

Принята на заседании
Педагогического совета
Протокол №2
От «24» сентября 2018г.

Утверждаю:
заведующий МАДОУ
Пашенко Л.А.
приказ от «25» сентября 2018г. №169



**Программа по спортивному ориентированию и туризму
в МАДОУ "Детский сад комбинированного вида №10
г.Шебекино Белгородской области"
«Маленький турист»
(от 5 до 7 лет)**

г. Шебекино

2018 г.

Пояснительная записка.

«Туризм- вид спорта – групповые походы, имеющие целью физическую закалку; вид путешествий, совершаемых для отдыха и самообразования».

С.И. Ожегов.

Туризм как средство оздоровления характеризуется общедоступностью и рекомендован практически каждому ребёнку – дошкольнику при отсутствии у него серьёзных патологий. Туристические прогулки имеют ни с чем несравнимый оздоровительный эффект. Доказано, что продолжительное выполнение умеренной нагрузки в виде циклических упражнений способствует совершенствованию такого ценного в оздоровительном плане физического качества, как выносливость. Именно это качество в сочетании с закаливанием обеспечивает формирование механизмов эффективной защиты от сердечно-сосудистых и респираторных заболеваний.

В природных условиях представляется великолепная возможность обогатить двигательный опыт детей. Пеньки, канавки, деревья, ручьи, брёвнышки, а также природный материал (шишки, камешки, палки и др.) стимулируют двигательную активность детей. Многократно, без усталости и снижения интереса, выполняя разнообразные двигательные действия в естественных условиях (лес, парк, луг, поле, берег озера), ребенок проявляет творчество.

Во время движения у детей совершенствуются навыки ходьбы по пересечённой местности. Исследования подтверждают положительную динамику показателей основных видов движений и спортивных упражнений в ходе походов. Значимые изменения происходят в совершенствовании не только выносливости, а также силы, быстроты, координационных способностей.

Работа с картой и символами развивает интеллект ребёнка, его умение ориентироваться в пространстве, ведь в процессе походов и занятий дети узнают различные виды условных картографических обозначений и учатся наносить их на карту. Опыт походной жизни развивает у них первоначальные навыки выживания в природной среде.

Туризм является прекрасным средством активного отдыха. Он способствует развитию у детей умения интересно и содержательно организовать свой досуг. Интересно логично и рационально продуманная двигательная деятельность детей в природных условиях развивает у дошкольников интерес к занятиям туризмом и физической культурой, повышает мотивацию на здоровье и здоровый образ жизни.

Однако, образовательная программа МАДОУ "Детский сад комбинированного вида №10 г.Шебекино Белгородской области" не предусматривают туризм как средство развития ребёнка, предлагая педагогам проводить отдельные экскурсии как форму занятий по

ознакомлению с окружающим миром. Туристы к этим вопросам подходят с позиции образа жизни, а не просто овладения знаниями. Например, во время похода детям могут встретиться сломанные берёзы, изуродованные любителями сока. Остановимся, разберёмся, почему такое случилось и как надо помочь растению. Короче говоря, перед нами стоит ответственная задача – в маленьком человеке заложить основы высоконравственной, интеллигентной личности.

Создавать нравственную атмосферу помогают девизы, правила, законы, пословицы, речевки туристов, которые мы заимствуем из литературы, рассказов бывалых туристов.

Программа «Маленькие туристы» предназначена для детей от 5 до 7 лет. В основе её лежит методика Ф.Г. Багаутдиновой, специалиста Центра детско – юношеского туризма и краеведения Министерства образования Российской Федерации.

Программа предусматривает отдельные занятия с воспитанниками на базе ДОО.

Цель программы:

- оздоровление детского организма природным способом;
- расширение знаний о туризме, как о деятельности и способе познания окружающего мира;
- воспитание у детей потребности в здоровом образе жизни, выработка индивидуального способа валеологически обоснованного поведения посредством туризма.

