

РАССМОТРЕНА

педагогическим советом
протокол №1 от 30.08.2024г.

УТВЕРЖДЕНА

приказом МБДОУ д/с № 35
от 31.08.2024 г. № 89

СОГЛАСОВАННА

протокол заседания род. комитета
от 29.08.2024 г. №1

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КРУЖКА РЕКРЕАЦИОННОГО ТУРИЗМА
«ВЕСЕЛЫЙ РЮКЗАЧЕК»
МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО ДОШКОЛЬНОГО
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
ДЕТСКОГО САДА № 35 С. ОТРАДО-ОЛЬГИНСКОГО
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ГУЛЬКЕВИЧСКИЙ РАЙОН
НА 2024-2025 УЧЕБНЫЙ ГОД
Срок реализации: 1 год**



2024г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

№ п/п	СОДЕРЖАНИЕ	Страница
1.	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	3
1.1	Пояснительная записка	3
1.2	Характеристики особенностей детей старшего дошкольного возраста	4
1.3	Принципы и подходы к формированию Программы	5
1.4	Цели и задачи Программы	6
1.5	Планируемые результаты освоения Программы	7
2.	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	8
2. 1	Содержание образовательной деятельности в группе детей 5-6 лет	8
	Раздел 1. «Рюкзачок открывает мир	8
	Раздел 2. «Рюкзачок готовится в поход»	9
	Раздел 3. «Здоровье в рюкзачке»	10
	Раздел 4. «Весёлый Рюкзачок занимается физкультурой»	11
	Тематическое планирование образовательной деятельности	13
2. 2	Средства и методы реализации программы	15
3.	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	19
3. 1	Организация развивающей предметно - пространственной среды.	19
3. 2	Дидактическое обеспечение реализации программы	22
3. 3	Литература	23
3. 4	Туристское снаряжение	24

I. ЦЕЛЕВОЙ РАДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Программа рассчитана на детей 5-6 лет. Программу можно использовать в организованной образовательной деятельности по познавательному, речевому, социально-коммуникативному и физическому развитию в соответствии с темой, указанной в перспективном плане (два раза в неделю). Срок реализации программы - 1 год.

Программа включает следующие разделы:

1. «Рюкзачок открывает мир».
2. «Рюкзачок готовится в поход».
3. «Здоровье в рюкзачке».
4. «Весёлый рюкзачок занимается физкультурой».

Необходимость разработки программы продиктована значимостью дошкольного детства как начального этапа формирования личности человека, воспитания у него ответственного отношения к окружающей природной и социальной среде. Современные условия жизни и образования предъявляют высокие требования к уровню психологического состояния и общекультурной готовности ребёнка при переходе из детского сада в общеобразовательную школу. В связи с этим, растёт необходимость в таких подходах к оздоровлению детей, которые могли бы не только повышать физическую подготовленность дошкольников, но и одновременно развивать их интеллектуальные, познавательные способности, социальную компетентность.

Анализ специальной литературы и наш практический опыт показали, что одним из таких подходов является использование элементов туризма в работе с дошкольниками. Однако практика показывает, что используются они в детских садах в основном бессистемно, для решения изолированных друг от друга целей: познавательных, воспитательных, оздоровительных. Туризм не только совершенствует двигательную сферу, но и формирует его личностные качества, создаёт ситуации развития дошкольника. Возможности туризма ещё не полностью оценены в дошкольном образовании. Мы полагаем, что это связано с тем, что не разработана программа комплексного использования туризма в условиях ДОО.

Туризм - особый вид социальной деятельности человека, направленный на укрепление здоровья, повышение физической тренированности, выносливости организма, познание и общение. Проанализировав специальную литературу, мы выделили следующие виды туризма:

- спортивный - вид спорта, в основе которого лежат соревнования на преодоление разных по трудности препятствий в природной среде (дороги и тропы с различным покрытием, бездорожье, переправы, вершины, пороги, каньоны, пещеры) и на искусственном рельефе;
- рекреационный - связан с передвижением людей в свободное время в целях отдыха, для восстановления их физических и душевных сил;
- краеведческий - посвящён изучению историко-культурного потенциала страны, её социокультурной среды, особенностей бытовой и хозяйственной деятельности;
- историко-культурный - наиболее широко распространённый вид активного познавательного отдыха, основанный на интересе к природному и историко-культурному наследию во всём его разнообразии;
- эколого-оздоровительный - туризм, обращенный к природе, не наносящий ей ущерба, нацеленный на экологическое образование и просвещение, формирование дружественных отношений с природой, использование её здоровья формирующих ресурсов.

Спортивный туризм невозможен в дошкольном детстве, так как имеет возрастные ограничения, требует профильного обучения и сопряжен с рисками профессионального спорта.

Поэтому в программе мы ставим акцент на рекреационном, эколого-оздоровительном и краеведческом туризме. Основная форма организации рекреационного туризма - прогулки-походы, предполагающие кратковременное пребывание на природе, ознакомление с объектами ближайшего социального окружения, овладение элементарными туристическими навыками.

Мы убеждены, что в туристической деятельности заложены широкие возможности для развития и воспитания дошкольников: в ходе тематических прогулок, экскурсий походов ребёнок узнаёт свою страну, а начинает это со своей малой родины. При этом процесс познания происходит в предметно-наглядной, активной форме. Окружающий мир предстаёт ребёнку непосредственно: он его видит, слышит, осязает. Образы, получаемые из внешнего мира, всегда более яркие, эмоционально-насыщенные, запоминающиеся, чем «книжные», те, представленные на страницах книг, учебных пособий. Кроме того, туризм как средство оздоровления характеризуется общедоступностью и рекомендован практически каждому ребёнку при отсутствии у него серьёзных патологий. Универсальность туризма состоит в том, что он всесезонен.

Потенциал природной и социальной окружающей среды должен быть использован для обогащения жизненного опыта ребёнка, для воспитания гражданина своей Родины, большой и малой.

1.2. Характеристики особенностей детей старшего дошкольного возраста, значимые для разработки и реализации программы

Старший дошкольный возраст представляется нам особенно подходящим для туристской деятельности из-за большой пластичности нервной системы ребёнка, её податливости влияниям внешней среды.

