



УПРАВЛЕНИЕ ПО ОБРАЗОВАНИЮ И НАУКЕ  
АДМИНИСТРАЦИИ г. СОЧИ

СОЧИНСКИЙ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ

Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
«Центр детского и юношеского туризма и  
экскурсий» г. Сочи

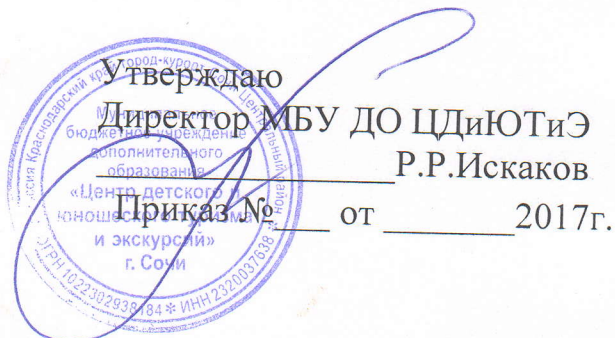
ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ТУРИСТСКО-КРАЕВЕДЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«ДОШКОЛЬНАЯ  
ТУРИСТСКАЯ ПОДГОТОВКА»

Автор-составитель:  
Ивашута О.В.,  
педагог дополнительного образования

СОЧИ,  
2018

Управление по образованию и науке администрации г.Сочи  
Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
«Центр детского и юношеского туризма и экскурсий» г.Сочи

Принята на заседании  
педагогического совета  
от «31» августа 2017г.  
Протокол № 1



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ТУРИСТСКО-КРАЕВЕДЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«Дошкольная туристская подготовка»**

Уровень программы: ознакомительный

Срок реализации программы: 1 год (216 ч)

Возрастная категория: от 5 до 7 лет

Вид программы: авторская

Автор-составитель:  
Ивашута Ольга Владимировна  
педагог дополнительного образования

г. Сочи, 2017

## **I. Комплекс основных характеристик образования**

### **1.1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Дошкольная туристская подготовка» относится к *туристско-краеведческой направленности*, так как ее ведущей педагогической идеей является создание условий для всестороннего развития личности ребенка, совершенствование его интеллектуального, духовного и физического потенциала. Содержание программы способствует формированию у дошкольников мотивации к изучению родного края и города, их исторического и культурного наследия; развитию самостоятельности, выносливости, познавательных процессов; расширению у учащихся опыта жизнедеятельности в коллективе, безопасного общения с природой.

Ситуация с состоянием здоровья детей и подростков приобрела за последние годы настолько трагический характер, что о ней заговорили не только врачи и педагоги, проблема стала волновать представителей широкой общественности и политиков.

Одним из реальных, давно опробованных, путей решения данной проблемы является туризм. Ведь это тот вид отдыха, который не ставит никаких ограничений ни по физической подготовке, ни по возрасту. Туризм способен удовлетворить самые разные стремления: каждый выбирает в нём ту сложность и тот вид походов, которые более всего способствуют его интересам и возможностям. Этот вид деятельности даёт простор для реализации различных увлечений, наилучшие возможности для воспитания характера и для объединения людей по интересам. А поскольку туризм неотделим от краеведческой работы, то есть углубленного изучения во время походов истории, природы и культуры родного края – своей малой родины, о нем можно говорить как о важнейшем средстве культурно-патриотического воспитания.

*Актуальность* программы «Дошкольная туристская подготовка» возрастает в контексте современных условий развития образования.

Одной из задач «Федеральной целевой программы развития образования на 2016-2020 годы» (Постановление правительства РФ от 27.04. 2016 г. № 360) является «создание условий, обеспечивающих развитие мотивации и способностей подрастающих поколений в познании, творчестве, труде и спорте, формирование активной гражданской позиции, культуры здорового образа жизни».

Большое внимание уделено вопросам физического развития в ФГОС ДО, основой которого является приобретение двигательного опыта, развитие физических качеств, формирование начальных представлений о видах спорта, овладение нормами и правилами здорового образа жизни.

Кроме природно-климатических факторов, позволяющих заниматься туризмом в течение года, в городе Сочи созданы хорошие условия для занятий этим видом деятельности: оборудованы базы «Ореховая», «Саят-Нова», «Шахе», разработаны и успешно реализуются программы туристско-краеведческой направленности в системе общего и дополнительного обра-

зования г. Сочи («Начальная туристская подготовка», «Туристы-проводники», «Краеведы», «Экотуризм»). В городе проводится большое количество туристских мероприятий: конкурсы, фестивали, походы, квесты, экскурсии и т.д.

Благодаря созданным условиям в последние годы повысился интерес среди дошкольных образовательных организаций к участию в этих мероприятиях. Однако существующие программы, методические пособия и рекомендации по туристской подготовке детей дошкольного возраста не всегда удовлетворяют требованиям сочинских педагогов, так как не учитывают специфику региона.

В программе «Дошкольная туристская подготовка» содержание образовательной деятельности с детьми строится на основе *ситуативного подхода*, что соответствует ФГОС ДО.

Организация совместной деятельности содержит ряд компонентов: физкультурно-оздоровительный, социально-коммуникативный, эмоционально-психологический, эстетический и познавательный.

Занятия по программе, включающие спортивные упражнения, простейшие элементы спортивного туризма, оздоровительную гимнастику, проводятся в форме игры, ведущего вида деятельности в данном возрасте.

Особое внимание отводится практическому освоению содержания образования, конкретным способам деятельности, применению знаний и умений в реальных жизненных ситуациях через организацию «Походов выходного дня».

В природных условиях представляется отличная возможность для улучшения физического развития дошкольников: пеньки, канавки, деревья, ручьи, шишки, камешки стимулируют двигательную активность детей; во время движения по слабо пересеченной местности совершенствуются навыки ходьбы. Изменения происходят и в развитии выносливости, силы, быстроты и координации.

