

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ – ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА «КОЛОСОК»

**«РАССМОТРЕНО»**

Педагогическим советом  
МАДОУ – детский сад «Колосок»  
Протокол № 1  
От «28» 08 2016 г.

**«СОГЛАСОВАНО»**

с советом родителей (законных  
представителей) воспитанников

*06.10.2016*

**«УТВЕРЖДАЮ»**

Заведующий МАДОУ – детский  
сад «Колосок»



/ Р.Ю. Чекина

Приказ № 1 от

«28» 08 2016 г.

ПАРЦИАЛЬНАЯ ПРОГРАММА «ДОШКОЛЬНИКИ И ТУРИЗМ»  
ЧАСТИ ООП МАДОУ-ДЕТСКОГО САДА «КОЛОСОК»,  
ФОРМИРУЕМОЙ УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ  
ОТНОШЕНИЙ

Автор-разработчик:

Ануфриева Любовь Витальевна-инструктор  
по физической культуре  
высшей квалификационной категории

Адрес учреждения: 630501, НСО,  
Новосибирский район р.п. Краснообск, зд. 211  
Тел/факс: (383)348-49-72  
e-mail: [kolosok@edunor.ru](mailto:kolosok@edunor.ru)  
сайт ДОУ: [www.kolosok211.edusite.ru](http://www.kolosok211.edusite.ru)

*10.04.2017*  
*Чекина Вериса*  
*Заведующий МАДОУ «Колосок»*  
*Чекина Р.Ю.*

## Содержание

		Страницы
<b>1.</b>	<b>Целевой раздел</b>	3
<b>1.1.</b>	Пояснительная записка	3
<b>1.2.</b>	Цель и задачи реализации парциальной Программы	4
<b>1.3.</b>	Значимые для разработки и реализации парциальной программы характеристики	4
<b>1.4.</b>	Планируемые результаты освоения Программы	6
<b>1.5.</b>	Диагностика освоения детьми образовательной парциальной программы дошкольного образования	7
<b>2.</b>	<b>Содержательный раздел</b>	9
<b>2.1.</b>	Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка	9
<b>2.2.</b>	Формы работы и приемы	9
<b>2.3.</b>	Особенности взаимодействия с семьями воспитанников	11
<b>2.4.</b>	Особенности взаимодействия с социумом	11
<b>3.</b>	<b>Организационный раздел</b>	13
<b>3.1.</b>	Описание материально-технической обеспеченности	13
<b>3.2.</b>	Обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания	14
<b>3.3.</b>	Организация образовательной деятельности с учетом особенностей воспитанников и специфики группы.	15
<b>3.4.</b>	Перспективный календарно – тематический план образовательной деятельности	17
<b>3.5.</b>	Тематический план туристической деятельности	21
<b>3.6.</b>	Организация проведения мониторинга достижений детьми планируемых результатов освоения парциальной программы «Дошкольники и туризм»	24
<b>3.7.</b>	Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий в группе	24
	Приложения	25

## **1. Целевой раздел**

### **1.1 Пояснительная записка**

Парциальная программа «Дошкольники и туризм» для детей старшего (5-6 лет) и подготовительного к школе возраста (6-7 лет) (далее Программа), разработана в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273 – ФЗ, Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования приказ Минобрнауки РФ № 1155 от 17.10.2013 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (далее ФГОС ДО) и Основной образовательной программой дошкольного образования Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения – детского сада комбинированного вида «Колосок» (далее ООП ДО МАДОУ – детский сад «Колосок»).

Отличительной особенностью данной программы является применение элементов туризма в работе с дошкольниками.

Одним из приоритетных направлений в работе нашего учреждения является оздоровление детского организма.

Туризм как форма активного отдыха в системе физического воспитания способствует созданию обстановки, которая побуждает детей к использованию приобретенных в процессе обучения двигательных навыков и умений, создает условия для развития двигательных способностей дошкольников, а также реализации естественной потребности ребенка в движении.

Туризм – это особый вид деятельности дошкольника, направленный на укрепление здоровья, повышение физической тренированности, выносливости организма, как средство оздоровления характеризуется общедоступностью и рекомендован практически каждому ребёнку при отсутствии у него серьёзных патологий. Универсальность туризма ещё и в том, что он всесезонен. Следовательно, можно добиться стойкой динамики снижения заболеваемости детей ОРЗ, ОРВИ и повышения уровня их физической и двигательной подготовленности.

Средства туризма занимают определенно значимое место в системе физического воспитания и способствуют созданию психолого – педагогических условий для развития здоровья и физических качеств детей, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), на основе их творческой активности. Туризм способствует решению не только оздоровительных задач, но и, воспитательно-образовательных, содействует освоению ими простейших туристических навыков.