Старший дошкольник уже овладел основными видами движений, он завешает освоение специализированных локомоций и переходит к освоению новых комбинаций движений и упражнений, зависящих от ситуаций детской деятельности (двигательного творчества, игры, преодоление препятствий). На основе совершенствования органов чувств и движений происходит развитие моторики, физических качеств личности. Ребёнок пробует самостоятельно и творчески использовать навыки двигательной деятельности в постоянно меняющиеся условия окружающей среды.

По данным современных исследований, именно старший дошкольный возраст является наиболее важным для формирования движений, так как строение, функции и взаимодействие различных органов и систем достигают в этот период своего совершенства. Однако Д.И. Фельдштейн отмечает недостаточную сформированность мелкой моторики современных детей, что указывает на неразвитость соответствующих мозговых структур, в том числе отвечающих за произвольность.

Ребёнок старшего дошкольного возраста активно осваивает окружающий мир. Это становится возможным благодаря пластичности нервной системы, интенсивному созреванию мозжечка, подкорковых образований, коры головного мозга, завершению дифференциации центров ассоциативных зон, улучшению механизма сопоставления слова с воспринимаемой действительностью, развитию кинестетического контроля.

В этом возрасте происходит активное развитие психических познавательных процессов - памяти, внимания, мышления, развивается способность управлять своим поведением.

Показателями эмоциональной сферы старшего дошкольника, по данным Л.Д. Глазыриной и В.А. Овсянкина, являются умения сдерживать чувства, пользоваться общепринятыми формами их выражения. Серьёзными достижениями в развитии волевой сферы становятся способности к ограничению желаний, постановке определённых целей, преодолению препятствий, стоящих на пути этих целей, а также правильная оценка результатов собственных действий. В то же время проведённый Н.А. Горловой мониторинг мнения родителей и педагогов указал на главные болевые точки современных детей: повышенную тревожность и агрессию, возбудимость и гиперактивность, потребность к

восприятию информации и вместе с этим – повышенные утомляемость и эмоциональность. Дети настойчивы и требовательны, не желают выполнять бессмысленные действия, они значительно отличаются от своих сверстников прошлого века.

Современные дети находятся в постоянном, непрерывном движении, их трудно удержать на одном месте. В организованных видах деятельности они зачастую не могут сосредоточиться, им по-прежнему нужны игровые и заинтересовывающие моменты. У современных детей, по мере их взросления, время произвольной концентрации внимания не увеличивается.

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

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

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

1.3. Принципы и подходы к формированию программы

Методологической основой для разработки программы явились следующие теоретические положения:

- применение средств туризма в основных формах образовательной деятельности способствует физическому и социально-коммуникативному развитию дошкольников, их духовно-нравственному воспитанию;

- детская туристическая деятельность является средством целостного развития ребёнка.

Для реализации программы кружка обращаем особое внимание на следующие подходы к использованию туристской деятельности ДОО:

- краеведческий - дети на основе местного материала знакомятся с явлениями, объектами природы родного края, с его экологическими и социальными проблемами, историей и культурой; осваивают нормы и правила рекреационного туризма, отражающие физико-географические и социокультурные особенности своей местности;

- личностно-деятельностный - благодаря интересно составленной познавательной и двигательной деятельности в природных и социокультурных условиях у детей формируется интерес к занятиям туризмом и физической культурой, к здоровому образу жизни;

- здоровьесформирующий - прогулки-походы, наполненные двигательной активностью, природные факторы (солнце, воздух и вода) оказывают на организм ни с чем не сравнимый оздоровительный эффект. Доказано, что продолжительное выполнение умеренной нагрузки в виде циклических упражнений (ходьба, передвижение на лыжах, велосипедах) способствует развитию такого ценного в оздоровительном плане физического качества, как выносливость;

- культурологический - средствами туризма ребёнок приобщается к отечественной культурной традиции, воспитывается как личность. Ценности родной культуры становятся для него личностно значимыми.

Рекреационный туризм в ДОО содержательно и организационно строиться с учётом следующих принципов:

- внимание к рекреационной деятельности как к важному средству развития личности, сохранения и улучшения здоровья;
- необходимость научного осмысления феномена «рекреационная деятельность»;
- постоянство, непрерывность в поиске эффективных форм организации рекреационной деятельности;
- тесная взаимосвязь содержания и организации туристской деятельности с сезонными изменениями природы (сезонность);
- принцип спиралевидности, то есть постепенное усложнение задач, которые ставятся перед детьми, и частичное возвращение к ранее изученному содержанию;
- непрерывность в изучении основ рекреационного туризма, в развитии познавательных интересов, коммуникативных способностей, формировании физической подготовленности детей на разных ступенях дошкольного детства;
- принцип интегративности, то есть тесная взаимосвязь экологического, физкультурного образования и социокультурного развития детей.

1.4. Цели и задачи реализации программы

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 доступным приемам 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.

Старшая группа (от 5 до 6 лет).

Задачи:

- физического воспитания и образования: 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 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; научит 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.

1.5. Планируемые результаты освоения программы

Целевыми ориентирами на этапе завершения программы являются:

физическое здоровье:

- ребёнок приобретает хорошую физическую форму; повышается индекс здоровья детей ДОО;

психическое здоровье:

- 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, 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 туристической 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. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Содержание образовательной деятельности в группе детей 5-6 лет

Раздел 1. «Рюкзачок открывает мир» (9 часов)

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 не позволительно делать с природой («Вот это - если, здесь... если!»). правила поведения на природе (Наш девиз: «После нас чище, чем до нас»). Почему не заросла «рана» от костра? Почему образовался овраг?

Растения в жизни человека (очищают воздух, лечат, питают). Как меняются растения в связи со сменой времени года? Разнообразие растений в экосистемах (луга, леса, моря, озера, 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?

«Хорошо у нас в саду!» Путешествуем по экологической тропе, изучаем разные объекты (метеостанция, уголок леса, сада, посадки растений, небольшой водоём с головастиками).