Опыт походной жизни не только формирует «туристский словарный запас» дошкольников (знание и значение терминов: привал, репшнур, каримат, страховка, и др.), но и первоначальные навыки выживания в природе (умение ориентироваться на местности, организовывать бивак, разводить и тушить костёр, оказывать первую помощь пострадавшему, вязать простейшие туристские узлы).

Изучение основ спортивного ориентирования (знание топографических знаков, работа с компасом, движение по карте, следование по заданному маршруту, умение работать с картой, определение сторон света) развивает все психические процессы, особенно внимание, мышление, память, речь.

Совместные прогулки способствуют формированию детского коллектива, в котором все связаны одной целью, где ребёнок чувствует свою причастность к общему делу, видит, пользу, которую он приносит. Прогулки воспитывают у детей важнейшие нравственные качества, учат налаживать взаимоотношения между членами группы, развивают в каждом ребёнке самостоятельность, организованность, отзывчивость, щедрость, доброжелательность.

Раздел «Физическая и морально-волевая подготовка» содержится во всех

тематических единицах ДООП «Дошкольная туристская подготовка» и помогает детям лучше адаптироваться к конкретным социальным условиям, вести себя более взвешенно, спокойно и уверенно, опираясь на свой личный жизненный опыт.

**Педагогическая целесообразность.** Основной технологией, используемой в образовательном процессе, является технология личностно-ориентированного взаимодействия педагога с детьми, основанная на поддержке индивидуальности, инициативы и любознательности.

Для реализации программы могут быть использованы следующие методы обучения:

- поисково-исследовательский метод (самостоятельная работа детей с выполнением различных заданий на экскурсиях и в походах),
- метод самореализации через различные творческие дела, участие в соревнованиях, походах, экскурсиях;
- метод комплексного подхода к образованию и воспитанию, предполагающий единство нравственного, физического, эстетического и других форм воспитания.

Образовательный процесс строится на следующих принципах:

1. Принцип развивающего образования ориентирован на активизацию физических, познавательных и нравственных способностей воспитанников путём использования их потенциальных возможностей.
2. Принцип деятельности предполагает, что дошкольники получают сведения не в готовом виде, а устанавливают источник и условия их происхождения.
3. Принцип научной обоснованности и практической применимости создаёт верные представления об общих методах научного познания; проблема рассматривается в практической ситуации и формирует способность сопоставлять теорию с практикой; научный уровень знаний, получаемых детьми, должен сочетаться с доступностью и яркостью изложения материала, отвечать современным достижениям науки.
4. Принцип систематичности и последовательности направлен на закрепление ранее усвоенных знаний, умений, навыков, их последовательное развитие, совершенствование и на этой основе введение новых знаний, формирование новых умений и навыков.
5. Принцип полноты, необходимости и достаточности позволяет решать поставленные цели и задачи только на необходимом и достаточном материале, образовательная деятельность ребёнка ориентирована на «зону ближайшего развития».
6. Принцип доступности ориентирован на учёт возрастных и индивидуальных особенностей дошкольника, уровня его развития, имеющихся у ребёнка запаса знаний, умений и навыков;
7. Принцип наглядности основан на особенностях развития психических процессов у детей дошкольного возраста и используется на всех этапах процесса образовательной деятельности.
8. Принцип интеграции предполагает взаимосвязь и взаимопроникновение

содержания определённых результатов образовательного процесса в разнообразных видах детской деятельности.

9. Содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений.

**Новизна программы** определяется содержанием, выстроенным на основе организации образовательных событий туристской направленности, разработанных с учетом вариативных форм, способов и направлений поддержки детской инициативы, особенностей взаимодействия с семьями воспитанников.

**Отличительные особенности программы.** Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Дошкольная туристская подготовка» разработана с учетом ландшафтно-климатических особенностей города Сочи, отражает особенности традиционных для города Сочи событий. В программу включены материалы, прошедшие апробацию в ДОО №67 г. Сочи, в течение 3-х лет и доказавшие свою эффективность.

**Адресат программы.** Программа адресована детям старшего дошкольного возраста (5-7 лет) посещающим старшую и подготовительную группы детского сада.

Дети этого возраста готовы к переходу на более высокую ступень возрастного развития, предполагающую более интенсивные умственные и физические нагрузки. У ребенка сформированы основные движения, формируются ловкость, быстрота, сила, точность, координация движений, мелкая моторика, выработаны гигиенические навыки и привычки, первые представления о значении здоровья и здорового образа жизни. У учащегося хорошо развиты речь, познавательная активность, интерес к миру, желание узнать новое. Ребенок умеет осуществлять элементарную интеллектуальную и практическую деятельность, принимать заданные взрослым условия и правила, добиваться получения нужного результата, следовать указаниям педагога.

Занятия проводятся в группах, сочетая принцип группового обучения с индивидуальным подходом. Состав групп – разновозрастной, постоянный. Условия набора учащихся в объединение: принимаются все желающие дети, не имеющие противопоказаний по здоровью. Наполняемость в группах составляет 15 человек.

**Уровень программы, объем и сроки.** Уровень программы – ознакомительный. Программа рассчитана на 1 год обучения. На полное освоение программы отводится 216 часов, включая проведение походов, посещение экскурсий и участие в мероприятиях туристско-краеведческой направленности.

Обучение по программе проводится в форме групповых занятий. Содержание занятий, объем и интенсивность нагрузок адаптированы к возрастной группе «Дошкольники». Преподавание ведется в соответствии с принципами «доступности», «последовательности и систематичности» и предполагает углубление теоретических знаний и практических умений на каждом последующем этапе обучения. Каждая тема, включенная в программу, содержит теоретическую и практическую части. В теоретическую часть включены необходимые сведения о здоровом образе жизни и спортивном туризме. Практическая часть заключается в работе учащихся над дидактическим мате-

риалом по заданной теме, экскурсиям по пешеходным маршрутам, местам активного отдыха, экологическим тропам и рекреационным объектам г. Сочи, походам.