Программа рассчитана на детей от 5 лет до 7 лет. Срок освоения программы – 2 года.

Предполагается непосредственное участие родителей (законных представителей) воспитанников в организации данной образовательной деятельности.

Программа реализуется в рамках образовательной области «физическое развитие» и направлена на личностно-ориентированный подход к каждому ребенку в соответствии с ФГОС ДО.

## **1.2. Цель и задачи реализации парциальной Программы**

Цель: гармоничное физическое развитие детей и формирование у них интереса и ценностного отношения к здоровому образу жизни.

Задачи:

- стимулировать детей к использованию приобретенных в процессе обучения основных двигательных навыков и физических качеств в условиях турпохода.

- создавать условия для реализации естественной потребности ребенка в движении (подвижные игры с правилами);

- способствовать становлению целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;

- побуждать к использованию норм и правил здорового образа жизни;

- способствовать приобретению опыта туристической деятельности у детей.

## **1.3. Значимые для разработки и реализации парциальной программы характеристики.**

Программа реализуется в группах компенсирующей и общеразвивающей направленности для детей старшего и подготовительного к школе возраста. Педагоги, реализующие Программу, поддерживают инициативы детей.

В ходе реализации Программы осуществляется взаимодействие всех участников образовательного процесса: инструктор по физической культуре, воспитатели старших и подготовительных групп, младшие воспитатели, дети, родители воспитанников.

### **Кадровый состав, реализующий парциальную программу «Дошкольники и туризм»**

В реализации программы участвуют инструктор по физической культуре, воспитатели старших и подготовительных групп, младшие воспитатели.

### **Особенности осуществления образовательного процесса**

1. Особые климатические условия: продолжительная (около 5 месяцев) с низкими температурами зима, что отражается на содержании и организации образовательного процесса.

2. Географические особенности расположения ДОУ:

ДОУ находится в сельской местности, приближенной к городу, рядом расположен лесопарк им. Академика И.И. Сенягина (для проведения турпоходов).

3. Социальное партнерство: Поселение имеет особые традиции, что отражается на содержании образовательного процесса и прослеживается в преемственности – станция юннатов, ДЮСШ, МАОУ СОШ –лицей№13, детская поликлиника.

**Краткая характеристика физического развития детей 5-6 лет**

Возраст 5-6 лет – период стремительного роста ребенка. В этом возрасте ежегодные прибавки роста составляют 8-10 см. Наиболее быстро растут нижние конечности. Интенсивно протекает окостенение скелета. Вместе с тем скелет ребенка еще достаточно эластичен. С усложнением центральной нервной системы и развитием мелкой мускулатуры у детей 5-6 лет совершенствуются мышечные движения. На основе расширения и обогащения двигательного опыта совершенствуется координация движений. Активно развиваются основные виды движений: ходьба, бег, прыжки, лазание, ползание. Продолжается увеличение массы сердца, но его мышцы еще слабы, и поэтому существует опасность перегрузки сердца работой. Улучшается состав крови. Жизненная емкость легких увеличивается. Продолжает развиваться нервная система.

**Краткая характеристика физического развития детей 6-7 лет.**

У детей 6-7 лет продолжается процесс окостенения скелета. К концу дошкольного возраста скелет ребенка становится более крепким, поэтому он может выполнять различные движения, которые требуют гибкости, упругости, силы. Его тело приобретает заметную устойчивость, чему способствует усиленный рост ног. Ноги и руки становятся не только более сильными, но и значительно более выносливыми, подвижными, ловкими. В этом возрасте дети уже могут совершать довольно длительные прогулки, долго бегать, прыгать без большого утомления, выполнять более сложные трудовые поручения и физкультурные упражнения. Этому способствует развитие крупной и мелкой мускулатуры. Последнее изменение неразрывно связано с развитием мозга ребенка, с совершенствованием его нервной деятельности и обнаруживается в растущей возможности управлять своими движениями. 6-7 – летние дети значительно точнее выбирают движения, которые им надо выполнить. У них обычно отсутствуют лишние движения. Ребята уже самостоятельно могут выполнять ряд движений и более сложных действий в определенной последовательности, контролируя их и изменяя. Возможность произвольно регулировать свои движения является наиболее

существенным показателем физического развития старшего дошкольника. Ребенок постепенно овладевает своими движениями, особенно мелкими движениями руки, учится управлять не только крупной, но и мелкой мускулатурой, движениями каждого пальца.

**В 5—7 лет ребенок** уже обладает довольно большим двигательным опытом, самостоятельностью, организованностью, что позволяет проводить **туристские прогулки – походы**.