Задачи программы:

- Развивать координационные способности ребёнка, его выносливость.
- Укреплять сердечно-сосудистую систему посредством сочетания физической нагрузки и эмоционального восприятия окружающей действительности.
- Укреплять мышцы опорно - двигательного аппарата.
- Отрабатывать естественные виды упражнений: ходьба, бег, прыжки.
- Развивать умение ориентироваться в пространстве.
- Закрепить и расширить краеведческие знания.
- Воспитывать экологическую культуру и знание основ безопасности жизнедеятельности.
- Знакомить с видами туристического многоборья.
- Воспитывать у детей чувство взаимопомощи, ответственности, коммуникативные навыки.

Основные принципы организации работы с детьми и родителями:

- Принцип научности – подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками и технологиями.
- Принцип активности – участие коллектива ДООУ и родителей в поиске новых, эффективных методов оздоровления и познания окружающего мира.
- Принцип комплексности и интегративности – реализация

оздоровительно – познавательных задач в системе туристической деятельности.

- Принцип преемственности – учет разноуровневого развития и состояния здоровья, поддержание связей между возрастными диапазонами.
- Принцип гарантированности – гарантия прав детей на получение необходимой помощи, гарантия положительного результата независимо от возраста детей и уровня их физического и психического развития.

Методы:

- беседа
- игра
- практические занятия
- продукт детской деятельности
- наблюдения
- рассказ
- ИКТ

Формы работы:

- занятия,
- экскурсии,
- туристские походы,
- игра – тренировка,
- игра – соревнование,
- игра – путешествие,
- дидактическая игра.

Организация работы.

Программа рассчитана для работы с детьми от 5 до 6 лет.

Работа построена по принципу от простого к сложному и продолжается в течение 1 года.

Обучения включает знакомство детей с туризмом, как с видом деятельности, с правилами поведения в окружающей среде, знакомство детей с элементами туризма, краеведением, закрепляет знания основ безопасности жизнедеятельности.

Подчеркнем, что туристическая деятельность продуктивно интегрируется с другими направлениями развития ребёнка в процессе реализации базисной программы. Для проведения походов важна и предшествующая работа, которая включает: познавательные занятия по экологии, краеведению, туристические тренировки, занятия ПДД, работу с родителями.

Заключительным итогом турпоходов является продукт детского интеллектуального и изобразительного творчества: рассказы, записанные воспитателем или родителями; рисунки, аппликация, поделки из природного или бросового материала.

В начале работы по данному направлению необходимо подготовить и провести родительское собрание, с целью разъяснения значения туристско - краеведческой деятельности в развитии ребёнка. Постепенно родители начнут вникать в суть детского туризма и станут настоящими помощниками, узнавая своего ребёнка с неожиданной стороны. Помощь родителей нужна всякая, кроме выполнения работы за ребёнка. Занимаясь

туризмом, ребёнок дошкольник не только укрепит своё здоровье и расширит кругозор, но и на выходе из стен детского сада он будет способен выбрать сферу своих увлечений в пользу здорового образа жизни.

Диагностика.

Как любая образовательная работа, туризм требует анализа знаний, умений и навыков детей. Нами выделены отдельные критерии и направления оценки туристической деятельности детей, которые представлены ниже.

- Выносливость; умение проходить расстояние 1,5 – 2,5 км,
- Знание 3-х видов туризма: велосипедный, конный, водный,
- Знание туристского инвентаря и навыки его применения: котелок, палатка, рюкзачок, компас, карта,
- Знание двух видов узлов и умение их завязывать,
- Знание правил дорожного движения, навыки их соблюдения,
- Знание 5 значимых объектов находящихся в районе МАДОУ "Детский сад комбинированного вида №10 г.Шебекино Белгородской области",
- Знание правил дорожного движения и умение их соблюдать,
- Знание значимых объектов, памятников города, некоторых улиц города.

Методы диагностирования: наблюдение, беседа, игра, практический метод, анализ продуктов творческой деятельности детей.

План работы с родителями в направлении формирования навыков туризма ребёнка.