- Режим занятий.** Занятия по программе проводятся 3 раза в неделю:
- 2 занятия по 1 академическому часу - в помещениях и на территории образовательной организации;
  - 1 занятие на местности, экскурсия или поход продолжительностью 4 академических часа.

В соответствии с СанПиНом продолжительность академического часа для детей дошкольного возраста составляет 30 минут.

## 1.2. Цель и задачи программы

**Цель программы:** создание условий для сохранения и укрепления здоровья детей и их физического развития, формирования навыков здорового образа жизни, желания жить в согласии с природой, замечать и любить красоту родного края.

### Задачи:

- сформировать у дошкольников понимание ценности здоровья, бережного отношения к собственному здоровью;
- дать представление о значимости занятий туризмом для сохранения здоровья, физического совершенствования;
- обогатить социальный опыт дошкольников через расширение сферы общения и приобретение навыков взаимодействия;
- сформировать элементарные представления дошкольников об экологии и охране окружающей среды;
- расширить знания по истории и культуре родного города и края;
- сформировать начальные туристские компетенции;
- развить навыки самообслуживания с учетом их применения в полевых условиях.

## 1.3. Содержание программы

### 1.3.1. Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/аттестации
		Всего	Теория	Практика	
<b>1.</b>	<b>Здоровый образ жизни (12 часов)</b>				
1.1	Техника безопасности. Оздоровительная роль туризма	1	1		Беседа
1.2	Чем полезны и интересны туристские походы и путешествия	1	1		Беседа
1.3	Закрепления знаний о правилах поведения в	4		4	Викторина

	природе. Прогулка в парк (в лес).				
1.4	Польза чистого воздуха парков, лесов и полей для организма человека.	1	1		Беседа-рассуждение
1.5	Правила поведения юных туристов. Кодекс юного туриста.	1	1		Ролевая игра
1.6	Режим дня юного туриста. Поход выходного дня.	4		4	Сюжетно-ролевая игра
<b>2.</b>	<b>Краеведение (54 часа)</b>				
2.1	Наш район	4	4		Викторина
2.2	Достопримечательности нашего района. Экскурсии	8		8	Образовательный квест
2.3	Наш город	4	4		Викторина
2.4	Достопримечательности нашего города. Экскурсии	8		8	Образовательный квест
2.5	Наш Край	4	4		Викторина
2.6	Тропами Черноморья	8		8	Поход
2.7	Наше Черное море	2	2		Викторина
2.8	Флора и фауна города Сочи.	2	2		Викторина
2.9	Экологические тропы города.	8		8	Поход
2.10	Охрана природы.	6	2	4	Природоохранная акция
<b>3.</b>	<b>Азбука туристско-бытовых навыков юного туриста (72 часа)</b>				
3.1	Основы безопасности в природной среде	1	1		Беседа
3.2	Личное снаряжение юного туриста для туристской прогулки, экскурсии	1	1		Практическая работа
3.3	Игра «Собери рюкзачок». Прогулка по микрорайону.	4		4	Практическая работа
3.4	Требования к продуктам для перекуса (здоровая пища).	2	1	1	Викторина
3.5	Требования к упаковке продуктов для перекуса	2	1	1	Устный опрос
3.6	Выполнение требований к продуктам для перекуса во время похода выходного дня.	8		8	Практическая работа



3.7	Подбор личного снаряжения в соответствии с сезонными и погодными условиями.	2	1	1	Практическая работа
3.8	Укладка рюкзака, соблюдение гигиенических требований.	2	1	1	Практическая работа
3.9	ПВД в межсезонье	8		8	Поход
3.10	Установка палатки. Бивуак. Бивуачные работы.	4	4		Практическая работа
3.11	Планирование и организация бивака на местности во время туристской прогулки.	8		8	Практическое занятие
3.12	Питьевой режим во время туристской прогулки, экскурсии.	2	2		Устный опрос
3.13	Соблюдение правил гигиены при заборе воды для питья во время туристской прогулки (экскурсии).	4		4	Сюжетно-ролевая игра
3.14	Костер. Виды туристских костров.	2	2		Практическая работа
3.15	Разведение костра.	4		4	Поход
3.16	Ориентирование. Карта (спортивная).	2	2		
3.17	Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию	4		4	Соревнования
3.18	Топографические знаки.	2	1	1	Викторина
3.19	Ориентирование по карте на туристской прогулке	4		4	Практическая работа
3.20	Обязанности в туристской группе	2	2		Беседа
3.21	Распределение обязанностей в тургруппе	4		4	Поход
<b>4.</b>	<b>Азбука спортивно-оздоровительного туризма (42 часа)</b>				
4.1	Способы преодоления простейших естественных препятствий	2	1	1	Практическая работа
4.2	Преодоление простых водных преград (ручьев, канав)	2	1	1	Практическая работа
4.3	Организация движения	8		8	Поход