«Знаем каждый закоулочек в любимом детском саду». Знакомство с сотрудниками детского сада, посещение помещений разного назначения. Создание уголка, посвящённого истории детского сада.

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 (парки, сады, скверы) 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 с 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» (13 часов)

Тема 1. «Здравствуй, Рюкзачок»

«В поход иду, и дом несу, 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 ориентирована 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. Взаимодействие 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, «хитрые» вопросы, тексты.

Тема 3. «Путешествуем по карте»

План маршрута. Кто разрабатывает и составляет карты. Дидактические игры с планом комнаты. Переставляем мебель в комнате (накладывание цветных аппликаций, обозначающих предметы, на план комнаты). Игра «Где белочка, зайка, мяч?» Игры с планом двора, детского сада, микрорайона: «Идём в магазин за хлебом», «Вот моя улица - вот 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 река, озеро, лес. Составление плана детского сада, улицы. Вычерчивание маршрута - рисуем сложную ломаную линию, отмечаем стороны света. Работа с планом детского сада и прилегающей территории: игры -соревнования на местности: «Найди 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. Уголок ПДД. Правила безопасности в помещении и на территории детского сада.

Здания и сооружения вокруг детского сада. Школа: здание, спортивная площадка, место отдыха школьников. Центр детского творчества. Поликлиника, её назначение, врачи и посетители. Жилые дома и дворы, детские площадки и правила поведения на них детей и взрослых. Прогулки за территорию детского сада.

Раздел 3. «Здоровье в рюкзачке» (7 часов)

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 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 целости 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 ягоды, грибы, травы.

Тема 3. «Скорая помощь юному путешественнику»

Растения - верные друзья. Целебные свойства зелёных растений. Знакомство с отдельными лекарственными растениями. Лекарство под ногами - подорожник.

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» (7 часов)

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.

Тема 2. «Игры Весёлого Рюкзачка»

Дидактические игры на усвоение правил безопасного поведения на природе и во время движений («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).

«Видеополяна». Демонстрация мультфильмов, слайдов, документальных фильмов, игры-пантомимы на спортивные темы.

Оздоровительная прогулка-поход «Вот моя улица, вот 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. Движение 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 через болото», «Пробеги - не упади».

3. Игры на создание эмоционального комфорта: дидактическая игра «Наш хутор» (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 организовать прогулки-походы.

Регулярность таких походов - один раз в два месяца (пятый год). В прогулках-походах сочетается краеведческое, оздоровительное и экологическое содержание.

Экологическая прогулка по тропе природы (на участке детского сада)

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

1. Движение на маршруте. Разные виды ходьбы: змейкой, приставным шагом, по ограниченной плоскости, с перешагивание 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; участвуют в практическом задании по оказанию первой медицинской помощи; участвуют в практическом задании по оказанию первой помощи при тепловом и солнечном ударе.

На станции «Уголок леса» нужно определить и назвать растения на определённой территории (площадка 5х5 м.); отгадать загадки о деревьях, кустарниках, цветах, грибах, нарисовать отгадки.

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 «Уголок нетронутой природы» проводится игра «Найди клад». Игра требует умения ориентироваться по указателям и отвечать на вопросы о природе.

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 детском саду. Проводится игра «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. Движение 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 медвежонку собраться в поход» (закрепление названия вещей туристского снаряжения и способы укладывания рюкзака); «Отгадай правило» (закрепляем правила поведения на природе и природоохранной деятельности); «Самый наблюдательный» (учимся замечать изменения, происходящие вокруг). Подвижные игры: «Белочка на дереве - собаки на земле», «Не замочи ног», «Следопыты».

6. Обратный путь домой.

Тематическое планирование

№	Тема	Дата план	Дата факт
Раздел 1. «Рюкзачок открывает мир» (9 ч.)			
	Природа родного края		
1.	Как человек пишет Красную книгу. <i>Беседа с элементами интерактивной игры</i>		
2.	Распространение семян. <i>Занятие-игра</i>		
3.	Почему они дикие? <i>Беседа о поведении и повадках животных</i>		
	Мой край родной		
4.	Наш любимый детский сад. <i>Игра-путешествие</i>		
5.	Дом, в котором я живу. <i>Беседа с включением игр и творческих заданий</i>		
6.	Мое село . <i>Тематическая беседа</i>		
7.	Прогулка-поход «В гости к Золотой Осени»		
	Дорога к дому		
8.	Что я видел по дороге домой? <i>Игра-путешествие</i>		
9.	Мы - пешеходы. <i>Сюжетное занятие интегрированного характера</i>		
	Вместе с папой, вместе с мамой		
10.	Наш семейный выходной. <i>Беседа с включением игр и творческих заданий</i>		
	Здравствуй, Рюкзачок		
11.	«В поход иду, и дом несусь, в котором дома не живу» <i>Интегрированное занятие</i>		
12.	Личное снаряжение туриста. <i>Интерактивная игра-занятие</i>		
13.	Правила поведения в походе и на привале. <i>Беседа с включением игр и заданий</i>		
	О туризме и туристах		
14.	Кто такие туристы. <i>Интегративное занятие</i>		
15.	Что мы знаем о туризме. <i>Игра-путешествие</i>		
16.	«Зимние тропинки». Прогулка-поход в зимний парк		
	Путешествуем по карте		
17.	Знакомство с планом. <i>Интегративное занятие с элементами продуктивной деятельности</i>		
18.	План и рисунок. <i>Сюжетное занятие по изобразительной деятельности</i>		
19.	Веселое путешествие. <i>Прогулка с элементами ориентирования на местности</i>		
	Где мы были, что мы видели		
20.	Родные закоулки. <i>Игра-путешествие</i>		
21.	Родные закоулки. <i>Игра-путешествие</i>		
	Здравствуй, Рюкзачок		
22.	Лесные путешественники. <i>Беседа с элементами интерактивной игры</i>		
23.	Лесные путешественники. <i>Беседа с элементами интерактивной игры</i>		