Мероприятие:	Срок:	Ответственные:
1. Беседа «Туризм и краеведение в детском саду».	Сентябрь.	Воспитатели
2. Консультации на тему: «Ваш ребенок идет в поход».	Октябрь, январь, май.	Воспитатели
3. Индивидуальные консультации для родителей.	В течение года.	Воспитатели, инструктор по физкультуре
4. Участие родителей в походах.	В течение года.	Воспитатели, инструктор по физкультуре
5. Запись рассказов детей дома, совместное изготовление поделок, рисунков.	В течение года.	Воспитатели
6. Участие в итоговых походах.	Май.	Воспитатели

Перспективный план туристической деятельности детей 5 – 7 лет

Тема	Задачи	Содержание	Методы и приёмы
Октябрь.			
Занятие в группе «Давайте познакомимся».	<ul style="list-style-type: none"> – Укрепить мышцы опорно-двигательного аппарата. – Познакомить с правилами туристов. – Учить выбирать одежду для похода. – Учить различать цвета сигналов светофора. – Воспитывать коммуникативные навыки и коллективные действия. 	<ul style="list-style-type: none"> • В гости к ребятам приходит игровой персонаж Фиксик. • Приглашает детей в поход, знакомит с рюкзачком и рассказывает о том, что нужно для похода. 	<ul style="list-style-type: none"> • Игра. • Беседа. • Наглядный метод.
Поход. «Назвался туристом – надевай рюкзак!»	<ul style="list-style-type: none"> – Укрепить сердечно - сосудистую и дыхательную систему. – Учить детей ходить по улицам города. – Продолжать учить различать цвета светофора, понимать значение дорожных знаков. – Познакомить детей с микрорайоном, в котором находится детский сад. – Воспитывать коммуникативные навыки и коллективные действия. 	<ul style="list-style-type: none"> • Дети отправляются в поход по микрорайону, в котором находится детский сад. • Знакомятся со значимыми объектами города школа, кинотеатр, стадион. • Учатся правильно переходить дорогу. 	<ul style="list-style-type: none"> • Беседы. • Экскурсия. • Наблюдение. • Анализ.
«Турград» (игра-соревнование по станциям)	<ul style="list-style-type: none"> – Укрепить мышцы опорно-двигательного аппарата. – Развивать экологические знания, – Закрепить правила туристов. – Совершенствовать знания детей о правилах дорожного движения. – Воспитывать коммуникативные навыки и коллективные действия. 	<ul style="list-style-type: none"> • Дети отправляются по станциям «Животный мир леса», «Грибная поляна», «Лесная аптека», «Бюро погоды», «Лес – наш дом», «Условный знак», «Туристическая». 	<ul style="list-style-type: none"> • Беседа. • Игра. • Практический метод. • Анализ.
Ноябрь.			

<p>Подвижно – дидактическая игра «День, ночь»</p>	<p>- Продолжать развивать представление детей о Земле как о планете. – Закрепить знания о глобусе.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Дети отгадывают загадки о земле, о горизонте, о небе. • Беседа о глобусе - модели нашей Земли. 	<ul style="list-style-type: none"> • Беседа. • Демонстрация. • Игра.
<p>Поход. «Собирайся дружок в поход».</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Укрепить сердечно-сосудистую и дыхательную системы. – Учить распределять туристические обязанности. – Учить выбирать места малого и большого привалов. – Закреплять знания о туристическом снаряжении. – Воспитывать волевые усилия при длительной ходьбе и коллективных действиях. 	<ul style="list-style-type: none"> • Дети выдирают место привала, распределяют обязанности. • Изучают природу данной местности. 	<ul style="list-style-type: none"> • Беседа, • Экскурсия, • Наблюдение, • Практический метод, • Экспериментальная деятельность • Анализ.
<p>Подвижно – дидактическая игра «Влево пойдешь - игрушку найдешь».</p>	<p>- Продолжать учить ориентироваться в пространстве. - Дать представление об условных обозначениях.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ребенок закрывает глаза и называет, какой предмет в группе стоит от него в правом или в левом углу. • Ребенок на доске изображает предмет символом и рассказывает о его местонахождении. 	<ul style="list-style-type: none"> • Игра. • Практический метод.
<p>Декабрь.</p>			
<p>Подвижно – дидактическая игра «Знатоки»</p>	<p>-Закреплять знания детей о природе родного края. - Расширять знания детей о происхождении жизни на земле.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Дети отгадывают загадки о деревьях, кустарниках, травах. • Рассказ легенды о происхождении земли. 	<ul style="list-style-type: none"> • Игра. • Беседа. • Рассказ • Загадка