	группы в лесу по слабо-пересеченной и равнинной местности.				
4.4	Техника преодоление крутых склонов (спуски, подъемы).	2		2	Практическая работа
4.5	Различные переправы (параллельная, навесная, маятник, бревно, кочки)	2	1	1	Практическая работа
4.6	Преодоление препятствий в природе: туристская полоса.	8		8	Практическая работа
4.7	Влияние физических упражнений на укрепление здоровья	1	1		Викторина
4.8	Комплекс утренней физкультурной зарядки	1		1	Практическая работа
4.9	Подвижные игры на свежем воздухе во время туристской прогулки.	4		4	Практическая работа
4.10	Гигиена при занятиях физическими упражнениями	1	1		Устный опрос
4.11	Режим дня	1	1		Устный опрос
4.12	Веселые эстафеты во время туристской прогулки.	4		4	Практическая работа
4.13	Физическое развитие и подготовленность, самоконтроль воспитанников	2		2	Практическая работа
4.14	Мини-соревнования, велосипедная езда, катание на роликах и коньках (День здоровья).	4		4	Практическая работа
<b>5.</b>	<b>Личная гигиена и первая доврачебная помощь (36 часов)</b>				
5.1	Правила соблюдения личной гигиены юного туриста	2	2		Беседа
5.2	Выполнение правил личной гигиены на привале, при организации перекуса.	4		4	Поход
5.3	Утренний и вечерний туалет.	1	1		Ролевая игра
5.4	Закаливание организма юного туриста.	1	1		Ролевая игра
5.5	Обсуждение правил лич-	4		4	Поход

	ной гигиены с организацией чаепития во время туристской прогулки.				
5.6	Обязанности санитара туристской группы	1	1		Ролевая игра
5.7	Профилактика заболеваний и травматизма.	1	1		Беседа
5.8	Работа санитаря туристской группы.	4		4	Игра «Айболит» во время ПВД
5.9	Медицинская аптечка.	2	1	1	
5.10	Оказание первой доврачебной помощи условно пострадавшему.	4		4	Практическая работа
5.11	Виды носилок. Переноска пострадавшего.	4	2	2	Практическая работа
5.12	Переноска пострадавшего. Изготовление различных видов носилок во время ПВД.	8		8	Практическая работа
	<b>Всего часов</b>	<b>216</b>	<b>56</b>	<b>160</b>	

### 1.3.2. Содержание учебного плана

#### *Тема 1. Здоровый образ жизни (12 часов)*

##### *Теория:*

Критерии здорового образа жизни. Оздоровительная роль туризма. Значение туризма (прогулок и экскурсий) для оздоровления организма человека, познания окружающего мира и самого себя. Польза чистого воздуха парков, лесов и полей для организма человека. Укрепление костно-мышечной системы, сердца, легких и других органов человека при активном передвижении на прогулках и экскурсиях. Правила поведения юных туристов. Знакомство с кодексом юного туриста. Девизы юных туристов: «В здоровом теле - здоровый дух», «Чистота - залог здоровья». Юные туристы - хорошие товарищи и коллективисты. «После тебя должно стать лучше, чем было до тебя».

##### *Практика:*

Прогулки в парк (в лес) с целью закрепления знаний о правилах поведения в природе и выработки навыков наблюдательности. Прогулка по микрорайону школы. Тесты и анкетирование

#### *Тема 2. Краеведение (54 часа)*

##### *Теория:*

Наш район (история и краеведение). Достопримечательности нашего района. Наш город (история, административное деление). Достопримечательности нашего города.

Наш Край. Чем славится Краснодарский край (Краснодарский край-житница России, курорты Краснодарского края). Наше Черное море (обитатели). Флора и фауна города Сочи. Экологические тропы города. Охрана природы.

*Практика:*

Прогулки, экскурсии и походы выходного дня по достопримечательностям, рекреационным объектам, экологическим тропам района, города.

*Тема 3. Азбука туристско-бытовых навыков юного туриста (72 часа)*

*Теория:*

Основы безопасности в природной среде. Основы безопасности дома и в школе. Личное снаряжение юного туриста для туристской прогулки, экскурсии: рюкзачок, обувь, одежда; личная посуда; средства личной гигиены. Требования к упаковке продуктов для перекуса. Требования к продуктам для перекуса (здоровая пища). Укладка рюкзака, соблюдение гигиенических требований. Подбор личного снаряжения в соответствии с сезонными и погодными условиями. Установка палатки. Бивуак. Бивуачные работы. Питьевой режим во время туристской прогулки, экскурсии. Необходимый запас воды для питья и правила его транспортировки во время туристской прогулки. Ориентирование. Карта (спортивная).

Топографические знаки. Обязанности в туристской группе.

*Практика:*

Игры на темы: «Собери рюкзачок к туристской прогулке», «Как сделать воду чистой и безопасной для употребления». Сбор группы и прогулка по микрорайону (окрестностям школы) в межсезонье для проверки умений готовиться к туристским мероприятиям. Походы выходного дня, экскурсии. Соблюдение правил гигиены при заборе воды для питья во время туристской прогулки (экскурсии). Рациональное расходование воды во время туристской прогулки (экскурсии). Формирование силы воли и выносливости, соблюдение питьевого режима во время туристской прогулки (тренировки). Планирование места организации бивака по плану (карте) местности. Планирование и организация бивака на местности во время туристской прогулки. Организация бивачных работ. Проверка комплектации палатки и ее целостности перед выходом на прогулку. Упаковка палатки для транспортировки. Владение навыками установки, снятия и упаковки палатки (на пришкольной площадке или в парке). Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию. Ориентирование по карте на туристской прогулке. Распределение обязанностей в тургруппе во время ПВД.

*Тема 4. Азбука спортивно-оздоровительного туризма (42 часа)*

*Теория:*

Порядок движения по дорогам (тропинкам). Способы преодоления простейших естественных препятствий (без специального туристского снаряжения); организация движения группы в лесу по слабопересеченной и равнинной местности. Преодоление простых водных преград (ручьев, канав). Техника преодоления крутых склонов (спуски, подъемы). Влияние физических упражнений на укрепление здоровья, повышение работоспособности. Комплекс утренней физкультурной зарядки. Гигиена при занятиях физиче-

скими упражнениями. Режим дня, физическое развитие и подготовленность, самоконтроль учащихся.

*Практика:*

Проведение в игровой (соревновательной) форме тестов с целью определения (выявления) общего физического и функционального уровня развития учащихся. Подвижные игры на свежем воздухе. Веселые эстафеты, велосипедная езда, катание на роликах и коньках. Преодоление препятствий в природе: различные переправы (параллельная, навесная, маятник, бревно, кочки и т.п.). Мини-соревнования, велосипедная езда, катание на роликах и коньках (День здоровья).