Раздел 3. Здоровье в рюкзачке (7 ч.)			
	Я и моё здоровье		
24.	Я расту. Сюжетное занятие интегрированного характера		
25.	Я - человек. Как я устроен? Беседа с включением игр и творческих заданий		
	Охраняй здоровье в походе		
26.	Почему Иванушка стал козлёночком? Беседа с элементами познавательно- исследовательской деятельности		
27.	Почему нельзя трогать детёнышей животных. Беседа с элементами интерактивной игры		
	Скорая помощь юному путешественнику		
28.	За помощью к природе. Зелёная аптека. Беседа с включением игр и творческих заданий		
29.	Аптечка в рюкзаке. Игра-викторина с включением практических заданий		
	Народная мудрость на здоровье нам дана		
30.	Народные приметы в помощь туристу. Интегрированное занятие с элементами продуктивной деятельности		
Раздел 4. Весёлый Рюкзачок занимается физкультурой (7 ч.)			
	Готовимся к дальним дорогам		
31.	Покажем Рюкзачку, что мы умеем. Сюжетное занятие в форме КВН		
	Игры Весёлого Рюкзачка		
32.	«12 записок». Физкультурное занятие игрового характера на воздухе		
33.	В поисках клада. Интеллектуальная игра с элементами физической культуры и туртехники		
	Занимательная физкультура		
34.	Весёлые соревнования. Физкультурное занятие тренировочного характера – полоса препятствий в природных условиях		
35.	«Вот моя улица, вот и мой дом». Прогулка с элементами спортивных игр и ориентирования на местности		
	Пора в путь-дорогу		
36.	Экологическая прогулка по тропе природы		
37.	Краеведческая прогулка-поход «Любимое место отдыха»		

2.2. Средства и методы реализации программы

Главная особенность реализации программы «Весёлый Рюкзачок» - это широкое использование средств детского туризма в разных формах образовательной деятельности. Так, на физкультурных занятиях используются схемы-маршруты, иллюстрации, направленные на закрепление туристских знаний и умений. Тематические подвижные игры с элементами туристской техники «Переправа через болото», «Ловкий турист», «Уложи рюкзак» помогают детям осваивать и быстро выполнять двигательные задания, совершенствуют технику преодоления препятствий, совместных с партнёрами действий. Специальные дидактические игры, развивающие упражнения, загадки, кроссворды, направленные на усвоение правил безопасного поведения на природе и во время движения на улице, можно использовать на занятиях по познавательному развитию.

Одной из форм эффективного партнёрства всех субъектов туристской деятельности являются рабочие тетради. Рабочая тетрадь - это наглядное пособие, позволяющее закрепить навыки ориентирования в пространстве, правила поведения в окружающей среде; уточнить имеющиеся экологические знания и представления. Работая с тетрадью совместно со взрослыми (воспитателями, родителями) или самостоятельно, дети закрепляют знания о родном крае - улице, районе, интересных и памятных местах микрорайона, элементарные правила ориентирования на знакомой местности, основы специальных туристских знаний, туристской технике.

Прогулки-походы - форма организации туристской деятельности, предполагающая кратковременное пребывание в природных условиях и овладение элементарными туристскими навыками. Туристическая прогулка в лес всегда дарит положительные эмоции, радостное общение, возможность испытать себя. Двигательная деятельность в природных условиях формирует у дошкольников интерес к занятию туризмом и физической культурой. В природных условиях быстро обогащается двигательный опыт детей. С этой целью можно использовать естественные препятствия - пеньки, канавки, деревья, ручьи, брёвнышки, а также природный материал (шишки, жёлуди, камешки, палки). Большое внимание во время походов уделяется овладению техникой «туристского шага». Во время передвижения, чтобы дети не утомлялись от однообразия движений, используются разные виды ходьбы: со сменой положения рук, высоким подниманием коленей (как аист, журавль, цапля), на носках, с подпрыгиванием до ветки. На месте стоянки можно организовать ходьбу в приседе и полуприседе, змейкой между деревьями; прыжки с пенёков, метание шишек, лазание по деревьям. Таким образом, шаг за шагом дети овладевают правильной техникой выполнения движений, совершенствуют двигательную деятельность. В походе складывается множество ситуаций для проявления детской дружбы, отзывчивости, щедрости. Нередко такие ситуации педагоги создают специально.

Структура прогулки-похода

Эффективность прогулок-походов напрямую зависит от соблюдения санитарно-гигиенических условий. Поход с детьми на природу требует тщательной подготовки. Организаторам важно предусмотреть меры безопасности и предупреждения травматизма детей. Накануне похода нужно обязательно подсчитать его дальность, определить его продолжительность, обследовать дорогу, места стоянок и игр. Важно найти удачные сочетания физических нагрузок с отдыхом; продумать, какие движения целесообразнее использовать на тех или иных участках дороги. Опыт организации походов подсказывает, что оптимальные часы для проведения прогулки-похода - это с 9.00 до 12.00-12.30. продолжительность прогулки, а также протяжённость маршрута могут варьироваться, в зависимости от здоровья и подготовленности детей.

Оптимальные показатели прогулки-похода для старших дошкольников

<i>Возраст</i>		<i>Время</i>
5-6 лет	Продолжительность в осенне-зимней период	1-1.5 часа
	Продолжительность в весенне-летний период	1-3 часа
	Протяжённость маршрута	До 3 километров
	Вес рюкзака	До 500 грамм

Прогулка-поход состоит из нескольких этапов.

Подготовительный этап

Работа на подготовительном этапе складывается из нескольких направлений: работа с сотрудниками, детьми, родителями. В договорах с родителями (законными представителями) обязательно должна быть оговорена возможность организации и проведения прогулок-походов с детьми. Подписывая договор, родитель тем самым даёт согласие на проведение мероприятия с участием его ребёнка. Главная задача педагогов - убедить родителей в необходимости проведения прогулок-походов, сделать родителей своими соратниками и таким образом приобщить семьи воспитанников к здоровому образу жизни.

Отправляясь в поход, необходимо предусмотреть одежду и обувь по сезону и погоде. Нельзя допускать, чтобы участники похода шли в мокрой обуви. Это приводит к проявлению партнёрской, а в холодную погоду - к простуде. У каждого ребёнка должны быть запасные сухие носки. Дети не должны отправляться в поход «на босу ногу», это тоже приводит к образованию потёртостей, волдырей.