<p>Поход. «Путешествие к первому многоквартирному дому нашего города».</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Укрепить мышцы опорно-двигательного аппарата. - Познакомить детей с картой, научить разбираться в условных обозначениях. - Учить использовать карту – схему на территории города. - Воспитывать любознательность, бережное отношение к родному городу. 	<ul style="list-style-type: none"> • Дети учатся по карте-схеме находить необходимые объекты. Узнают условные обозначения зданий, дороги. • Продолжают узнавать значимые объекты в городе (Дворец культуры, музыкальная школа). 	<ul style="list-style-type: none"> • Беседа. • Наблюдение. • Анализ.
Январь.			
<p>Подвижно – дидактическая игра «Полоса препятствий»</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Закреплять элементы туристической техники. - Продолжать обучать основам ОБЖ. 	<ul style="list-style-type: none"> • Игра – соревнование с элементами туристской техники. 	<ul style="list-style-type: none"> • Игра. • Практический метод.
<p>Дидактическая игра «Тепло, холодно».</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Продолжать знакомить с глобусом. - Знакомить с явлениями природы. 	<ul style="list-style-type: none"> • Дети отгадывают загадки о явлениях природы. • Беседа о смене времён года и об одновременности природных явлений на Земле. 	<ul style="list-style-type: none"> • Беседа • Демонстрация.
Февраль			
<p>Занятие. «В гости к туристам».</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Развивать вестибулярный аппарат. -Продолжать знакомить детей с туристическим инвентарем. -Продолжать учить проходить полосу препятствий. -Продолжать знакомить с видами туризма. -Учить завязывать простые узлы. -Воспитывать взаимопомощь и коллективные действия в игре. 	<ul style="list-style-type: none"> • Дети выполняют упражнения на тренажерах. • Знакомство с водным туризмом. • Обучение детей способом вязки узлов; «Прямой», «Проводник». • Знакомство с туристическим инвентарем и его применение 	<ul style="list-style-type: none"> • Игра. • Практический метод. • Беседа с демонстрацией. • Анализ.

		в походе.	
Подвижно – дидактическая игра «Мы туристы».	<ul style="list-style-type: none"> – Продолжать учить основам ОБЖ. – Знакомить с пословицами туристов. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ознакомление с пословицей «Чем иметь многое – лучше уметь многое». • Учу детей оказывать помощь в экстренных ситуациях. 	<ul style="list-style-type: none"> • Игра. • Практический метод • Наглядный.
Март			
Занятие – «Хорошие туристы – дома на диване не валяются».	<ul style="list-style-type: none"> - Укреплять вестибулярный аппарат. -Продолжать учить распределять туристические обязанности. -Продолжать учить завязывать простые узлы. -Закреплять умение правильно собирать рюкзак. -Продолжать обучать проходить полосу препятствий. -Учить выбирать место для костра, сооружать «кострище». -Развивать волевые усилия при длительной ходьбе и коллективных действиях. 	<ul style="list-style-type: none"> • Прохождение полосы препятствий. • Выбор места для лагеря. • Распределение обязанностей. • Дети учатся, узнают виды костров, «Шалашик», «Колодец». • Устраивают столовую для пяти 	<ul style="list-style-type: none"> • Игра. • Экскурсия. • Беседа. • Практический метод. • Экспериментальная деятельность • Анализ.
Поход. « Мы строим дом».	<ul style="list-style-type: none"> – Развивать координационные способности, выносливость. – Учить способам и видам постройки простых укрытий в зимних условиях. – Развивать умение ориентироваться на месте, читая карту по условным обозначениям. – Закреплять правила туристов. 	<ul style="list-style-type: none"> • Продолжают учиться находить нужный объект по карте-схеме. • Участвуют в строительстве построек из снега и веток. Узнают, как можно спрятаться от холода. • Заботятся о птицах, устраивая птичьи столовые. 	<ul style="list-style-type: none"> • Беседа. • Наблюдение. • Практический. • Анализ.
Апрель			

