, рекреация. Информационный вестник ЦДЮТ «Турвест» № 9, 2003. Тюмень;
- 8) Завьялова Т.П. Дошкольный туризм: проблемы, поиски, решения // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. —2001.-№2;
- 9) Патриотическое воспитание дошкольников средствами краеведо-туристской деятельности: Пособие для реализации государственной программы «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2001- 2005 гг.» 2-е изд. М., 2004г;

Календарный план воспитательной работы

№	Название события, мероприятия	Месяц	Форма работы	Практический результат и информационный продукт
1.	«Знакомство с фитнесом»	Сентябрь	Экскурсия в спортивный комплекс «МТЛ – Арена»	Фотоотчет в группе ВК
2.	Творческий проект «День Учителя»	Октябрь	Подготовка проекта открытки, распределение заданий	Фотоотчет в группе ВК
3.	Творческий проект ко Дню народного единства	Ноябрь	Подготовка сценария, распределение ролей, съемка видеоролика	Фотоотчет в группе ВК
4.	«Спортивный Новый год!»	Декабрь	Номер для новогоднего утренника	Фотоотчет в группе ВК
5.	Спектакль «Три Богатыря»	Январь	Просмотр спектакля «Три Богатыря» Самарской государственной филармонии	Фотоотчет в группе ВК
6.	Творческий проект ко Дню защитника Отечества	Февраль	Участие в военно-спортивном празднике	Фотоотчет в группе ВК
7.	Творческий проект к Международному женскому дню «Любимым мамочкам и бабушкам»	Март	Номер для праздника в честь 8 марта	Фотоотчет в группе ВК
8.	Творческий проект «Самара-космическая столица» (ко Дню Космонавтики)	Апрель	Подготовка сценария, распределение ролей, съемка видеоролика	Фотоотчет в группе ВК
9.	Творческий проект «Наш «Бессмертный полк»	Май	Подготовка проекта ролика, распределение заданий, съемка видео-открытки	Фотоотчет в группе ВК