

Отдел образования администрации городского округа Карпинск  
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования  
«Станция туризма и экскурсий «Копжак»

Принята на заседании  
педагогического совета  
от « 09 » июня 2021 г.  
Протокол № 5



Утверждена:  
Директор МАУ ДО СТиЭ «Копжак»  
Н.В. Якимова  
Приказ № 204  
« 09 » июня 2021 г.

Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
туристско-краеведческой направленности  
**«Веселый рюкзачок»**

Возраст обучающихся: 05-07 лет  
Срок реализации: 2 года обучения

Автор-составитель:  
Цыкунова Наталья Михайловна  
Педагог дополнительного образования  
высшая квалификационная категория

г. Карпинск, 2021.

## Содержание

1. Пояснительная записка	3
2. Комплекс организационно-педагогических условий	10
3. Организационный раздел программы	32
4. Рекомендуемая литература	36

## 1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Веселый рюкзачок» составлена и разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации",

2. Приоритетным проектом «Доступное дополнительное образование для детей» (утвержден президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30.11.2016 №11) (далее — Федеральный приоритетный проект),

3. Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 04 сентября 2014 г. №1726-р),

4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 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 молодежи",

5. Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»,

6. Устав муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Станция туризма и экскурсий «Конжак» от 14.02.2018 г.,

7. Положение о дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программе муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Станция туризма и экскурсий «Конжак» от 25.01.2021 г.,

**Направленность программы** – туристско-краеведческая.

**Новизна программы** заключается в использовании средств туристско-краеведческой деятельности в дополнительном образовании детей дошкольного возраста.

**Актуальность программы**

Программа соответствует профилю деятельности Станции туризма и экскурсий «Конжак», расположенной в одном из самых привлекательных туристских районов Свердловской области. В процессе освоения содержания программы у обучающихся дошкольного возраста развиваются умение

наблюдать за окружающими природными и культурными объектами, внимательность, умение связывать между собой различные явления.

**Формы обучения** – очная, возможна дистанционная (посредством общения через АИС «Сетевой город образование» и группу объединения в социальной сети «В контакте»).

**Категория и возраст детей:** без ограничений здоровья, 05-07 лет.

**Программа модифицированная, общекультурная, комбинированная.**

**Уровни освоения программы:**

1. Ознакомительный (общекультурный) уровень, его длительность – 4 месяца. Предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы. Содержание программы предполагает знакомство с основами туристской деятельности, основными экологическими понятиями и умениями.

2. Базовый уровень, его длительность – 1,5 учебных года. Предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных туристско-краеведческих знаний, приобретение необходимых для совершения похода умений – установить палатку, преодолеть различные виды природных препятствий, уложить рюкзак, уметь ориентироваться с помощью компаса и по местным признакам.

Срок реализации программы – 2 года, количество часов в год – 152, в неделю – 4. Количество обучающихся в группе 15.

Содержание программы соответствует возрастным и индивидуальным особенностям детей и ориентировано на достижение метапредметных и личностных результатов образования, а также развитие у детей социально значимых компетенций.

Порядок изучения тем в целом и отдельных вопросов, установленных учебным календарным графиком, может изменяться педагогом в зависимости от местных условий (погоды) деятельности объединения.

**Основные формы деятельности:**

1. Теоретические занятия (в помещении и на природе) в форме бесед с использованием современных информационных технологий, ролевых игр, встреч с интересными людьми;

2. Практические занятия:

– тренировки по общей и специальной физической подготовке (упражнения, занятия на воздухе, игры, эстафеты, которые, по возможности,

включаются небольшим по времени (10-15 минут) блоком в каждое занятие в качестве динамической паузы, и в то же время имеют специализированную направленность упражнений, развивающих координацию движений, выносливость, силу);

- походы выходного дня в окрестностях г. Карпинска;
- экскурсии в музеи и к памятным местам города;
- игры, конкурсы и другие массовые мероприятия.

**Формы контроля:** групповой и индивидуальный контроль.

**Методы контроля:** опрос, наблюдение, обратная связь с обучающимися в течение занятия.

Текущая и промежуточная аттестация осуществляются в следующих формах:

- игра, викторина по краеведению, туризму и экологии (природа и история родного края).

**Стартовая диагностика** проводится в начале освоения программы.

**Текущая аттестация** проводится в конце освоения каждого раздела.

**Промежуточная аттестация** проводится в конце учебного года.

**Итоговая аттестация** проводится по завершению образовательной программы.

**Педагогическая целесообразность** заключается в создании особой образовательной среды: для детей регулярные целенаправленные наблюдения в природе и городе выразятся положительным воздействием на психоэмоциональное состояние и стимулирование интереса к изучению окружающего мира, интеллектуальным и духовным развитием детей дошкольного возраста.

***Цели программы:***

- целостное развитие личности ребёнка средствами рекреационного, эколого-оздоровительного, краеведческого туризма;
- формирование мотивации к самостоятельной двигательной и эколого-познавательной деятельности;
- освоение детьми ценностей общества, природы, здоровья, физической культуры.

***Общие задачи программы:***

*оздоровительные:*

– создавать условия для укрепления здоровья детей, закаливания организма, активного отдыха; расширять адаптационные и функциональные возможности детей;

*образовательные:*

– способствовать формированию первичных представлений о малой родине и Отечестве, о социокультурных ценностях нашего народа, устойчивого интереса к природе родного края, к окружающему миру;

– содействовать освоению знаний в области физической культуры, туризма, краеведения, необходимых для успешной социализации ребёнка;

– развивать двигательные способности, психические познавательные процессы;

– содействовать физическому развитию детей, овладению ими доступными приёмами туристской техники, освоению правил ориентирования на местности;

– воспитывать ценностное отношение к миру природы, историко-культурному наследию, потребность в здоровом образе жизни;

– формировать позитивное отношение к окружающему миру;

– способствовать установлению межличностных, в частности, дружеских отношений, формировать готовность ребёнка к совместной деятельности со сверстниками.

***Задачи 1 года обучения:***

*физического воспитания и оздоровления:*

– укрепить здоровье, приучить к закаливанию, обеспечить активный отдых; формировать основы двигательных навыков и умений, развивать двигательные способности (двигательную координацию, выносливость, ловкость);

*коммуникативные:*

– формировать основы компетентного общения, развивать умение адекватно воспринимать специальную информацию в процессе прогулок-походов; дать элементарные знания о коммуникативной культуре при посещении разных туристических объектов;

*познавательные:*

– развивать любознательность, устойчивый интерес к природе родного края, к ближайшему социально-культурному окружению, истории своей семьи, дошкольного учреждения, знакомым улицам; формировать знание о человеке как объекте (части) природы и окружающего мира в целом;

– развивать умение выделять новые качества и свойства природных объектов, устанавливать черты сходства и различия между ними;

*туристские:*

– дать первые сведения о туризме как форме познания природы и социума, сформировать начальные понятия о туризме и элементах ориентирования в ближайшем окружении;

– познакомить с видами туризма (горный, водный, автомобильный), с их основными особенностями; закрепить навыки ориентирования в пространстве, правила поведения в окружающей среде; уточнить имеющиеся экологические знания и представления;

– дать базовые знания о родном крае — улице, районе, интересных и памятных местах в микрорайоне детского сада;

– способствовать освоению элементарных правил ориентирования на знакомой местности; - формировать основы специальных туристских знаний, ознакомить с правилами поведения в туристическом походе; научить приёмам составления плана, карты (на примере детского сада, своей улицы), вычерчивания маршрута движения;

*воспитательные:*

– воспитывать потребность в здоровом образе жизни, гуманное отношение к окружающему миру, ценностное, бережное отношение к миру природы и социальному окружению.