Дидактическая игра «Готовимся к слету».	<ul style="list-style-type: none"> - Учить детей выбирать эмблему, название команды, обосновывая выбор. - Закрепить название туристических предметов. 	<ul style="list-style-type: none"> • Беседа о том, что такое команда, эмблема? • Игра – соревнование: кто быстрее соберется в поход. 	<ul style="list-style-type: none"> • Беседа. • Игра.
Занятие – поход. «Слет туристят»	<ul style="list-style-type: none"> – Тренировать в прохождении туристической полосы препятствий. – Закреплять знания детей ОБЖ. – Воспитывать коммуникативные навыки и коллективные действия. 	<ul style="list-style-type: none"> • Дети закрепляют полученные знания и навыки, выполняя практические упражнения. 	<ul style="list-style-type: none"> • Беседа. • Практический метод. • Игра. • Анализ.
Май			
Занятие – «Хорошие туристы – дома на диване не валяются».	<ul style="list-style-type: none"> - Укреплять вестибулярный аппарат. -Продолжать учить распределять туристические обязанности. -Продолжать учить завязывать простые узлы. -Закреплять умение правильно собирать рюкзак. -Продолжать обучать проходить полосу препятствий. -Учить выбирать место для костра, сооружать «кострище». -Развивать волевые усилия при длительной ходьбе и коллективных действиях. 	<ul style="list-style-type: none"> • Прохождение полосы препятствий. • Выбор места для лагеря. • Распределение обязанностей. • Дети учатся, узнают виды костров, «Шалашик», «Колодец». • Устраивают столовую для пяти 	<ul style="list-style-type: none"> • Игра. • Экскурсия. • Беседа. • Практический метод. • Экспериментальная деятельность • Анализ.
Июнь			
Подвижно – дидактическая игра «Картографы»	<ul style="list-style-type: none"> - Продолжать учить выбирать название команды, эмблему. Обосновывать свой выбор. - Продолжать учить составлять карту, наносить условные обозначения. 	<ul style="list-style-type: none"> • Командные соревнования в ориентировании на местности, быстроте, сноровке. 	<ul style="list-style-type: none"> • Игра. • Практический метод.

Занятие – «Слет туристят»	<ul style="list-style-type: none"> - Укрепить сердечно-сосудистую и дыхательную системы. -Закрепить полученные навыки. -Закрепить знания туристического инвентаря, ОБЖ. -Воспитывать коммуникативные навыки. 	<ul style="list-style-type: none"> • Дети закрепляют полученные знания и навыки в процессе выполнения практических упражнений. 	<ul style="list-style-type: none"> • Беседа, • Наблюдение • Практический • Игра • Анализ
Июль			
Занятие «В мире ориентиров».	<ul style="list-style-type: none"> - Укреплять мышцы опорно-двигательного аппарата. - Продолжать знакомить с видами туризма. - Продолжать знакомить с картой. - Учить работать с топографической картой. - Воспитывать коллективные действия и находчивость в игре. 	<ul style="list-style-type: none"> • Дети обучаются составлять топографическую карту. • Знакомство с лыжным видом туризма. • Изучение топографических знаков. 	<ul style="list-style-type: none"> • Беседа с демонстрацией. • Практический метод. • Игра. • Анализ.
Август			
Подвижно – дидактическая игра «Скоро в поход»	<ul style="list-style-type: none"> – Закрепить правила ПДД. – Продолжать учить выбирать одежду по сезону и собирать в рюкзак только необходимое. 	<ul style="list-style-type: none"> • Игра - соревнование с целью: чья команда быстрее пройдет полосу препятствий, соблюдая правила дорожного движения. 	<ul style="list-style-type: none"> • Игра. • Практический метод
Сентябрь			
Туристический поход всей семьей	<ul style="list-style-type: none"> - Укрепить сердечно-сосудистую и дыхательную системы. -Закрепить полученные навыки . -Закрепить знания туристического инвентаря, ОБЖ. -Воспитывать коммуникативные навыки. 	<ul style="list-style-type: none"> • Дети закрепляют полученные знания и навыки в процессе выполнения практических упражнений. 	<ul style="list-style-type: none"> • Беседа, • Наблюдение • Практический • Игра • Анализ