Желательная одежда детей для участия в прогулке-походе в летнее время-это лёгкие спортивные брюки, плотная футболка светлых тонов, плотная ветровка, лёгкая, но плотная, желательна не промокающая, спортивная куртка на молнии и с капюшоном, панамка с полями, удобная спортивная обувь на низком каблуке и мягкой подошве (кеды, мягкие кроссовки, мокасины), хлопчатобумажные носки.

Наполнение детских рюкзачков может быть разнообразным: лёгкий непромокаемый коврик, карандаши, фломастеры, блокнот, коробочки для находок и др. безусловно, физически подготовленные ребята могут переносить и большую тяжесть, однако при этом ребёнок быстро устаёт, снижается темп его ходьбы, он перестаёт замечать интересное вокруг себя и сосредоточивается только на своих ощущениях. Позвоночник ребёнка ещё не окреп, поэтому не следует позволять детям устанавливать рекорды по подъёму тяжестей.

Конечно, груз взрослых в походе будет намного больше. Это средства для оказания первой медицинской помощи - групповая аптечка, вода, фляжки для воды, одноразовая посуда, лёгкий завтрак (яблоки, печенье, бутерброды), влажные антибактериальные и обычные салфетки, спортивное оборудование (мячи, скакалки); средства для ведения наблюдений (лупы, цветные линзы, небольшие грабли, лопатка, нож, компас); технические средства (планшет, плеер); разнообразные ёмкости для сбора находок.

На подготовительном этапе составляется план прогулки-похода. В план включается осмотр не только природных объектов, но и объектов истории и культуры, социальных объектов (например, больницы. Почты). Воспитатели отбирают литературный материал в соответствии с временем года. Это рассказы и стихотворения о природе, пословицы, поговорки, загадки. Особое внимание следует обратить на знакомство с народными приметами. Весь этот материал пригодится для того, чтобы дети более эмоционально воспринимали увиденное.

Накануне похода с детьми проводится беседа о маршруте. Вместе с педагогами ребята вспоминают стихи, пословицы, поговорки, воспитатели читают им художественную литературу.

В предварительную подготовку входит изучение правил Весёлого Рюкзачка. Дети должны обязательно участвовать в сборах. Они самостоятельно собирают рюкзаки, рассматривают предметы туристического снаряжения. Всё это вызывает у детей яркие

эмоциональные реакции, будит их воображение, рождает желание овладеть новыми умениями.

Основной этап

Основной этап состоит из трёх равнозначных, взаимосвязанных между собой частей: дорога до места стоянки, отдыха и игры на стоянке, дорога обратно. По дороге к стоянке необходимо через каждые 15-20 минут организовывать кратковременный отдых. Если есть возможность, дети присаживаются на пни, брёвна или просто прислоняются к деревьям, давая ногам отдохнуть, снимают рюкзаки. На возвышенном, сухом месте можно расстелить коврики и отдохнуть на них в течении трёх-пяти минут. Во время остановок проводятся кратковременные наблюдения: можно предложить детям рассмотреть деревья, траву, понаблюдать за насекомыми, птицами, полюбоваться пейзажем, отправиться на поиски даров природы (шишки, камешки, коряги), рассмотреть следы на земле. Дети могут послушать звуки природы, пообщаться с другими участниками прогулки, в том числе со сказочными персонажами - с бабушкой-затейницей, мастером игрушек, Лесовичком.

Через каждые полтора-два часа необходимо производить осмотр детей и взрослых на предмет выявления клещей, возможных повреждений (царапины, ссадины). Первый осмотр осуществляется медицинским работником на месте стоянки, второй - после возвращения. В течении всей прогулки-похода педагоги наблюдают за состоянием дыхательной системы детей. Нормальным считается дыхание через нос. Если наблюдается дыхание через рот, нагрузку необходимо снизить. Педагоги не должны упускать из поля зрения эмоциональный настрой каждого ребёнка. Капризы, раздражительность, вялость свидетельствуют о наступающем утомлении. В этом случае надо сменить темп передвижения, сделать остановку на одну-две минуты, взять ребёнка за руку.

В обязанности педагогов во время походов-прогулок входит:

- Оказание первой помощи при солнечном или тепловом ударе. Признаками солнечного (теплового удара является вялость, покраснение лица, обильный пот, изменение координации движений, головная боль. В этом случае необходимо усадить пострадавшего в тень, слегка похлопать по лицу полотенцем или платком, смоченным в холодной воде, напоить водой, положить на лоб холодный компресс и менять его как можно чаще.
- Оказание первой помощи при отравлении ядовитыми растениями и грибами. Признаками отравления являются тошнота, рвота, понос, учащенный пульс, одышка, судороги, потеря сознания, бледность кожных покровов. Первейшие меры помощи пострадавшему: напоить его чуть тёплой водой, вызвать рвоту, а затем немедленно вызвать «скорую помощь».
- Предупреждение последствий заражения при повреждении кожных покровов. В случае ушибов, царапин, ссадин, порезов необходимо удалить грязь стерильной марли или ваты, затем смазать зелёной ранку (если ранка небольшая) или кожу вокруг раны (если рана большая).
- Предупреждение последствий укуса пчелы или осы. При укусе возникает припухлость, покраснение, зуд, переходящий в сильный. Необходимо найти и удалить жало, протереть место укуса раствором йода. При более сложных укусах (в зев, глотку, глаз) ребёнка следует доставить в медицинское учреждение.
- Оказание первой помощи при попадании инородного тела (песчинка, насекомое) в глаз. в этом случае наблюдаются жжение, слезотечение, покраснение, зуд, светобоязнь. Меры оказания первой помощи: удалить инородное тело кусочком марли, смоченной в 1%-ном растворе борной кислоты, интенсивно промыть водой из пипетки (можно закапать одну каплю сульфацил-натрия (альбуцид)).