### **Задачи 2 года обучения**

*физического воспитания и оздоровления:*

– укрепить здоровье, приучать к закаливанию, обеспечить активный отдых;

– закреплять и формировать новые двигательные навыки и умения, развивать физические качества (силу, быстроту, двигательную координацию, выносливость, ловкость), формировать навыки преодолевать препятствия на маршруте, творчески используя приобретённый двигательный опыт;

*коммуникативные:*

– формировать основы компетентного общения, развивать умение воспринимать специальную информацию в процессе прогулок-походов;

– дать необходимые знания о коммуникативной культуре при посещении разных туристических объектов;

*познавательные:*

- развивать любознательность, устойчивый интерес к природе родного края;
  - расширить объём знаний о родном крае — улице, районе, городе, области, социально-культурных и исторических объектах;
  - формировать устойчивый интерес к разным видам туризма, общению с разными людьми, получению новой информации об окружающем мире;
  - обогащать экологические знания и представления, развивать умение их применять в туристических прогулках — походах;
- туристские:* закрепить имеющиеся знания о туризме и его основных видах, туристском природопользовании, познакомить с необычными видами туризма;
- сформировать умение ориентироваться на знакомой и незнакомой местности, пользуясь схемой, планом, элементарными топографическими знаками;
  - научить работать с компасом;
  - закрепить знания о туристской технике, конкретных умениях и навыках, правила поведения в окружающей среде и в туристическом походе;
  - формировать специальные туристские знания и умения: как готовятся к прогулкам-походам разного назначения и форм организации, как меняется оснащение и снаряжение юного туриста в зависимости от цели и содержания похода;
  - формировать системные знания о правилах безопасного поведения на природе, улицах города, в общественных местах;
  - обобщить и систематизировать знания детей о правилах поведения в обществе;
  - обучать правилам оказания первой помощи;
- воспитательные:* воспитывать потребность в здоровом образе жизни, гуманное отношение к окружающему миру;
- воспитывать основы ценностного отношения к миру природы и социальному окружению;
  - воспитывать гражданственность, формировать позитивную социальную позицию;
  - воспитывать уважение к истории и культуре родного края, национальными культурным традициям, развивать основы эстетической культуры.



## Планируемые результаты освоения программы

Целевыми ориентирами на этапе завершения программы являются:

### ***физическое здоровье:***

– ребёнок приобретает хорошую физическую форму; повышается индекс здоровья детей;

### ***психическое здоровье:***

– ребёнок не испытывает тревожности по отношению к природе;  
– проявляет любознательность, задаёт вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей;

– способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, вступать в свободную коммуникацию со взрослыми и сверстниками;

### ***социальное здоровье:***

– ребёнок находится в гармонии с собой и с другими людьми, обретает социальную уверенность;

– овладевает нормативным поведением в разных формах туристской деятельности, подчиняется необходимым в туристическом походе правилам;

– следует социальным нормам поведения во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, соблюдает правила безопасного поведения;

– применяет знания, полученные в туристической деятельности, в разных культурных практиках;

– обладает установкой на ценностное отношение к объектам историко-культурного наследия и природе родного края, элементарной экологической культурой.

## 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО- ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

### 2.1 УЧЕБНЫЙ ПЛАН ОБЪЕДИНЕНИЯ

#### «Весёлый рюкзачок»

Название раздела	Название тем 1 год обучения	Количество часов 1 год обучения			Количество часов 2 год обучения			Итого часов
		теория	практика	всего	теория	практика	всего	
<i>Рюкзачок открывает мир</i>	Природа родного края	4	10	14	4	10	14	28
	Мой край родной	6	6	12	6	6	12	24
	Дорога к дому	4	10	14	4	10	14	28
	Вместе с папой, вместе с мамой	4	6	10	4	6	10	20
<i>Рюкзачок готовится в поход</i>	Здравствуй, Рюкзачок	2	8	10	2	8	10	20
	О туризме и туристах	4	2	6	4	2	6	12
	Путешествуем по карте	2	6	8	2	6	8	16
	Где мы были, что мы видели	4	2	6	4	2	6	12
<i>Здоровье в рюкзачке</i>	Я и моё здоровье	2	4	6	2	4	6	12
	Охраняй здоровье в походе	4	4	8	4	4	8	16
	Скорая помощь юному путешественнику	4	2	6	4	2	6	12
	Народная мудрость на здоровье нам дана	6	4	10	6	4	10	10
<i>Весёлый Рюкзачок занимается физкультурой</i>	Готовимся к дальним дорогам	2	10	12	2	10	12	24
	Игры Весёлого Рюкзачка	2	10	12	2	10	12	24
	Занимательная физкультура	2	10	12	2	10	12	24
	Пора в путь-дорогу	2	4	6	2	4	6	12
<b>Итого часов по программе</b>		<b>54</b>	<b>98</b>	<b>152</b>	<b>54</b>	<b>98</b>	<b>152</b>	<b>304</b>

## **2.2. Содержательный раздел программы**

Программа «Весёлый Рюкзачок» предлагает интегрированное образовательное содержание для решения задач различных образовательных областей: формирование у детей потребности в двигательной активности, развитие выносливости, ловкости и волевых качеств, сохранение и укрепление физического и психического здоровья, формирование начальных представлений о здоровом образе жизни (физическое развитие); формирование представлений об опасных для человека и окружающего мира ситуациях и способах поведения в них, освоение правил безопасного поведения в окружающем мире, формирование экологического сознания; приобщение к элементарным общепринятым правилам взаимоотношений со сверстниками и взрослыми, формирование патриотических чувств, гражданской принадлежности (социально-коммуникативное развитие); развитие познавательно-исследовательской деятельности, формирование целостной картины мира, расширение кругозора, формирование элементарных представлений о туризме (познавательное развитие); развитие свободного общения со взрослыми и детьми, развитие всех компонентов устной речи детей (речевое развитие).

Содержание программы направлено на развитие двигательной и познавательной активности дошкольников, формирование у них осознанного отношения к здоровью, ценностного отношения к природному и социальному окружению.

### **2.2.1. Содержание образовательной деятельности 1 год обучения**

#### ***Раздел 1. Рюкзачок открывает мир***

#### **Тема 1. Природа родного края**

Природа — наш друг, источник познания, эстетического наслаждения. Откуда мы узнаём о природе: наши любимые книги и фильмы о природе. Оформление своих наблюдений, впечатлений о прочитанной книге, просмотренном фильме в самодельной книге по «страницам» («Земля — мой край родной»).

Правила поведения в местах отдыха (в скверах, парках, на пляжах). Обсуждение того, что непозволительно делать с природой («Вот это — ели, а здесь... ели!»). Правила поведения на природе (Наш девиз: «После нас чище, чем до нас»). Почему не заросла «рана» от костра? Почему образовался овраг?

Составление Красной книги родного края (редко встречающиеся растения: купальница, ландыш, прострел, белая лилия). Люди, которые заботятся о растениях и животных (ботаники, охотники, лесники, зоологи).

Растения в жизни человека (очищают воздух, лечат, питают). Как меняются растения в связи со сменой времени года? Разнообразие растений в экосистемах (луга, леса, поля, моря, озёра, болота, пустыни). Способы размножения растений. Среда их обитания (горы, пещеры, овраги, деревья, пни). Разнообразные способы питания растений, их опыление.

Внутреннее строение животных, их поведение и повадки. Что общего у животных и человека? Как животные приспосабливаются к среде обитания? Группы животных (травоядные, хищники, всеядные).

## **Тема 2. Мой край родной**

Город, в котором мы живём; наш родной край, наша малая Родина, здесь мы родились. Возникновение и развитие города: первоначальные поселения, исторические здания, строительство современных микрорайонов, происхождение названия города. Сведения о местных достопримечательностях, промышленных предприятиях, учреждениях культуры и быта. Улицы нашего города. Как они называются? В честь кого названы?

Путешествуем по экологической тропе, изучаем разные объекты (метеостанция, участок леса, муравейник, берег реки).

## **Тема 3. Дорога к дому**

Мой дом, какой он — многоэтажный, одноэтажный. Кем и когда построен мой дом. Моя семья, соседи, друзья. Мой домашний адрес. Дорога от дома до детского сада и обратно. Какие здания и сооружения встречаются по пути. Назначение каждого здания, что в нём расположено. Какие природные объекты расположены на пути к детскому саду. Моделирование разных маршрутов до дома, выбор наиболее удобного, короткого. Какие микрорайоны есть в городе, почему так названы? Как объяснить другому человеку дорогу? Как самому спросить дорогу?

Проезжая часть и пешеходные тротуары. Правила пешехода. Пешеходные переходы. Светофор и его функции. Безопасность на дороге.

## **Тема 4. Вместе с папой, вместе с мамой**

Как семья проводит выходной день? Поход как вид семейного отдыха. Почему в поход нужно ходить только со взрослыми? Любимые места семейного отдыха. Обязанности членов семьи в походе. Игры и совместные занятия детей и родителей в походе. Конкурсы

и развлечения. Правила поведения на природе для всей семьи.