*Тема 5. Личная гигиена и первая доврачебная помощь (36 часов)*

*Теория:*

Правила соблюдения личной гигиены юного туриста. Утренний и вечерний туалет. Закаливание организма юного туриста. Обязанности санитара туристской группы. Профилактика заболеваний и травматизма. Работа санитар туристской группы. Медицинская аптечка. Виды носилок. Переноска пострадавшего.

*Практика:*

Выполнение правил личной гигиены на привале, при организации перекуса. Обсуждение правил личной гигиены с организацией чаепития во время туристской прогулки. Игра «Айболит» во время ПВД. Оказание первой доврачебной помощи условно пострадавшему. Изготовление различных видов носилок во время ПВД.

#### **1.4.Содержание учебного плана**

В соответствии с ФГОС ДО требования к освоению образовательной программы на этапе завершения дошкольного детства сформулированы только в виде целевых ориентиров. Однако в целях перевода учащихся на туристские программы следующего уровня, требующего более точной оценки результатов освоения программы, планируемые результаты программы «Дошкольная туристская подготовка» представлены в нижеследующих формулировках:

***Личностные результаты:***

*Учащийся получит возможность для формирования:*

- установки на здоровый образ жизни и реализации ее в реальном поведении и поступках;
- положительных качеств личности;
- чувства гордости за свою Родину, нравственных ценностей;
- дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- навыков общения и взаимодействия со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- умений управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.

### ***Метапредметные результаты:***

#### *Учащийся сможет научиться:*

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, в том числе во внутреннем плане;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков; проводить сравнение и классификацию по заданным критериям;
- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.

### ***Предметные результаты:***

#### *Учащийся сможет узнать:*

- критерии здорового образа жизни;
- название края и краевого центра;
- чем славится Краснодарский край;
- название города, в котором живут, название 4-х районов;
- достопримечательности города: железнодорожный и морской вокзалы, собор Святого Михаила Архангела, киноконцертный зал «Фестивальный», Зимний театр, Художественный музей, ЦДиЮТиЭ, цирк, стадион, парки «Дендрарий», «Ривьера», «Южные культуры», памятник «Якорь-пушка», стела «Подвиг милосердия»;
- название улиц своего района, достопримечательности района и микрорайона;
- правила обустройства бивака (находить удобные и безопасные места ночлегов в стороне от деревень, где удобнее поставить палатку, где развести костер, есть ли наличие дров, воды);
- разнообразие условий передвижения (дороги, лес, неровности рельефа – спуск, подъем);
- топографические знаки: шоссе, тропа, сад, здания, горный перевал, высотравье, колодец, яма, непроходимое болото, река, колючая проволока, обрыв, груда камней, река, родник, озеро, кустарник, луг;
- требования техники безопасности в походе, правила безопасности на улице;
- правила: пожарной безопасности, безопасности на дороге и в транспорте; безопасности на воде и в природе;
- особенности растительного и животного мира города;
- виды костров.

#### *Учащийся сможет научиться:*

- различать и складывать костер (таежный, колодец, звездный, шалаш, сигнальный);

- владеть техникой пешеходного туризма (спуск, подъем в гору, кочки, маятник, бревно, переправа параллельная и навесная);
- свободно устанавливать и собирать палатку;
- правильно выбирать здоровую пищу;
- самостоятельно обслуживать себя в походе, на турслете;
- выполнять правила гигиены юного туриста;
- ориентироваться на незнакомой местности при помощи карты;
- пользоваться медицинской аптечкой (йод, зеленка, бинт, обезболивающее, лейкопластырь);
- проводить простые исследования для собственных исследовательских и проектных работ;
- выполнять общие правила и обязанности участника похода;
- распределять обязанности в группе (командир отряда, заместитель, завхоз, медик, комендант, фотограф, костровой, ответственный за снаряжение)
- проявлять личную ответственность за начатое дело, данное слово.

## II. Комплекс организационно - педагогических условий.

### 1. Календарный учебный график.

№ п/п	№ темы	Тема занятия	Сроки	Количество часов		Примечание
				теория	практика	
1.	1	Закрепления знаний о правилах поведения в природе. Прогулка в парк (в лес).	17.09		4	
2.	1	Техника безопасности. Оздоровительная роль туризма	19.09	1		
3.	1	Чем полезны и интересны туристские походы и путешествия	20.09	1		
4.	4	День Здоровья «Юные путешественники»	24.09		4	
5.	1	Польза чистого воздуха парков, лесов и полей для организма человека.	26.09	1		
6.	1	Правила поведения юных туристов. Кодекс юного туриста.	27.09	1		
7.	1	Режим дня юного туриста. Поход в Бытхинский лесопарк	01.10		4	
8.	2	Наш район (история и краеведение)	03.10	1		
9.	2	Наш район (история и краеведение)	04.10	1		
10.	2	Экскурсия по микрорайону	08.10		4	
11.	2	Наш район (история и краеведение)	10.10	1		