На первую часть приходится основная нагрузка. Дети не просто монотонно передвигаются по пути следования, осуществляют разнообразные двигательные действия, предусмотренные планом. Например, сбегает с горки. Скачет по узкой тропинке на одной ножке, перепрыгивает через канавку, проходят под ветками в полуприседе. При передвижении по населённым пунктам необходимо соблюдать правила движения. Об этом

нужно поговорить с детьми заранее. Кроме того, важно предусмотреть сигнал для сбора. Это может быть свисток или колокольчик.

В туристической прогулке особенно важно соблюдение питьевого режима, так как при физических нагрузках увеличивается потоотделение и возрастает потребность в воде. На привалах можно предложить детям прополоскать рот или сделать два-три глотка из фляжек, которые каждый несёт на плече или в рюкзаке. Хорошо утоляет жажду настой из ягод и трав: боярышника, шиповника. Чёрной смородины, мяты. Настой составляется по рекомендациям врача и по согласованию с родителями. На малых привалах, но не вовремя движения. Можно предложить детям кислую карамель, так как при усиленном дыхании из организма выводится много кислоты.

На основной стоянке детей обычно ждут сюрпризы, подготовленные взрослыми: творческие задания, игры, преодоление препятствий, ориентирование по карте и компасу, установка палаток, беседы с интересными людьми, пение и слушание туристических песен, исполнение местного фольклора.

Дети очень любят, когда настаёт время приёма пищи на свежем воздухе. Для организации весёлого и безопасного пикника также есть некоторые непреложные правила: предварительно обработать руки антибактериальной салфеткой, использовать одноразовую посуду.

Одной из задач прогулок-походов является воспитание ценностного отношения к окружающей среде. В местах проведения прогулок взрослые подчёркнуто бережно относятся к каждой травинке, цветку, к птичьим гнёздам. Наблюдая за взрослыми, дети постепенно постигают истину: там, где побывал человек, должна оставаться чистота.

Завершающим этапом прогулки-похода является обратный путь. Как правило, дети утомлены обилием впечатлений, физическими нагрузками, поэтому организаторы похода выбирают короткую дорогу домой. Дети идут в свободном темпе, движения разнообразны.

Важно оценить результативность каждой прогулки-похода. Это помогает увидеть все плюсы и минусы организации путешествий, усовершенствовать её. Настроение, самочувствие детей, их впечатления являются главными критериями оценки. Если дети обсуждают увиденное, бережно хранят принесённые дары, значит, поход был удачным. Впечатления о прогулке-походе обычно отражаются в продуктивной деятельности детей, в их играх. На сайте детского сада можно разместить фоторепортажи и видеофильмы о прогулках-походах, других формах организации детской туристской деятельности. Родители могут оставить свой отзыв на сайте детского сада, в журнале или газете.

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ ОТДЕЛ

3.1. Организация развивающей предметно-пространственной среды для реализации программы

В связи с введением в физкультурно-оздоровительную работу в ДОО элементов туризма, компоненты предметно-развивающей среды в детском саду должны быть пересмотрены. ФГОС ДО говорит о том, что «развивающая предметно-пространственная среда должна быть содержательно-насыщенной, трансформируемой полифункциональной. Вариативной. Доступной и безопасной». Образовательное пространство, материалы. Оборудование и инвентарь в здании и на участке и должны обеспечить:

- игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех воспитанников, возможность экспериментирования с материалами (в том числе с песком и водой);
- двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, возможность участия в подвижных играх и соревнованиях;
- эмоциональное благополучие детей;
- возможность самовыражения детей.

В соответствии с данными требованиями, развивающая среда группы наполняется следующими тематическими материалами, созданными педагогами совместно с родителями и детьми:

Уголок Весёлого Рюкзачка (специальные знания о туризме):

- Дидактический материал: кукла (мальчик и девочка) с набором одежды туриста, схема-панно «Собери рюкзак», набор посуды туриста: котелок, тарелка мелкая и глубокая, посуда металлическая и пластиковая, ложки, стаканчики одноразовые, фляжка, термос, салфетки, бумажные полотенца. Бинобль, фотоаппарат, глобус, рюкзак, компас, коврик («пенка») туриста, аптечка туриста, предметы гигиены: мыло, полотенце. Очки солнцезащитные, верёвка, палатка, часы, лупа, гитара.
- Альбомы, посвященные географии нашей страны, символика родного края, его городам, альбомы «Символы, спасающие жизнь» (о разрешающих 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».
- Макеты: «Деревенька моя», «Город», «Участок детского сада»
- 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-схема «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, бадминтон, верёвки, обручи, флажки, кегли.
- Оборудование для организации самостоятельной двигательной деятельности в группе.

Рюкзачок - лесовичок (познавательное развитие).

- Дидактические игры: лото «Найди место на карте», «Прогулка по городу», «Цветы», «Мы готовимся в поход», «Смотри, запомни, расскажи», «Подбери картинки», «Собери рюкзак», «Совушка в походе»; «Парочки» (по темам: морское дно, насекомые, животные, птицы), «Природные и погодные явления», «Зоологическое», «Зелёный друг»; «В саду, на поле, в огороде», «Грибы», «В лесу»; кубики «Узнай и назови»; пазлы «Мой дом», «Рыбачок», «Попади, не промахнись», «Чей хвост?», «Чьи ноги?», «Чей клюв?», «Чьи следы?»; домино «Ягодка», «Животные».
- Волшебная коробочка «Узнай на ощупь».