## ***Раздел 2. Рюкзачок готовится в поход***

### **Тема 1. Здравствуй, Рюкзачок**

«В поход иду и дом несущу, в котором дома не живу». Палатка, её назначение. Знакомство с рюкзаком. снаряжение туриста. Что такое «КЛМН» (кружка, ложка, миска, нож). Демонстрация укладки рюкзака, установка палатки. Основные узлы: прямой, простой проводник, схватывающий. Узнавание узлов по рисунку и по образцу. Правила передвижения (функции направляющего, замыкающего). Как нужно ходить по склону, в лесу, у реки?

Тренировки во время экскурсии, прогулок по закреплению правил передвижения в походе: гуськом, переход дороги шеренгой.

Разные 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).

### **Тема 2. О туризме и туристах**

Турист — человек, который путешествует. Туристы ходят в походы, чтобы узнать что-то новое, полюбоваться природой, улучшить своё здоровье. Туризм — это образ жизни. Туризм бывает разным: для детей, для взрослых. Туристическая группа. Международный праздник День туриста — 27 сентября (праздник учреждён Генеральной ассамблеей Всемирной туристской организации в 1979 году. В России начали праздновать День туриста с 1983 года).

Что мы знаем о видах туризма (пешеходный, велосипедный, автомобильный, лыжный). Способы и средства передвижения. Виды туризма и времена года. Воздействие разных видов туризма на экосистемы.

«Наш читальный зал». Истории о путешествиях и путешественниках, загадки о туризме, стихи, рассказы, произведения малого фольклорного жанра. Решение логических заданий: ребусы, кроссворды, викторины.

### **Тема 3. Путешествуем по карте**

План маршрута. Кто разрабатывает и составляет карты. Дидактические игры с планом маршрута, планом комнаты. Переставляем мебель в комнате

(накладывание цветных аппликаций, обозначающих предметы, на план комнаты). Игра «Где белочка, заяка, мяч?»»

Игры с планом двора, детского сада, микрорайона: «Идём в магазин за хлебом», «Вот моя улица — вот и мой дом», «Я иду в детский сад». Игры на ориентирование в ближайшем окружении: «Найди место игрушки», «Нарисуй, как расставлены игрушки на столе», «Нарисуй, что есть у нас в комнате», «Расставь игрушки, как я скажу».

Топографическая карта, простейшие топографические знаки.

Топографические знаки — азбука карты. Работа с топографической картой: как изображается хвойный, лиственный, смешанный лес, тропинка. Составление плана детского сада, улицы. Вычерчиваем маршрут — рисуем сложную ломаную линию, отмечаем стороны света.

Работа с планом детского сада и прилегающей территории: игры — состязания на местности «Найти клад», «Где находится...?», дидактические игры с топографическими знаками (с использованием кубиков, лото, разрезных картинок, домино, мозаики «Что лишнее»). Первое знакомство с компасом.

#### **Тема 4. Где мы были, что мы видели**

Объекты ближайшего окружения (здание детского сада, наша группа, наш участок). Какие помещения есть в здании детского сада, для чего они предназначены. Групповые участки, что на них расположено. Уголки природы на территории детского сада (альпийская горка, огород, фитоогород, экологическая тропа).

Уголок ПДД. Правила безопасности в помещении и на территории детского сада. Здания и сооружения в городе. Школа: здание, спортивная площадка, места отдыха школьников. Поликлиника, её назначение, врачи и посетители. Жилые дома и дворы, детские площадки и правила поведения на них детей и взрослых. Прогулка за территорию детского сада.

«Что мы привезли с собой из путешествия?» (сувениры, открытки, билеты, брелоки, магниты, игрушки, туристские карты). Рассказы детей о путешествиях, поездках. Сюжетно-ролевые игры с куклами и туристским снаряжением, работа в блокнотах с топографическими знаками. Ребусы, кроссворды, загадки. Разучивание песен, речёвок. Организация выставки детского рисунка и других продуктов детского творчества. Составление планов-схем улиц, микрорайонов.

### ***Раздел 3. Здоровье в рюкзачке***

#### **Тема 1. Я и моё здоровье**

Как я родился. Из чего я состою. Клетки и органы человеческого тела. Строение органов пищеварения, дыхания, кровообращения.

Чем человек отличается от животных?

Мышцы, кости и суставы, их прочность. Руки и ноги — «рабочие инструменты» человека. Гигиена и уход за ними в походе (массаж рук и ног, выполнение физических упражнений, содержание в чистоте, использование удобной обуви, если необходимо, то и специальной). 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. Зимний лесной воздух, его оздоравливающее значение. Комплекс упражнений юного туриста, укрепляющих организм.

#### **Тема 2. Охраняй здоровье в походе**

Выполнение туристами норм и правил поведения на природе: будь вежливым в гостях у природы; старайся ничего, кроме знаний и впечатлений, с собой не уносить; не нарушай дружбу растений и животных с человеком, оставь природу в целостности и сохранности. Детёныши животных и птиц, их особенности, поведение на разных этапах взросления. Взаимодействие взрослых животных и птиц со своими детёнышами. Опасность, которую представляют мамы детёнышей для людей. Охрана детёнышей животных и птиц туристами.

Опасности, подстерегающие юного туриста в прогулках-походах. Почему нельзя пить из водоёмов, рвать и пробовать на вкус незнакомые грибы, ягоды, травы.

#### **Тема 3. Скорая помощь юному путешественнику**

Растения — верные друзья. Целебные свойства зелёных растений. Знакомство с отдельными лекарственными растениями. Лекарство под ногами — подорожник. Оказание первой медицинской помощи (перевязки). Что такое походная медицинская аптечка.

#### **Тема 4. Народная мудрость на здоровье нам дана**

История народной медицины. Как известные путешественники и первопроходцы использовали средства народной медицины. Народные рецепты оказания первой помощи при различных болях и травмах. Разучивание пословиц, поговорок, загадок о здоровье и здоровом образе жизни.

Погода — враг и погода — друг туриста. Народные приметы в помощь туристу (о природных явлениях, которые помогают прогнозировать погоду в ближайшие дни). Например, кучевые облака увеличиваются к вечеру в размерах, стрижи летают низко, солнце садится в тучу — к дождю; красная заря утром и к вечеру, к вечеру на западе полоса ясного неба, солнце садится на безоблачном небе — завтра будет солнечно. Как отражать наблюдения за погодой в дневнике юного туриста. Условные обозначения погодных явлений.

#### ***Раздел 4. Весёлый Рюкзачок занимается физкультурой***

##### **Тема 1. Готовимся к дальним дорогам**

Физическая подготовка юного туриста (общеразвивающие упражнения, подвижные игры, занятия тренировочного характера, спортивные игры с бегом и прыжками).

Пешеходный туризм и его особенности. Специальная подготовка (практические занятия по обучению ходьбе в колонне по одному с соблюдением дистанции, развитию ловкости, выносливости, закаливанию); подготовка личного снаряжения, формулирование правил поведения в походе, выбор места для лагеря, установка палатки, правила разведения костра. Ориентирование в пространстве по плану.

##### **Тема 2. Игры Весёлого Рюкзачка**

Дидактические игры на усвоение правил безопасного поведения на природе и во время движения («Собери рюкзак», «Какие мы туристы»).

Тематические подвижные игры с элементами туристской техники «Мы туристы», «Переправа через болото», «Пробеги — не упади».

Игры-соревнования с элементами туристской техники: «Белки-стрелки»; «Следопыты», «12 записок», «Зарница», «Полоса препятствий», «Путешествие по карте», «Мини-поход».

Сюжетные занятия по сезонам, по видам туризма.

Игры по спортивному ориентированию: «Найди и запомни», «Самый наблюдательный».

Экологические игры.

##### **Тема 3. Занимательная физкультура**

Занимательные игры интеллектуально-спортивного характера («12 записок», «Стрелки»), разгадывание кроссвордов, ребусов на спортивные темы, игры-пантомимы, мастерская «Очумелые ручки».

Преодоление естественных препятствий природного характера (овраг, ручеёк, бревно) с использованием техники общеразвивающих упражнений



(ползание, лазание, равновесие, прыжки). Игры-пантомимы на спортивные темы.