		ние)				
12.	2	Наш район (история и краеведение)	11.10	1		
13.	2	Экскурсия в музей истории Хосты	15.10		4	
14.	2	История г.Сочи	17.10	1		
15.	2	История г.Сочи	18.10	1		
16.	2	Экскурсия по г.Сочи	22.10		4	
17.	2	Административное деление г.Сочи	24.10	1		
18.	2	Административное деление г.Сочи	25.10	1		
19.	2	Экскурсия в музей истории города	29.10		4	
20.	2	Наш Край	31.11	1		
21.	2	Чем славится Краснодарский край	01.11	1		
22.	2	ПВД к Жертвенному камню	05.11		4	
23.	2	Курорты Краснодарского края	07.11	1		
24.	2	Курорты Краснодарского края	08.11	1		
25.	2	ПВД к Белым скалам	12.11		4	
26.	2	Наше Черное море	14.11	1		
27.	2	Наше Черное море	15.11	1		
28.	2	Экскурсия по береговой линии моря	19.11		4	
29.	2	Флора и фауна г.Сочи	21.11	1		
30.	2	Флора и фауна г.Сочи	22.11	1		
31.	2	Экскурсия в Тиссо-Самшитовую рощу	26.11		4	
32.	2	Охрана природы	28.11	1		
33.	2	Охрана природы	29.11	1		
34.	2	Проведение экологической акции у Черного моря	03.12		4	
35.	3	Личное снаряжение юного туриста для туристской прогулки, экскурсии	05.12	1		
36.	3	Основы безопасности в природной среде	06.12	1		
37.	3	Игра «Собери рюкзачок». Прогулка по микрорайону.	10.12		4	
38.	3	Требования к продуктам для перекуса (здоровая пища).	12.12		1	
39.	3	Требования к продуктам для перекуса (здоровая пища).	13.12	1		
40.	3	Распределение обязанностей в	17.12		4	



		тургруппе вовремя ПВД.				
41.	3	Требования к упаковке продуктов для перекуса	19.12		1	
42.	3	Требования к упаковке продуктов для перекуса	20.12	1		
43.	3	Выполнение требований к продуктам для перекуса во время похода выходного дня	24.12		4	
44.	3	Подбор личного снаряжения в соответствии с сезонными и погодными условиями.	26.12		1	
45.	3	Подбор личного снаряжения в соответствии с сезонными и погодными условиями.	27.12	1		
46.	3	Выполнение требований к продуктам для перекуса во время похода выходного дня	31.12		4	
47.	3	Бивуак.	03.01	1		
48.	3	Бивуачные работы.	09.01	1		
49.	3	Бивуачные работы.	10.01	1		
50.	3	ПВД в Мацестинский лесопарк	14.01		4	
51.	3	Питьевой режим во время туристской прогулки, экскурсии.	16.01	1		
52.	3	Питьевой режим во время туристской прогулки, экскурсии.	17.01	1		
53.	3	ПВД в лесопарк «Благодать»	21.01		4	
54.	3	Костер. Виды туристских костров.	23.01	1		
55.	3	Костер. Виды туристских костров.	24.01	1		
56.	3	Организация бивуачных работ	28.01		4	
57.	3	Ориентирование.	30.01	1		
58.	3	Карта (спортивная).	31.01	1		
59.	3	Соблюдение правил гигиены при заборе воды для питья во время туристской прогулки (экскурсии).	04.02		4	
60.	3	Топографические знаки.	06.02	1		
61.	3	Топографический диктант	07.02		1	
62.	3	Разведение костра. ПВД в лес	11.02		4	
63.	3	Обязанности в туристской группе	13.02	1		
64.	3	Обязанности в туристской группе	14.02	1		
65.	3	Ориентирование по карте на ту-	18.02		4	

		ристской прогулке				
66.	3	Установка палатки.	20.02	1		
67.	3	Укладка рюкзака, соблюдение гигиенических требований.	21.02	1		
68.	3	Овладение навыками установки, снятия и упаковки палатки	25.02		4	
69.	3	Укладка рюкзака, соблюдение гигиенических требований.	27.02		1	
70.	4	Способы преодоления простейших естественных препятствий	28.02	1		
71.	4	Организация движения группы в лесу по слабопересеченной и равнинной местности	04.03		4	
72.	4	Преодоление простых водных преград (ручьев, канав)	06.03	1		
73.	4	Преодоление простых водных преград (ручьев, канав)	07.03		1	
74.	3	Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию	11.03		4	
75.	4	Техника преодоление крутых склонов (спуски, подъемы).	13.03	1		
76.	4	Техника преодоление крутых склонов (спуски, подъемы).	14.03		1	
77.	4	Организация движения группы в лесу по слабопересеченной и равнинной местности	18.03		4	
78.	4	Различные переправы (параллельная, навесная, маятник, бревно, кочки)	20.03	1		
79.	4	Различные переправы (параллельная, навесная, маятник, бревно, кочки)	21.03		1	
80.	4	Преодоление препятствий в природе: туристская полоса.	25.03		4	
81.	4	Отработка способов преодоления простейших естественных препятствий на местности	27.03		1	
82.	4	Влияние физических упражнений на укрепление здоровья	28.03	1		
83.	4	Преодоление препятствий в природе: туристская полоса.	01.04		4	
84.	4	Комплекс утренней физической зарядки	03.04	1		
85.	4	Гигиена при занятиях физиче-	04.04	1		

		скими упражнениями				
86.	4	Подвижные игры на свежем воздухе во время туристской прогулки.	08.04		4	
87.	4	Режим дня	10.04	1		
88.	4	Физическое развитие и подготовленность, самоконтроль воспитанников	11.04	1		
89.	4	Веселые эстафеты во время туристской прогулки.	15.04		4	
90.	4	Физическое развитие и подготовленность, самоконтроль воспитанников	17.04	1		
91.	5	Правила соблюдения личной гигиены юного туриста	18.04	1		
92.	5	Выполнение правил личной гигиены на привале, при организации перекуса.	22.04		4	
93.	5	Правила соблюдения личной гигиены юного туриста	24.04	1		
94.	5	Утренний и вечерний туалет.	25.04	1		
95.	5	Обсуждение правил личной гигиены с организацией чаепития во время туристской прогулки.	29.04		4	
96.	5	Закаливание организма юного туриста.	02.05	1		
97.	5	Оказание первой доврачебной помощи условно пострадавшему.	06.05		4	
98.	5	Медицинская аптечка.	08.05	1		
99.	5	Работа санитар туристской группы. Игра «Айболит» во время ПВД	13.05		4	
100.	5	Обязанности санитар туристской группы	15.05	1		
101.	5	Комплектование медицинской аптечки	16.05		1	
102.	5	Изготовление различных видов носилок во время ПВД	20.05		4	
103.	5	Виды носилок.	22.05	1		
104.	5	Изготовление разных видов носилок	23.05		1	
105.	5	Проведение переноски пострадавшего во время ПВД	27.05		4	
106.	5	Переноска пострадавшего	29.05	1		
107.	5	Имитация переноски пострадав-	30.05	1		