- Наборы игрушек: домашние и дикие животные, динозавры, насекомые.
- Схемы: «Кто как размножается», «Весна», «Зима», «Осень», «Лето», «Круговорот воды в природе», «Почему птицы прилетают», «Почему птицы улетают», «Типы леса», «Условия необходимые для роста растений», «Узнай животных по следу».
- Схема-цепочка «Взаимосвязь в природе»; схемы составления описательных рассказов о животных.
- Изображение животного и прилагаемые к изображению карточки: «Где живёт», «Чем питается», «Поведки животного», «Детёныши».
- Модели (с использованием созданных детьми конструкций, аппликаций, рисунков) «Лето», «Зима», «Весна», «Осень», «Домашние животные», «Дикие животные», «Овощи и фрукты», «Что это», «Поливаем растения», «Рост растений», «Пересадка комнатных растений», «Хлеб», «Уход за растениями».
- Дидактические альбомы: «Зима», «Лето», «Весна», «Осень», «Правила поведения на природе», «Паспорт комнатных растений», «Красная книга», «Природно-климатические ландшафты», «Лекарственные растения», «Типы костров», «Погода по приметам», «Животные синоптики», «Узнай по следам».
- Детские работы на темы: «Мы рисуем природу», «Мы познаём мир», «Что нас окружает?».
- Макеты обучающего характера: «Птицы на кормушке», «Огород», «Антарктида», «Скотный двор».
- Коллекции шишек, песка, ракушек, семян, камней.
- Гербарии: «Цветы», «Листья».
- Открытки на темы о природе.
- Топографические знаки «Лес», «Луг», «Поле».
- Картотеки на темы «Лесная копилка», «Зимующие птицы», «Наблюдаем за природными явлениями», «Изучаем, наблюдая» (картотека включает информацию об объекте, его изображение, стихи, загадки, вопросы к детям, творческие задания).
- Природный материал: семена растений, береста, кора и ветки деревьев. Листья. Скорлупа орехов, шишки.

Рюкзачок писателя, поэта (развитие речи, социально-коммуникативное развитие):

- Детская художественная литература: С.Махотин «Прогулки по Москве», Т.Федотова «Чтоб не ссориться с огнём», Т.Шорыгина «Беседы о временах года», С.Михалков «Весёлые туристы», В.Бианки «Синичкин календарь», русская народная сказка «Сестрица Алёнушка и братец Иванушка», Г.Снегирёв «Я путешествую», И.Ищук «Хрюша-грибник», Т.Крюкова «Турист», Н.Краснова «Как я в лагерь собирался», В.Степанов «Моя Родина-Россия», В.Даль «Старик-годовик», В.Астафьев «Зорькина песня», А.Томилин «Как люди открывали свою землю», Е.Ракитина «Большое путешествие домой» и «Серёжик», В.Коржиков «Весёлое мереплавание Солнышкина», А.Некрасов «Приключения капитана Врунгеля», М.Щошенко «Великие путешественники»; Р.Распе «Приключения барона Мюнхаузена».
- Атласы: Национальный атлас России, атлас региона.
- Альбомы: «Как стать путешественником», «Наша земля».
- Творческие задания: мнемодорожки и мнемотаблицы для составления рассказов и сказок на темы «Вспоминая поход», «Где мы были, что мы видели», «Что положим в рюкзачок?»

Рюкзачок художника (художественно-эстетическое развитие):

- Дидактические альбомы: «Алгоритм готовой поделки», «Городецкая роспись», «Гжельская роспись», «Хохломская роспись», «Репродукции великих художников», «Мастери вместе с нами», «Умелые ручки», «Лепи с нами».
- Дидактические игры: «Собери натюрморт», «Собери пейзаж», «Кружева»,

«Карнавал цвета».

- Дидактический материал: изделия мастеров народных промыслов.
- Выставка детских работ в технике оригами «Сами, своими руками».
- Выставка детских работ по рисованию и аппликации на темы туристических прогулок-походов.

• Поделки из глины, слоёного теста по мотивам народных промыслов, с которыми дети познакомились в рамках программы.

- Трафареты для рисования и для работы с тестом на туристические темы.
- Изобразительные средства для нетрадиционных способов рисования (поролон, зубные щётки, ватные палочки, свечи, восковые мелки, соль, трубочки, бутылочки из-под клея, зубочистки, фломастеры, печати), рулон бумаги: блокноты для путевых зарисовок.

- Гербарии листьев (его можно использовать для создания отпечатков листьев).
- Книжки-раскраски: «Грибы», «Ягоды», «Цветы», «Птицы», «Животные», «Рыбы», «Лес», «Луг», «Всё, что нужно для туризма», «Виды туризма» и т.д.
- Природно-бросовый материал для ручного труда, аппликации.

Рюкзачок-артист (художественно-эстетическое развитие):

- Дидактические пособия: карточки с рисунками, обозначающими текст знакомых детям туристических, народных песен.

• Макеты балалайки, гитары; шумовые рогатки, шумовые браслеты, музыкальный куб, музыкальные тарелки, музыкальные ключи для исполнительской деятельности.

• Разные виды театра для творческих постановок по материалам прогулок-походов.

• Магнитофон с записями туристических песен.

• Творческие задания: мнемодорожки и мнемотаблицы для составления рассказов и сказок

на темы «Вспоминая поход», «Где мы были, что мы видели», «Что положим в рюкзачок?»

Рюкзачок художника (художественно-эстетическое развитие):

- Дидактические альбомы: «Алгоритм готовой поделки», «Городецкая роспись»,

«Гжельская роспись», «Хохломская роспись», «Репродукции великих художников», «Мастери вместе с нами», «Умелые ручки», «Лепи с нами».

• Дидактические игры: «Собери натюрморт», «Собери пейзаж», «Кружева», «Карнавал

цвета».

- Дидактический материал: изделия мастеров народных промыслов.
- Выставка детских работ в технике оригами «Сами, своими руками».
- Выставка детских работ по рисованию и аппликации на темы туристических

прогулок-

походов.

• Поделки из глины, слоёного теста по мотивам народных промыслов, с которыми дети

знакомились в рамках программы.

- Трафареты для рисования и для работы с тестом на туристические темы.
- Изобразительные средства для нетрадиционных способов рисования (поролон, зубные

щётки, ватные палочки, свечи, восковые мелки, соль, трубочки, бутылочки из-под клея,

зубочистки, фломастеры, печати), рулон бумаги: блокноты для путевых зарисовок.

- Гербарии листьев (его можно использовать для создания отпечатков листьев).

- Книжки-раскраски: «Грибы», «Ягоды», «Цветы», «Птицы», «Животные», «Рыбы», «Лес», «Луг», «Всё, что нужно для туризма», «Виды туризма» и т.д.
- Природно-бросовый материал для ручного труда, аппликации.
- Рюкзачок-артист (художественно-эстетическое развитие):
- Дидактические пособия: карточки с рисунками, обозначающими текст знакомых детям туристических, народных песен.
- Макеты балалайки, гитары; шумовые рогатки, шумовые браслеты, музыкальный куб, музыкальные тарелки, музыкальные ключи для исполнительской деятельности.
- Разные виды театра для творческих постановок по материалам прогулок-походов.
- Магнитофон с записями туристических песен.