### ***Оздоровительная прогулка-поход «Вот моя улица, вот и мой дом»***

(с элементами спортивных игр и ориентирования на местности)

Цель: достичь оздоровительного эффекта в процессе двигательной активности, под воздействием естественных оздоровительных факторов; обрести положительный эмоциональный настрой.

1. Движения на маршруте. Ходьба по равнинной местности с преодолением препятствий в разном темпе, змейкой (перешагивание через предметы, подъём и спуск с естественных возвышений), прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперёд.

2. Спортивные игры и упражнения, способствующие развитию выносливости, силы, быстроты: «Полоса препятствий», «Переправа».

3. Игры на создание эмоционального комфорта: дидактическая игра «Наш город» (кто в нём живёт, трудится, какой транспорт в нём ходит, как украшены улицы?); игра «Сборщики» (на развитие коммуникативных навыков в различных ситуациях общения со сверстниками).

4. Игры по спортивному ориентированию: «Найди и запомни», «Самый наблюдательный» (учим ориентироваться по плану).

### **Тема 4. Пора в путь-дорогу**

С детьми старшего дошкольного возраста можно организовывать прогулки-походы. Регулярность таких походов — один раз в два месяца (пять в год). В прогулках-походах сочетается краеведческое, оздоровительное и экологическое содержание.

### ***Экологическая прогулка по тропе природы***

Цель: расширять кругозор детей в сфере естественно-научных знаний, учить взаимодействию с природными объектами.

1. Движения на маршруте. Разные виды ходьбы: змейкой, приставным шагом, по ограниченной плоскости, с перешагиванием через препятствия, прыжки с продвижением вперёд, перепрыгивание через предметы.

2. Ознакомление с природными уголками на экологической тропе. На станции «Доктор Айболит» дети распознают лекарственные растения, отгадывают загадки об их свойствах, знакомятся с правилами оказания первой медицинской помощи; выполняют действия, необходимые при оказании первой помощи при тепловом и солнечном ударе.

На станции «Уголок нетронутой природы» нужно определить и назвать растения на определённой территории (площадка 5 × 5 м);

отгадать загадки о деревьях, кустарниках, цветах, грибах, нарисовать отгадки. Проводится игра «Найди клад». Игра требует умения ориентироваться по указателям и отвечать на вопросы о природе.

На станции «Витаминная» нужно назвать, ориентируясь на таблички, какие овощные культуры произрастают на огороде, какие витамины в них живут, как они помогают укреплять здоровье.

На станции «Цветочная» дети закрепляют названия цветущих растений, читают стихотворения о цветах. Проводится игра «Я садовником родился».

На станции «Садовая» нужно назвать, какие фруктовые деревья растут в городе. Проводятся игры «Угадай на вкус», «Раз, два, три — к дереву беги».

3. Обратный путь. Возвращение в детский сад по карте-схеме, в которой обозначены все станции.

### ***Прогулка-поход «В гости к Золотой Осени»***

Цель: расширить представление детей о временах года, учить наблюдению за природными объектами.

1. Движения на маршруте. Ходьба и бег в разном темпе, перестроения, ходьба приставным шагом, бег галопом, перешагивания через препятствия, подлезания.

2. Наблюдение за природой: осеннее цветение, состояние трав и растений, погода.

3. Природоохранная деятельность: сбор мусора на полянке Лесовичка.

4. В мастерской у Осени. Зарисовки осеннего пейзажа в блокноте.

5. Дидактические игры и упражнения: «К названному дереву беги» (закрепляем названия деревьев, навыки ориентирования на местности «от себя» и названных ориентиров); «Помоги Весёлому Рюкзачку собраться в поход» (закрепляем названия вещей туристского снаряжения и способы укладывания рюкзака); «Отгадай правило» (закрепляем правила поведения на природе и в природоохранной деятельности); «Самый наблюдательный» (учимся замечать изменения, происходящие вокруг). Подвижные игры: «Белочки на дереве — собаки на земле», «Не замочи ног», «Следопыты».

6. Обратный путь домой.

## ***Краеведческая прогулка-поход «Парк культуры — любимое место отдыха»***

Цель: воспитывать любовь к родному городу, формировать представление о местах отдыха горожан, закреплять правила дорожного движения.

1. Движения на маршруте: ходьба в разном темпе, ходьба с преодолением естественных препятствий, подъём и спуск с небольших горок, прохождение по мостам, перешагивание, перепрыгивание через разные предметы.

2. Наблюдение за проезжающим транспортом.

3. Остановки: лесопарковая зона (клумбы, аллеи, пешеходные дорожки, берёзовая роща, уголок леса, скамейки и беседки для отдыха); Дворец культуры.

4. Дидактические игры и упражнения: «Лес и парк» (закрепляем знания об отличительных особенностях леса и парка, сравниваем их по отдельным признакам), «Найди клад» (закрепляем названия и местонахождение объектов парка, ориентируемся по карте), «Правильно — неправильно» (закрепляем правила поведения в парке и других общественных местах). Эколого-психологический тренинг «Поздороваемся» (учимся анализировать собственное поведение, спланируем детский коллектив). Подвижные игры: «Весёлая эстафета», «Бег в мешках», «Не урони шарик», «Наполни стакан». Дворовые игры: «Колечко-колечко, выйди на крылечко», «Прятки».

5. Возвращение домой короткой дорогой.

### ***«Зимние тропинки». Прогулка-поход в зимний лес***

Цель: учить детей наблюдению за природными объектами, достичь оздоровительного эффекта.

1. Движения на маршруте: ходьба и бег с санками, прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперёд, скатывание с горы на санках и на лыжах.

2. Наблюдения за природой: свойства снега, красота зимнего леса, кто здесь обедал.

3. Природоохранная деятельность: вывешивание кормушек для подкормки птиц.

4. Подвижные игры и упражнения: «Шире шаг». Дети преодолевают 20-метровую дистанцию на лыжах без палок, делая широкие шаги. «Лыжная эстафета». Проводится в форме соревнования между двумя командами (скольжение по прямой, без палок, поворот, передача эстафеты).

«Санный поезд». Трое или четверо санок связывают поочерёдно, друг с другом. Одни дети везут санный поезд, другие катятся на нём, затем дети меняются местами.

«Не опоздай». Санки ставят в круг на большой поляне. Их должно быть меньше, чем участников игры. Дети встают рядом с санками и выполняют задания водящего. По сигналу участники игры садятся в любые санки. С каждым ходом игры количество санок уменьшается. Победителем считается тот, кто занял последние санки.

Дидактическая игра «Следопыты» (закрепляем знания детей о внешнем виде следов животных, определяем по следам, кому они принадлежат).

5. Возвращение домой короткой дорогой.

## **2.2.2. Содержание образовательной деятельности 2 год обучения**

### ***Раздел 1. Рюкзачок открывает мир***

#### **Тема 1. Природа родного края**

Природа родного края в моделях, схемах, дидактических играх, иллюстративном материале. Почвенно-климатические условия края разнообразие растений. Растения, произрастающие в лесу: сосна обыкновенная, лиственница, ель европейская, берёза, осина, шиповник. Ягоды лесные: земляника, черника, малина, брусника. Грибы: боровики, лисички, подберёзовики, маслята, мухоморы, бледная поганка. Растения, произрастающие на лугу: клевер, ромашка, колокольчик, василёк, подорожник. Горные растения: можжевельник, альпийская астра, лён северный, чай курильский. Растения, произрастающие в пещерах и на скалах: мхи, лишайники. Растения болот: клюква, мох-сфагнум, голубика, росянка.

Млекопитающие: бурый медведь, волк, лиса, белка, заяц, ёж, мышь лесная. Пресмыкающиеся: уж, гадюка, ящерица. Земноводные: лягушка, жаба. Рыбы: карась, щука, сом, ёрш. Птицы: дятел, сорока, синица, дикая утка, ласточка, снегирь, голубь, ворона, сорока, галка. Насекомые: комар, стрекоза, пчела, паук-крестовик, муха, бабочка, кузнечик, божья коровка, жук-плавунец, водомерка.

Тесная взаимосвязь растений и животных в дикой природе: одни и те же живые организмы могут быть и хищниками, и жертвой. В природе не существует «вредных» растений и животных.

Составление альбома о жителях леса. Лес — многоэтажный дом, где нет «вредных» обитателей. «Тише! Птицы на гнезде» — правила отдыха на

природе. Что такое «рекреационная нагрузка», нужен ли лесу отдых? Зоны туризма и отдыха края.