		шего. Профилактика заболеваний и травматизма.				
--	--	---	--	--	--	--

## 2. Условия реализации программы:

- наличие квалифицированных педагогов дополнительного образования, имеющих звание «Инструктор детско-юношеского туризма» или «Организатор туристско-краеведческой работы».
- взаимосвязь теории с практической работой;
- наличие достаточного количества туристского снаряжения.

## 3. Формы аттестации

Формы подведения итогов реализации программы:

- Анкетирование
- Тестирование
- Мониторинг физической подготовленности
- Соревнования
- Опрос
- Диагностика
- Зачетные кроссворды и викторины, игры
- Учебно-тренировочные походы

## 4. Оценочные материалы

Показатели развития	Индивидуальные достижения		
	Не сформировано	Находится в зоне ближайшего развития ребёнка	Находится в зоне актуального развития ребёнка
<b>Физическое развитие</b>			
Овладение дошкольником разнообразными видами ходьбы и применение их в зависимости от условий	С помощью взрослого ребёнок движется по тропинке, применяя рациональную технику ходьбы по травяным, земляным склонам, ходьба, преодолевая подъёмы и спуски	По словесному указанию взрослого ребёнок движется по тропинке, применяя рациональную технику ходьбы по травяным, земляным склонам, ходьбы, преодолевая подъёмы и спуски	Ребёнок технически грамотно преодолевает разнообразные сложные препятствия (ручей, бревно, кусты, склон), применяет приёмы страховки, соблюдая элементарные приёмы безопасности
Овладение дошкольником техникой выполнения прыжков	Не владеет техникой выполнения разных видов прыжков (с	По рекомендациям взрослого ребёнок выполняет правильно все	Самостоятельно, точно и уверенно выполняет все виды

ков, метания и подлезания под предметы	места, в длину, высоту), метания (вдаль, в цель) и подлезание под предметы	виды прыжков (с места, в длину, высоту), метания (вдаль, в цель) и подлезание под предметы	прыжков (с места, в длину, в высоту), метания (вдаль, цель) и подлезание под предметы
<b>Познавательное развитие (Основы туристской подготовки)</b>			
Формирование умения организовывать и проводить подвижные игры на туристические темы	Ребёнок не проявляет инициативы в организации и проведении игр на туристическую тематику	С помощью взрослого ребёнок организует и проводит игры на туристическую тематику	Ребёнок охотно и активно включается в игру. Самостоятельно организует игру на туристическую тематику
Формирование у дошкольников умения ориентироваться в лесу с помощью туристических атрибутов (маршрутные схемы, карты, планы) по расположению природных объектов	Ребёнок испытывает затруднения в ориентировке в лесу, с помощью маршрутной схемы, карты, планы по расположению природных объектов (солнце, муравейник, деревья)	Ребёнок с небольшой помощью взрослого ориентируется в лесу по маршрутной карте, плану, схеме и по расположению природных объектов (солнце, муравейник, деревья)	Ребёнок самостоятельно ориентируется по маршрутной карте, компасу и солнцу
Овладение умением правильно укладывать рюкзак	Укладывает с помощью взрослого рюкзак	Ребёнок укладывает рюкзак по словесному указанию взрослого	Ребёнок самостоятельно укладывает рюкзак
Овладение словами – предметами на туристическую тематику	Ребёнок с помощью взрослого называет слова на туристическую тематику	Ребёнок самостоятельно называет слова на туристическую тематику, но затрудняется раскрыть их смысловое значение	Ребёнок самостоятельно называет слова – предметы на туристическую тематику и объясняет их значение
Овладение	Ребёнок с	Ребёнок за-	Ребёнок пра-

дошкольником навыков укладке сушняка для костра	помощью взрослого укладывает сушняк для костра. Затрудняется в названии видов костров (колодец, шалаш, таёжный и т.д.)	трудняется уложить сушняк для костра. Называет виды костров (колодец, шалаш, таёжный и т.д.)	вильно укладывает сушняк для костра. Называет виды костров (колодец, шалаш, таёжный и т. д.)
Формирование у ребёнка стремления к познанию окружающей природы	Ребёнок не проявляет интереса к исследованию, к установлению причинно – следственных связей, нелюбопытен	Ребёнок задаёт вопросы только в диалоге с взрослым. Устанавливает причинно – следственные связи, экспериментирует в условиях деятельности, возникающей по инициативе взрослого и детей	Ребёнок активно задаёт вопросы, предлагает свои ответы, дискутирует с взрослыми. С удовольствием с взрослыми, с удовольствием экспериментирует с природными материалами. Умеет самостоятельно выстраивать гипотезу. Устанавливать причинно – следственные связи между различными природными явлениями
<b>Социально-коммуникативное развитие (Основы безопасной жизнедеятельности)</b>			
Овладение простейшими способами оказания первой помощи себе и сверстникам	Ребёнок не знаком с способами оказания первой помощи себе и другим при ушибе, порезе и ожоге	Ребёнок имеет представление о простых способах оказания первой помощи себе и сверстнику при ушибах, порезах и укусах насекомых	Ребёнок оказывает первую помощь себе и сверстнику при ушибах, порезах и укусах насекомых
Овладение ребёнком основных навыков личной гигиены	При напоминании взрослого ребёнок неохотно выполняет основные гигиенические процедуры (умывание,	При напоминании взрослого ребёнок выполняет основные гигиенические процедуры (умывание, мытьё рук, со-	Ребёнок самостоятельно, без напоминания выполняет основные гигиенические процедуры (умывание, мытьё рук,