3.2. Дидактическое обеспечение реализации программы

Художественная литература

Алешковский Ю. «Кыш и Двапортфеля», «Кыш и я в Крыму»
 Андерсон Х.К. «Дюймовочка», «Гадкий утёнок», «Цветы маленькой Иды» и др.
 Бажов П. «Серебряное копытце», «Огневушка-поскакушка».
 Бианка В. «Как муравьишка домой спешил», «Где раки зимуют».
 Верзилин Н. «По следам Робинзона»
 Верн Ж. «Вокруг света в восемьдесят дней» (в пересказе для детей)
 Гаршин В. «Лягушка-путешественница».
 Грибачёв Н. «А это мы! Лесные истории».
 Дерягина Л. «Путешествие город Сломанных игрушек».
 Драгунский В. «20 лет под кроватью», «Похититель собак» в сборнике «Денискины рассказы».
 Ершов П. «Конёк-горбунок».
 Железников В. «Троп».
 Зощенко М. «Великие путешественники».
 Катаев В. «Дудочка и кувшинчик», «Цветик-семицветик».
 Кердвуд Дж. О. «Бродяги севера».
 Киплинг Р. «Слонёнок», «Рикит-Тикки-Тави», «Как леопард стал пятнистым».
 Коржиков В. «Весёлое мореплавание Солнышкина».
 Котин М. «Пугалки для непослушных детей».
 Лагерлёф С. «Чудесное путешествие Нильса с дикими гусями».
 Линдгрен А. «Малыш и Карлсон, который живёт на крыше», «Приключения Эмилия из Лённеберги», «Пеппи Длинныйчулок».
 Медведев В. «Баранкин, будь человеком!», «Приключения солнечных зайчиков».
 Милн А.А. «Вини-Пух и все-все-все».
 Носов Н. «Приключения Незнайки и его друзей», «Мишкина каша», «Телефон», «Дружок», «Фантазёры», «Метро».
 Остёр Г. «Котёнок по имени Гав», «Зарядка для хвоста», «Подземный переход», «Привет, мартышке», «А вдруг получится!!!», «Испорченная погода», «Обитаемый остров», «Это я ползу», «Бабушка удава», «Великое закрытие», «Куда идёт слонёнок», «Как лечить удава», «Легенды и мифы Лаврового переулка», «Сказка с подробностями».
 Паустовский К. «Прощание с летом».
 Пермяк Е. «Чижик-Пыжик», «Волшебная радуга».
 Пинясов М. «Лисичкин хлеб», «Лесной доктор», «Ёж», «Золотой луг».
 Родари Дж. «Приключения Чиполлино», «Путешествие Голубой Стрелы».
 Скребицкий Г. «Зайкин гол», «Кто как зимует», «Кто как лето проводит».

Снегирёв Г. «Как животных цвет защищает».
Токмакова И. «Где спит рыбка».
Толстой А. «Золотой ключик, или приключения Буратино».
Трэверс П. «Мери Поппинс».
Успенский Э. «Крокодил Гена и его друзья», «Про Веру и Анфису», «Дядя Фёдор, Пёс и Кот», «Каникулы в Простоквашино».
Чарушин Е. «Медвежонок», «Медвежата», «Волчишко».
Чуковский К. «Бармалей», «Тараканище», «Крокодил», «Краденое солнце», «Приключения Бибигона».
Янсон Т. «Маленькие тролли и большое наводнение», «Мумитролль и страшная комета», «Шляпа волшебника».

3.3. Литература о здоровье детей

Баль Л.В., Ветрова В.В. «Букварь здоровья: Учебное пособие для дошкольного возраста. М., 1995.

Прокофьева С., Сапгир Г. «Румяные щёки». М., 1989.

Ротенберг Р. «Расти здоровым. Детская энциклопедия здоровья». М., 1996.

Семёнова И. «Неболейка» М., 1997.

Слайдовые презентации

Презентации о флоре и фауне, временах года, географии, человеку и его открытиях в разных областях знаний.

3.3. Материально-техническое обеспечение программы

Модели

Глобус Земли физический

Комплекты макетов форм поверхности суши.

Модель экологической тропы.

Физические карты РФ, мира.

План - карты, схемы «Моя группа», «Мой участок», «Мой детский сад».

Макет «Моя группа», «Мой детский сад».

Альбомы, созданные педагогами совместно с детьми

«Лекарственные растения»

«Грибы»

«Правила поведения на природе»

«Типы костров»

«Погода по приметам»

«Животные синоптики»

«Узнай по следам»

«Лесные правила»

«Загадки о туризме»

«Мы познаём мир»

«Что нас окружает»

Дидактические игры

«Чьи детки»

«Чей хвост»

«Чьи ноги»

«Чьи следы»

«Чей клюв»

«Узнай правило»

«Животные разных стран»

Лото «Животные»

Атласы

Атлас «Природоведение»

Атлас для самых маленьких
Атлас с наклейками
Атлас животных
Географический атлас
Объекты натуральные
Гербарий культурных растений
Гербарий дикорастущих растений
Коллекции плодов, семян, шишек, грибов
Коллекции камней

3.4. Туристское снаряжение

Палатка
Рюкзаки
Туристические коврики
Костровое оборудование
Медицинская аптечка
Ремонтный набор
Верёвка основная и вспомогательная, верёвки мелкие
Компасы
Бинокли, подзорные трубы
Фонарики
Оборудование для турэстафет
Топографические игры, дидактический материал: топографическое лото, домино, мозаика, разрезные игры по теме прогулки-похода; топографические диктанты; цветные кубики для разметки пути и обозначения заданий для детей; карточку условных топографических знаков
Мячи, скакалку, бадминтон
Солнцезащитные очки
Интерактивное оборудование
Групповая аптечка для прогулок-походов.