«Живые барометры»: одуванчик, вьюн, клевер, ноготки, мокрица, сирень. Насекомые-синоптики: муравьи, пауки, сверчки, кузнечики.

Развитие животных до и после рождения: яйцо птицы, куколка бабочки — тоже живые существа. Детёныши животных — как отличить взрослого животного от детёныша в природных условиях.

Турист-следопыт умеет понимать язык животных-синоптиков, читать следы животных. Зависимость строения животных от условий существования (горб у верблюда, иголки у ежа, панцирь у черепахи, густая шерсть у животных Севера, длинные ноги и шея у болотных птиц).

Что такое бионика? Знакомимся с применением в технических устройствах законов живой природы.

КВН «Знатоки природы». Задачи на природоведческие темы, пластические этюды на передачу образов животных, блиц-опрос, работа с перфокартами.

## **Тема 2. Мой край родной**

Кем основан город (Рассказ о Максиме Походяшине – Верхотурском купце). История старинных домов, экскурсия во Введенский собор (Иоанна Богослова). Город старый и город молодой. Город в настоящее время, культурная ценность поселения в масштабах региона, России, мира. Рассказы о событиях, происходивших в городе в разные исторические эпохи и послуживших основанием для открытия памятников. Знаменитые люди в истории края.

## **Тема 3. Дорога к дому**

КВН, посвящённый спортивной истории города (посёлка), выдающимся спортсменам - участникам и победителям крупных соревнований и олимпиад. Спортивные сооружения города — физкультурно-оздоровительный комплекс, бассейн, стадион, спортивная школа, станция туризма «Конжак».

Интересные профессии жителей города. Мастера своего дела — почему их так называют. Традиционные ремёсла моего края. Знакомство с изделиями, выполненными мастерами-ремесленниками.

## **Тема 4. Вместе с папой, вместе с мамой**

Беседа о том, где и что видели дети вместе с родителями, о семейных путешествиях, прогулках, походах. Походы всей семьёй, обязанности каждого члена семьи в походе. Специальное снаряжение для младших членов семьи.

Рассказы детей и родителей о походной жизни, необычных происшествиях. Любимые семейные места на природе. На чём обычно путешествуют: пешком, на велосипеде. На чём можно путешествовать ещё?

Наши коллекции (памятные сувениры и подарки, привезённые из походов). Что такое коллекционирование. Оформление музейных экспозиций. Подготовка детей к роли экскурсовода. Совместная деятельность по оформлению фотоальбомов, страничек о семейных путешествиях, стенгазет о походах, экскурсиях. Рассказы о коллекциях, собранных детьми и взрослыми. Конкурсы на темы: «Самая большая коллекция», «Семейная коллекция», «Необычная коллекция»; «Коллекция на морскую тематику».

## ***Раздел 2. Рюкзачок готовится в поход***

### **Тема 1. Здравствуй, Рюкзачок**

Распределение туристских обязанностей (руководитель группы, заместитель руководителя, заведующий хозяйством, санинструктор, ответственные за дневник, за наблюдения).

Что взять с собой в поход. Всё о рюкзаке, обуви и одежде туриста.

Укладывание рюкзака детьми. Завязывание простейших туристских узлов. Основные узлы, их назначение, способы завязывания. Узлы для связывания верёвок одинакового диаметра (прямой, ткацкий).

Узлы для страховки (простой проводник, восьмёрка). Узлы для привязывания верёвки к опоре (удавка, схватывающий).

Привал: малый, большой; бивак. Организация привала. Чистота на привале. Правила поведения при передвижении в городе, в лесу, у реки, при спуске и подъёме по склону.

Правила разведения костра на привале. Тренировка в складывании костровых форм: шалашиком, колодцем. Имитация костра с помощью счётных палочек, карандашей. Разведение костра на настоящих веточках.

### **Тема 2. О туризме и туристах**

Люди путешествуют по-разному. Необычные виды туризма: спелеотуризм (посещение и изучение горных пещер), конный (путешествие на лошадях), путешествие на воздушном шаре. Что необходимо туристу, выбравшему необычный вид путешествия (водный, воздушный, автотуризм).

Межпланетный (космический) туризм — возможно ли это? Сюжетная игра на тему космического путешествия (с использованием слайдовой презентации с видами разных планет Солнечной системы). Как может выглядеть другая обитаемая планета? Какие фантастические животные,

растения Речевые игры, упражнения, тренинги, пантомимы с включением специальных туристских терминов, обогащение и активизация словаря детей, приобщение их к культуре речевого общения. Дидактические игры с элементами спортивного ориентирования, картографии. Логические задачи, кроссворды, ребусы. Практические задания по вязанию узлов, установке палатки, раскладыванию разных видов костров.

### **Тема 3. Путешествуем по карте**

В мире ориентиров. Игры и соревнования на ориентирование по плану детского сада и прилегающей территории. «Маленькие путешественники» (игра-путешествие по зданию детского сада, его помещениям). Помещения, расположенные в здании детского сада, их назначение, характерное оборудование. Люди, работающие в этих помещениях. Игровые задания на ориентирование в пространстве детского сада и прилегающей территории. Игра «Поиски клада». Задания на прохождение маршрута, обозначенного на плане-схеме детского сада.

Расскажем игрушкам, что такое карта, план и рисунок. Что такое топографические знаки? Какие бывают карты? Работа с планом микрорайона, города. «Нарисуй свой путь» (игровое задание с нанесением на карту маршрута пути, топографических знаков). Топографические игры: «Самый наблюдательный», «Кто быстрее», «Точный глазомер», «Не сверни с пути».

Компас. Устройство и назначение компаса. Стороны света: север (С), юг (Ю), восток (В), запад (З) на компасе. Определение севера, юга по компасу. Путешествие с компасом по группе детского сада. Магнитная стрелка компаса похожа на танцовщицу. Влияние магнита на стрелку компаса (игра с детскими магнитами). Что делать если компас сломался. Как сделать компас из того, что есть у туриста с собой, или из того, что можно найти в лесу. Компас в современном мире. Знакомство с компьютерной программой «Google Планета Земля» (на интерактивной доске). Что такое GPS-навигатор.

Что такое горизонт. Линии горизонта, стороны горизонта. Линия горизонта на произведениях художников. Загадки про горизонт. Почему все стороны горизонта важны? Кому особенно важно знать название и расположение сторон света? Понятия «далеко» — «близко», «высоко» — «низко» относительно горизонта.

Изготовление игрушек-моделей. Как смастерить мельницу, самый простой компас, деревянную лестницу, деревянную хижину. Зарисовка сюжетов на туристические темы, создание комиксов, забавы-картинки.

#### **Тема 4. Где мы были, что мы видели**

Летательные аппараты: воздушный шар, дирижабль, планёр, самолёт, вертолёт, ракета. Кто путешествует на летательных аппаратах. Профессия — лётчик. Знаменитые лётчики России. Сюжетно-ролевые и режиссёрские игры на темы о туризме, путешествиях и путешественниках, замечательных людях и первооткрывателях.

Великие реки России. На каких реках мы побывали вместе с семьёй и друзьями. Карта путешествий детей группы по рекам России.

«Читальный зал». Истории о путешествиях и путешественниках, загадки о туризме, стихи, рассказы, произведения малого фольклорного жанра.

Ребусы, кроссворды, викторина «Хитрые вопросы».

#### ***Раздел 3. Здоровье в рюкзаке***

##### **Тема 1. Я и моё здоровье**

«Мои помощники». Внешнее строение тела человека. Что я могу: бегать, прыгать, петь, смотреть, слушать, кушать, терпеть жару и холод, переносить боль, дышать, думать, помогать другим людям. Значение и функции органов зрения, слуха, обоняния, осязания. Меры профилактики травматизма. Правила бережного отношения к органам чувств. Комплексы укрепляющих упражнений для глаз. Организация экспериментальной деятельности: «Что происходит с зрачком при ярком и слабом свете», «Узнай на вкус», «Угадай, что звучит». Зачем человеку кожа? Что такое кожа, чем она покрыта. Проведение простейших опытов: «Тёплое и холодное», «Укол». Правила ухода за кожей.

Что нужно человеку для жизни на Земле. Атмосфера — воздушная оболочка, окружающая Землю. Почва — земля, по которой мы ходим.