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

## 5. Методические материалы.

*Материально-техническое обеспечение:*

- Кабинет или спортзал ОУ и его оснащение;
- учебная спортивная площадка ОУ;
- Дидактические пособия: «Топографическое лото», «Флора и фауна города Сочи»;
- Стенд с туристскими узлами;
- Папки-передвижки, разработки электронных занятий по темам: «Город Сочи и его достопримечательности», «Наш Край», «Виды костров», «Переправы», «Первая доврачебная помощь», «Карты спортивные» и др.;

- Туристское снаряжение: репшнуры, веревки туристские, карабины, коврики туристские, сидушки, компаса, накидки от дождя, медаптечка, те-хаптечка, рюкзаки, палатки, единая форма, флаг сборной команды, котелки для приготовления пищи, спальные мешки, групповой тент, приспособление для организации кострища, набор для организации кухни.

*Информационное обеспечение:*

- оформление информационных стендов;
- банк данных (разработки уроков, игр, беседы для воспитанников, лекции и беседы для родителей, разработки внеклассных мероприятий);
- контрольные срезы, тесты, анкеты.

*Форма организации деятельности обучающихся на занятии:*

- Фронтальная (выполнение всем составом одного задания, упражнения).
- Групповая (одновременное выполнение в нескольких группах разных заданий).
- Парная (выполнение упражнения в парах).
- Индивидуальная (индивидуальные задания, которые выполняются самостоятельно.)

*Основные методы, используемые для реализации программы:*

- Словесные (объяснение, беседа, разбор, распоряжения, указания и др.).
- Наглядные методы (показ видеоматериалов, иллюстраций, выполнение педагогом, наблюдение, работа по образцу и др.).
- Объяснительно-иллюстративные методы.
- Репродуктивные методы.
- Метод расчленённого и целостного упражнения.
- Практические методы.
- Равномерный.
- Игровой.
- Соревновательный.
- Частично-поисковый.
- Проблемный.

## **6. Список литературы**

### ***ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ:***

1. Ильичев А. А. Популярная энциклопедия выживания. 2-е издание, испр., доп. и перераб. М., ЗАО «Изд-во ЭКСМО-Пресс», 2000.
2. Краткий справочник туриста, М., Профиздат, 1985.
3. Куприн А. М. Занимательная картография. М., Просвещение, 1989.
4. Колесникова Л.В. Спортивное ориентирование. Рабочая тетрадь юного ориентировщика, М., ЦДЮТиК МОРФ, 2006.
5. Медицинский справочник: Спасение 03, или Первая помощь при несчастных случаях. - СПб.: Герион, 1995.



6. Сочи: страницы прошлого и настоящего. Иллюстрированный сборник статей. Сочи, Музей истории города, «Деловой Сочи», 2003.

**ДЛЯ ПЕДАГОГОВ:**

1. Белая К. Н. Дошкольное детство. М., Просвещение, 1996
2. Белая К. Н. Организация туристской работы со школьниками». М., Просвещение, 1996
3. Волков В. В. Энциклопедия веселой компании. С-Пб, Герион, 2000
4. Гофман Р. Б. Знай и люби свое тело. Ростов на Дону, 1998
5. Единая Всероссийская спортивная классификация, комментарии туристско- спортивного Союза России. М., ТССР, 2003
6. Зайцев Г.Д. Уроки Айболита. СПб., Герион , 1997
7. Зайцев Г.Д. Уроки Мойдодыра. СПб., Герион , 1997
8. Каменев В. М. Рюкзачок. Пермь, ЦДЮТур, 1983
9. Князева О. К. Я, ТЫ, МЫ. Программа по социально-эмоциональному развитию дошкольников, ДИК, 1998
10. Кривин Ф. Э. Как стать кругосветным путешественником». М., Детская литература, 1979
11. Курочкина И. П. Как научить ребенка поступать правильно. М., Просвещение, 2001
12. Левитан К. М. Знаете ли вы себя? (Сборник психологических тестов и рекомендаций). Свердловск, Профтехиздат, 1991.
13. Маневцова Л. А. Мир природы и ребенок. Екатеринбург, Сиб. Акцидент, 1998
14. Молчанов В. Н. Знакомьтесь - Сочи. Сочи, «Черноморская здравница», 1986
15. Насонкина С.В. Уроки этикета. СПб., Герион , 1997
16. Николаева С. А. Воспитание экологической культуры в дошкольном детстве. М., Просвещение, 2001
17. Основы безопасности жизнедеятельности. Сборник материалов. М., Прогресс, 1997
18. Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся РФ. М. ЦДЮТур МО РФ, 1995
19. Савушкин С. С. Кто как путешествует. М., 1995
20. Сочи: страницы прошлого и настоящего. Иллюстрированный сборник статей. Сочи, Музей истории города, «Деловой Сочи», 2003.
21. Сочиведение. Выпуск 1: Учебно-методические материалы к курсу «Кубановедения» Составитель: Гоголадзе С. Г., ЦДЮТур г. Сочи, 2004.
22. Туризм и спортивное ориентирование: Учеб. для институтов и техникумов физической культуры / Сост. В. И. Ганопольский. - М.: Физкультура и спорт, 1987.
23. Усыткин Г. С. В классе, в парке, в лесу: Игры и соревнования юных туристов. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1996.
24. Шуляков Г. Б. Кубанский краевед. Краснодарское книжное издательство, 1990

25. Экскурсионные объекты города Сочи. Составители Гоголадзе А. В., Метелина И. А., Сочи, ЦДЮТур, 2004.