Пресная вода — вода, которую можно пить, она несолёная. Солёная вода — вода, которую нельзя пить. Водоёмы — это впадины, углубления в земле, заполненные водой. Откуда берётся вода. Игра на развитие эмпатии «Я — ручеёк».

Почему человеку легче дышится на природе? Растения — источник чистого воздуха на планете. Этюд на мышечную релаксацию «Я — растение».

Вред, наносимый человечеством планете Земля. Химикаты — вещества, произведённые человеком искусственным путём. Необходимость беречь и ценить чистоту земли, воды, воздуха. Дидактическая игра «Как вести себя на природе».

Что необходимо для сохранения и укрепления здоровья: движение, употребление в пищу полезных продуктов, хорошее настроение, солнце, воздух



и вода, содержание тела в чистоте. Здоровье и болезнь. Как вести себя и как питаться, когда ты болеешь. Полезная еда. Правила личной гигиены. Физкультура для профилактики болезней. Аэробика, фитнес. Хорошее настроение как лекарство от всех болезней. Гимнастика чувств и эмоций.

## **Тема 2. Охраняй здоровье в походе**

Предметы личной гигиены, правила личной гигиены в походе: уход за телом, одеждой. Дидактическая игра «Надо, надо умываться». Игра с мячом «Можно — нельзя» (какие предметы гигиены брать в поход). Новые средства гигиены: антибактериальные салфетки, одноразовые носовые платки и полотенца. Почему туристу нужны спальный мешок и запасная чистая одежда. Вручение дипломов «Школы чистоты и здоровья Мойдодыра».

«Помоги себе сам». Первая медицинская помощь (накладывание шины, перевязки и т. д.). Первая помощь при перегреве на солнце.

Использование природных «лекарей»: подорожника, мха-сфагнума, медуницы (кровоостанавливающие средства).

Как правильно питаться в походе. Питание в походе: тушёнка говяжья, макаронные изделия, сухофрукты, сушёные овощи, чёрные и белые сухарики, сгущённое молоко, твёрдый сыр, сахар.

«Чтобы не случилось беды». Профилактика травматизма, пищевого отравления. Почему после сбора грибов, растений, ягод нужно мыть руки. Почему нельзя употреблять в пищу незнакомые грибы, ягоды. Как можно сварить пищу, если нет котелка и воды.

## **Тема 3. Скорая помощь юному путешественнику**

Правила безопасного поведения в походе и 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. Игра «Кто правильно соберёт аптечку туриста». Практическое задание на усвоение знаний, какая помощь необходима при ушибах, порезах, обморожениях, укусах. Разгадывание загадок на тему лекарств, необходимых туристу.

«Аптека под ногами». Подорожник — почему он так называется. Листья подорожника — ранозаживляющее средство при ушибах, нарывах. Другие полезные свойства подорожника. Стихи, загадки, пословицы о целебных свойствах подорожника. Лекарственные растения и травы. Деревья — «лекари в зелёных халатах». Собираем копилку народной мудрости. Беседа о том, как лечились в старину народными средствами.

Польза насекомых для природы и человека. Игра на развитие эмпатии «Я — муравей». Пчела, её роль в природе и в жизни человека. Мёд — продукт пчеловодства. Дикае и домашние пчёлы. Пасека — место, где живут домашние пчёлы. Профессия — пчеловод. Гнёзда диких пчёл. Укус пчелы и его последствия для человека. Правила поведения с жалящими насекомыми и способы оказания первой помощи.

#### **Тема 4. Народная мудрость — туристам**

Сказки о природе и природных явлениях. Животные, растения как главные герои сказок. Народные сказки о природе, экологические сказки современных авторов. Сочинение сказок детьми, оформление групповой книги сказок.

Сказки о путешественниках и путешествиях. Средства передвижения путешественников в сказках — ковёр-самолёт, чудо-печка, волшебные птицы и драконы, корабли, сказочные кони. Путешественники в сказках: барон Мюнхгаузен, Иванушка-дурачок, Лягушка-путешественница, Бременские музыканты. Что брали с собой в путешествия сказочные герои? Как природа помогала сказочным путешественникам? Видеопутешествие с героями сказок. Творческие задания на сравнение сказочных и реальных средств передвижения.

#### ***Раздел 4. Весёлый Рюкзачок занимается физкультурой***

##### **Тема 1. Готовимся к дальним дорогам**

Огонь, как явление неживой природы. Необходимость огня, как условия жизни на Земле. Легенда о Прометее. Костёр на привале туристов. Разные виды костров: «звезда», «шалаш». Почему только взрослые могут разводить костёр. Правила обращения с костром для всех туристов. Когда огонь становится врагом. Опасность пожара в лесу и как её предотвратить. Правила пожарной безопасности для туристов. Пластический этюд «Огонь — друг и огонь — враг». Загадки об огне и костре.

Игры-эстафеты «Собери ветки для костра», «Юные пожарные». Безопасное поведение во время похода: на проезжей части, рядом с водоёмом, в лесу. Путешествие со сказочным героем Колобком (с использованием мультимедийного проектора). Составление плана-карты с использованием условных знаков. Игра-соревнование «Наполни аптечку». Загадки на правила безопасного поведения в походе. Дидактическая игра «Лесная аптека». Игра «Съедобное — несъедобное» (грибы, ягоды).

Способы ориентирования туриста в разное время суток, в незнакомой местности. Компас, топографическая карта, план. Практические упражнения на

использование оборудования, помогающего ориентироваться в пространстве во время движения. Кроссворд для юных туристят.

Физическая подготовка юного туриста (общеразвивающие упражнения, подвижные игры, игры-эстафеты тренировочного характера, соревнования с использованием сюжетных ситуаций, физической силовой нагрузкой и логическими заданиями, спортивные игры с бегом и прыжками). Учимся правильно дышать. Следим за осанкой.

Специальная подготовка. Занятия-тренировки с использованием ходьбы по ограниченной плоскости, по пересечённой местности. Упражнения на укрепление свода стопы; закаливание; развитие ловкости, выносливости, силы воли.

Индивидуальная специальная подготовка. Распределение обязанностей, отличительные знаки для ответственных лиц. Как отремонтировать рюкзак и одежду.

Правила питания в походе. Можно ли пить много воды в походе? Выбор способов упаковки и транспортировки продуктов. Выбор места для лагеря. Установка палатки. Правила разведения костра, подготовка личного снаряжения.

## **Тема 2. Игры Весёлого Рюкзачка**

Дидактические игры, направленные на усвоение правил безопасного поведения на природе и во время движения: «Собери рюкзак», «Какие мы туристы», «Туристическое лото». Тематические подвижные игры с элементами туристской техники: «Ловкие туристы», «Переправа через болото», «Пробеги — не упади», «Уложи рюкзак», «Лиса и мышки». Игры с элементами туристской техники: «Белки-стрелки»;

«Следопыты», «12 записок», «Зарница», «Полоса препятствий», «Путешествие по карте», «Мини-поход», «Казачьи разбойники», «Лисица и охотники», «Клад», «В поисках сокровищ», «Ралли на природе», «Исследователи леса». Сюжетные занятия по сезонам, по видам туризма, по распределению обязанностей, круговая тренировка.

Туристский слёт. Игры по спортивному ориентированию: «Найди и запомни», «Самый наблюдательный», «Точный глазомер», «Не заблудись». Подвижные игры: бадминтон, футбол, пионербол.

### **Тема 3. Занимательная физкультура**

Физкультурный квест. Разные виды бега и ходьбы. Разминка с элементами аэробики «Мы готовимся в поход». Преодоление препятствий с поиском карточек, указывающих на дальнейшие действия.

Встречи с игровыми персонажами: Леший, Берёзка, Пчела, Костёр.

Вертикальное лазание (скалодром). Групповые упражнения с мячом и сеткой. Пролезание в тоннели. Тир или дартс. Ходьба по повышенной опоре (буму, скамейке) с заданиями. Преодоление смоделированных нестандартных препятствий (лес, река, овраг). Нахождение предметов, необходимых для похода. В итоге — собранный рюкзачок.

Тренировка туристят. Построение, речёвки. Общеразвивающие упражнения с предметами — ведёрки, брёвнышки, туристические коврики, рюкзачки для осанки, утяжелители (гантели, нарукавники).

Игры-эстафеты с заданиями на ловкость и быстроту (с использованием туристского оборудования). Упражнения на релаксацию.

### **Тема 4. Пора в путь-дорогу**

Согласно программе, регулярность проведения прогулок-походов с детьми 6–7 лет — один раз в два месяца, или пять раз в год.

Содержание прогулок-походов — краеведческое, оздоровительное и экологическое.

#### ***Прогулка-поход «С чего начинается Родина»***

Цель: воспитывать любовь к малой Родине через формирование представлений о родном городе, природе и культуре родного края.

Закреплять правила дорожного движения и правила поведения в общественных местах.

1. Движения на маршруте: обычная ходьба в разном темпе, ходьба на носках, ходьба с преодолением естественных препятствий, ходьба змейкой, бег в среднем темпе, прыжки на месте, с продвижением вперёд.

2. Наблюдение за природными и социальными объектами: «Мой любимый детский сад» (здание детского сада, участок, отведённый группе, бассейн, стадион, оборудование для игр на территории детского сада), «Дом, в котором я живу» (с кем я живу; моя семья, мои животные, мои любимые игрушки), «В этом доме живёт мой лучший друг» (как мы играем вместе; наши любимые игры); «Общественные здания нашего города» (школа, магазин, аптека), «Транспорт и пешеходы».

3. Игры и упражнения: «Не ошибись» (закрепляем знание правил дорожного движения, информацию о работе светофора, понятия «пешеходный переход», «проезжая часть», «пешеход»), игра-драматизация «Правила уличного движения» (закрепляем знания о правилах поведения на улице, учим применять личный опыт в совместной игровой деятельности), «Туристическое лото» (закрепляем знания, необходимые в туристических походах: сбор рюкзака, выбор маршрута, организация привалов), настольная игра с картой местности «Помоги Незнайке найти наш детский сад» (учим ориентироваться по карте, соотносить реальные объекты и предметы с условными изображениями). Эстафета с использованием малых форм и аттракционов детского городка.

4. Возвращение в детский сад. Игра «Стрелки». Дети ориентируются по ним.

### ***Прогулка-поход «По памятным местам родного города»***

1. Движения на маршруте: обычная ходьба в разном темпе с преодолением естественных препятствий; лёгкий бег на небольшое расстояние; прыжки на месте, с продвижением вперёд; ходьба по кругу за направляющим.

2. Рассматривание памятников города.

3. Игры и упражнения: «Гости города» (закрепляем знания о своём городе, его достопримечательностях и памятных местах), «Назови и покажи» (называем реальные объекты и соотносим их с картой), «Самый наблюдательный» (закрепляем знания топографических знаков).

Эстафета с флажками (проводится по возвращению в детский сад): «Кто быстрее до флажка»; «Передай флажок»; «Кто больше соберёт флажков».

### ***Прогулка-поход «Весна в родном краю»***

Цель: расширять кругозор детей в сфере естественнонаучных знаний, учить взаимодействию с природными объектами, знакомить со снаряжением эколога-туриста.

1. Движения на маршруте: ходьба широким, приставным шагом; в полуприседе, перешагивание через препятствия, бег на носках, змейкой, подпрыгивание до ветки дерева, прыжки через кочки и небольшие канавки, подъём на естественные возвышенности и спуск с них.

2. Наблюдение за природой (деревья, травы, цветы, воздух, небо).

3. Природоохранная деятельность (развешивание табличек с правилами поведения в лесу).

4. Игры и упражнения «Экологические цепочки», «Что где растёт?» и «Кто где живёт?» (формируем представление о лесе как единой экологической системе); «К названному дереву беги» (закрепляем основные виды движений, развиваем умение ориентироваться на местности, запоминаем названия деревьев), «Собери рюкзак» (закрепляем знания о том, что необходимо взять в поход), «Что мы видим» (развиваем наблюдательность). «12 записок» (закрепляем умение ориентироваться на местности, запоминать названия растений, деревьев).

5. Возвращение домой короткой дорогой.

### ***Прогулка-поход «Мы любим спорт»***

Цель: достичь оздоровительного эффекта в процессе двигательной активности, под воздействием естественных оздоровительных факторов; обрести положительный эмоциональный настрой. Ознакомить со спортивными сооружениями, с их ролью в оздоровлении людей.

1. Движения на маршруте: ходьба по равнинной местности с преодолением естественных препятствий (перешагивание через предметы, подъём, спуск с естественных возвышений) в разном темпе, змейкой, прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперёд.

2. Наблюдение и рассматривание спортивных объектов (Дом спорта, стадион, бассейн).

3. Весёлая эстафета «Ребята и зверята» с играми и упражнениями:

– «Тропинка». Ходьба друг за другом, прямые руки — на плечах впереди стоящего.

– «Мышка». Ходьба на носках.

– «Кочки». На сигнал водящего необходимо присесть и обнять колени руками.

– «Медведь». Ходьба на прямых ногах, руки в стороны.

– «Зайцы». Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперёд.

– «Бабочки». Медленный бег с упражнением для рук.

– «Змейка». Бег змейкой вокруг зрительных ориентиров.

– «Стройные берёзки». Ходьба на носках с вытянутыми руками.

– Полоса препятствий со следующими заданиями:

– «Пробеги — не упали». Бег. «Переправа через болото». Ходьба, прыжки, упражнение в равновесии. «Точный стрелок». Метание. «Найди и промолчи». Ориентирование на местности. «Собери рюкзак». Закрепление знаний о туристском снаряжении.

4. Эколого-психологический тренинг «Поздороваемся» (учим детей оценивать собственное поведение с точки зрения принятых в обществе образцов поведения, сплачиваем детский коллектив).

5. Возвращение домой короткой дорогой.

### ***Летняя прогулка — поход «В сосновом бору» (Комсосольский парк)***

1. Движения на маршруте: ходьба широким шагом, в полуприседе, на носках; перешагивание через препятствия; бег на носках, змейкой, широким шагом, с захлестом; подпрыгивание до ветки дерева, прыжки через препятствия, подъём на естественные возвышенности и спуск с них, подлезание под поваленные деревья, перелезание через них.

2. Наблюдение за сосной. Отмечаем её характерные признаки: красноватый ствол, развесистые ветви, длинные зелёные иголки, капельки смолы на стволе. С южной стороны смолы больше, так как больше солнца. Вместе с детьми отмечаем целебные свойства смолы и оздоровительный эффект пребывания в сосновом лесу, сравниваем сосну с елью, с лиственными деревьями.

3. Природоохранная деятельность. Размещение флажков с запрещающими природоохранными знаками.

4. «Лесная мастерская». Сбор шишек, постройка башенок из них, изготовление поделок из шишек и травы с использованием оперционных схем.

5. «Читальный зал». Чтение коротких произведений о лесе, путешественниках, животных (Е. Чарушин, М. Пришвин, Б. Житков), загадывание загадок, знакомство с народными приметами.

6. Подвижные игры и упражнения:

– «Тир». Метание шишек в построенную башню. «Не оставайся на земле». Игра «Ловишки». Не может быть пойман тот, кто успел сесть, встать, запрыгнуть на «деревянное» (пенёк, поваленное дерево), повиснуть на ветке.

6. Дидактические игры: «С чьей ветки детки» (узнаём дерево по внешнему виду семян и плодов), «Где живёт, чем питается» (закрепляем знания о диких животных, где живут, чем питаются, как зовут детёнышей), «Найди и запомни» (развиваем зрительную память, умение ориентироваться в окружающей обстановке, соотносить реальные предметы и объекты с картой местности). Игровая ситуация «Готовим обед» (закрепляем правила разведения костра, способы складывания костровых форм, правила личной гигиены, питания в походе).

7. Возвращение домой по короткой дороге.

### 3. Организационный раздел Программы

#### 3.1. ДИДАКТИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

- схема-панно «Собери рюкзак», набор посуды туриста: котелок, тарелки мелкая и глубокая, посуда металлическая и пластиковая, ложки, кружка, фляжка, термос, салфетки, бумажные полотенца. Бинокль, фотоаппарат, глобус, рюкзак, компас, коврик («пенка») туриста, аптечка туриста, предметы гигиены: мыло, полотенце. Очки солнцезащитные, верёвка, палатка, часы, лупа, гитара.

- Альбомы, посвящённые географии нашей страны, символике родного края, его городам, альбомы «Символы, спасающие жизнь» (о разрешающих и запрещающих знаках, устанавливаемых в общественных местах, знаках дорожной безопасности); «Правила безопасного поведения»; «Что нужно для здоровья»; «Весёлый турист», «Как избежать неприятностей?», «Эволюция обычных вещей», фотоальбом «Походные истории».

- Карта «Город Карпинск».
- Куклы в национальных костюмах.
- Видеоматериалы на темы «Мой город», «Моя родина — Россия».
- Карты и схемы: настенное панно-макет «Карта региона», карта России, план-карта походов в лес, план-схемы «Наш детский сад», «Моя группа», «Наш участок».

- Дидактические игры: «Загадки о туризме».
- Рюкзачок-спортсмен (физическое развитие).
- Оборудование для организации двигательной деятельности при проведении прогулки-похода: мячи надувные, скакалки, мячи резиновые, футбольный мяч, верёвки, обручи, флажки, кегли.

- Волшебная коробка «Узнай на ощупь».
- Наборы игрушек: домашние и дикие животные, насекомые.
- Схемы: «Весна», «Зима», «Осень», «Лето», «Круговорот воды в природе», «Почему птицы прилетают», «Типы леса», «Условия, необходимые для роста растений», «Узнай животных по следу».

- Схема-цепочка «Взаимосвязь в природе»; схема составления описательных рассказов о животных.

- Изображение животного и прилагаемые к изображению карточки: «Где живёт», «Чем питается», «Повадки животного», «Детёныши».

- Дидактические альбомы: «Зима», «Лето», «Весна», «Осень», «Правила поведения на природе», «Красная книга», «Природно-климатические



ландшафты», «Лекарственные растения», «Типы костров», «Погода по приметам», «Животные-синоптики», «Узнай по следам».

- Гербарии: «Цветы», «Листья».
  - Открытки на темы о природе.
  - Топографические знаки «Лес», «Луг», «Поле».
  - Природный материал: семена растений, береста, кора и ветки деревьев, листья, скорлупа орехов, шишки.
- Рюкзачок писателя, поэта (развитие речи, социально-коммуникативное развитие):

- Детская художественная литература: Т. Федотова «Чтоб не ссориться с огнём», Т. Шорыгина «Беседы о временах года», С. Михалков «Весёлый турист», В. Бианки «Синичкин календарь», русская народная сказка «Сестрица Алёнушка и братец Иванушка», Н. Краснова «Как я в лагерь собирался», В. Степанов «Моя Родина — Россия» и «Животный мир России», В. Даль «Старик-годовик», В. Астафьев «Зорькина песня», А. Томилин «Как люди открывали свою Землю», Е. Ракитина «Большое путешествие домой», В. Коржиков «Весёлое мореплавание Солнышкина», А. Некрасов «Приключения капитана Врунгеля», М. Зощенко «Великие путешественники».

- Творческие задания: мнемодорожки и мнемотаблицы для составления рассказов и сказок на темы «Вспоминая поход», «Туристическая сказка», «Где мы были, что мы видели», «Что положим в рюкзачок?».

### **3.2. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

1. Инструкция по организации и проведению туристских походов, экспедиций, экскурсий с учащимися, воспитанниками и студентами Российской Федерации.

2. Инструкция по технике безопасности при подготовке и проведению туристских походов, экспедиций, лагерей (для обучающихся)

3. Учебно-методический плакат «Топографические знаки».
4. Аптечка первой помощи.
5. Ремонтный набор.

### **3.3. СНАРЯЖЕНИЕ**

- веревка основная;
- веревка вспомогательная;
- набор прусиков;
- страховочная система;
- карабины;

- палатка туристская;
- пила, топор, лопата;
- рюкзаки;
- спальные мешки;
- коврики туристские;
- туристские котлы;
- растяжка для котлов;
- тенты;

### 3.4. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

**Стартовая диагностика** проводится в начале освоения программы.

**Текущая аттестация** проводится в конце освоения каждого раздела.

**Промежуточная аттестация** проводится в конце учебного года.

**Итоговая аттестация** проводится по завершению образовательной программы.

Название раздела	Название тем	Форма контроля	Планируемый результат
<i>Рюкзачок открывает мир</i>	Природа родного края	Беседа, наблюдение	Знает основные виды растений и животных, в том числе Краснокнижных; Знаком и может назвать отличительные признаки природных сообществ Урала.
	Мой край родной	Беседа, наблюдение	Знает основные достопримечательности города Карпинска
	Дорога к дому	Беседа, наблюдение	Умеет ориентироваться в пространстве, знает названия улиц рядом с домом, домашний адрес. Может нарисовать план-схему улиц.
	Вместе с папой, вместе с мамой	Беседа, наблюдение	Умеет рассказать о совместных путешествиях
<i>Рюкзачок готовится в поход</i>	Здравствуй, Рюкзачок	Беседа, наблюдение	Знает перечень личного снаряжения. Умеет ориентироваться в разное время суток.
	О туризме и туристах	Беседа, наблюдение	Знает основные виды туризма. Воздействие разных видов туризма на экосистемы.
	Путешествуем по карте	Беседа, наблюдение	Знаком с основными топографическими знаками, умеет вычертить маршрут с помощью топонимов с указанием сторон света.
	Где мы были, что мы видели	Беседа, наблюдение	Знает объекты ближайшего окружения.

<b>Название раздела</b>	<b>Название тем</b>	<b>Форма контроля</b>	<b>Планируемый результат</b>
<i>Здоровье в рюкзачке</i>	Я и моё здоровье	Беседа, наблюдение	Знает, как устроен организм человека, умеет выполнять гигиенические процедуры, закаливаться.
	Охраняй здоровье в походе	Беседа, наблюдение	Знает об опасностях для здоровья, возможные в походах и как их избежать.
	Скорая помощь юному путешественнику	Беседа, наблюдение	Знает, как применять лекарственные растения, произрастающие в Карпинском районе
	Народная мудрость на здоровье нам дана	Беседа, наблюдение	Знает о средствах народной медицины, народных приметах, по которым можно прогнозировать погоду.
<i>Весёлый Рюкзачок занимается физкультурой</i>	Готовимся к дальним дорогам	Наблюдение	Умеет правильно уложить рюкзак, знает правила поведения в походе.
	Игры Весёлого Рюкзачка	Наблюдение	Сформированы правила коммуникации между участниками игры.
	Занимательная физкультура	Наблюдение	Умеет преодолевать естественные препятствия, знает комплекс физических упражнений.
	Пора в путь-дорогу	Беседа, наблюдение	Активно участвует в прогулках и походах.

#### 4. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. М.: ЦДЮТур МО РФ, 1996,
2. Алешин В.М., Серебренников А.В. Туристская топография. М.: Профиздат, 1985,
3. Архипова Н.П. Заповедные места Свердловской области. Свердловск, 1984,
4. Варламов В.Г. Основы безопасности в пешем походе. М.: ЦРИБ «Турист», 1983,
5. Г.Н.Чагин. Народы и культуры Урала в 15-20 веках. Екатеринбург, 2002,
6. Ганапольский В.И. Туризм и спортивное ориентирование. М.: ФиС, 1987,
7. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. М.: ЦДЮТиК, 2003,
8. Куприянова М.К., Нездолий Т.П. Фенологическая тропа В.А. Батманова / Учебное пособие (природно-краеведческий путеводитель для основной школы). – Екатеринбург: Центр «Учебная книга», 2004. – 64 с.,
9. Матвеев А.К. От Пай-Хоя до Мугоджар. Свердловск: Средне-Уральское книжное издательство, 1984,
10. Остапец А.А. Педагогика туристско-краеведческой работы в школе. М: «Педагогика», 1985,
11. Самарина И.А. Основы туристско-краеведческой деятельности учащихся. Учебно-методическое пособие. – М.: ФЦДЮТиК, 2007. – 276 с.,
12. Сборник нормативно-правовых актов по туристско-краеведческой работе, организации отдыха детей и молодежи /Составители – Константинов Ю.С., Усков С.В./М.: ФЦДЮТиК, 2006,
13. Чеменева А.А., Мельникова А.Ф., Волкова В.С. Сценарии образовательной деятельности по дошкольному рекреационному туризму 5-6 лет. «Русское слово-учебник», 2019, 144 с.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575794

Владелец Якимова Наталья Викторовна

Действителен с 17.03.2021 по 17.03.2022