Применение средств туризма в основных формах организации физического воспитания дошкольников 5-7 лет будет способствовать более эффективному развитию физических качеств и психомоторных способностей; повышению уровня благополучия взаимоотношений. Формированию дружеских отношений; усвоению знаний в области физической культуры, природы, правил поведения в природе по сравнению с детьми, занимающихся по традиционной программе воспитания и обучения в детском саду.

### **Принципы реализации парциальной программы «Дошкольники и туризм»**

**Принцип научности и доступности** – все предложенные мероприятия, направлены на укрепление психофизического и физического здоровья, являются научно обоснованными и практически апробированными; основывается на игровом методе.

**Принцип системности и последовательности** – основным условием для соблюдения рациональной последовательности являются задания постепенно нарастающей трудности: от простого к сложному.

**Принцип наглядности** – при согласованной работе нескольких анализаторов (зрительного, слухового, двигательного и др.) дети и родители точнее воспринимают материал.

**Принцип дифференциации** – учёт возрастных особенностей развития детей; адаптированность материала к сезонным условиям.

**Принцип создания благоприятной среды** для усвоения первых туристических навыков, норм и правил здорового образа жизни каждого ребёнка, для развития двигательной активности.

**Принцип единства с семьей** предусматривает соблюдение единых требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, двигательной активности, развития двигательных и культурно-гигиенических навыков.

### **1.4. Планируемые результаты освоения парциальной Программы**

- дети используют приобретенные в процессе обучения двигательные навыки и умения в условиях турпохода;
- дети реализуют естественную потребность в движении;
- формируется способность целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;

- используют нормы и правила здорового образа жизни;
  - совершенствуется эмоциональное благополучие детей посредством введения оздоровительных мероприятий;
  - формируется опыт туристической деятельности у детей;
  - воспитывается осознанное отношение детей и родителей к здоровью, как основному фактору успеха на последующих этапах жизни.
  - Снижается количество простудных заболеваний.
  - Повышается уровень двигательной активности.
  - Снижается утомляемость.
  - Улучшаются качественные показатели физического развития детей (скорость, сила, выносливость, ловкость).
  - Улучшаются качественные показатели физической подготовки.
  - Формируются эмоционально-волевые, нравственные качества (выдержка, смелость, взаимопомощь).
- Родители принимают активное участие в воспитательно-образовательном процессе по данному направлению.

### **1.5. Диагностика освоения детьми образовательной парциальной программы дошкольного образования**

Педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдения за активностью детей в самостоятельной и совместной деятельности детей.

Результатами освоения Программы являются целевые ориентиры дошкольного образования, которые представляют социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка и описаны в Федеральном государственном стандарте дошкольного образования. Достижение целевых ориентиров диагностируется через освоение Образовательных областей, представленных в Программе МАДОУ – детский сад «Колосок».

Инструментарий педагогической диагностики – карты детского индивидуального развития, позволяющие фиксировать динамику и перспективы развития, как каждого ребенка, так и группы в целом в ходе освоения образовательной области физического развития.

Диагностические карты детского развития разработаны в соответствии с программой МАДОУ – детский сад «Колосок». Педагогическая диагностика проводится с целью оптимизации образовательного процесса, как в группе, так и в ДОУ в целом. Система мониторинга основывается на результатах освоения ООП ДО по 1 образовательной области, соответствующей Федеральному государственному образовательному стандарту дошкольного образования: «Физическое развитие».

<b>Образовательная область</b>	<b>Метод/методика</b>	<b>Периодичность</b>	<b>Ответственный</b>
Физическое развитие	Тестовые упражнения,	2 раза в год	Руководитель

	наблюдение, беседа, анализ диагностических карт	октябрь, апрель	физического воспитания
--	--	-----------------	---------------------------



## 2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### 2.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка.

Содержание Программы обеспечивает развитие личности, мотивации и способностей детей в различных видах детской деятельности и охватывает следующие структурные единицы, представляющие определенные направления развития и образования детей (далее – образовательные области) физическое развитие

Конкретное содержание образовательной области описано в основной образовательной программе дошкольного образования МАДОУ – детский сад «Колосок».

### 2.2. Формы работы и приемы:

Направления	Совместная деятельность	
	Индивидуальная, групповая	В ходе режимных моментов
<b>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни</b>	Беседа Занятия Закаливание	Утренняя зарядка Закаливание Релаксационные упражнения Гимнастика для глаз Дыхательная гимнастика самообслуживание ситуативные ОБЖ-беседы Просмотр видеоматериалов Выполнение правил личной гигиены
<b>Формирование основных навыков двигательной деятельности</b>	Подвижные игры Игровые упражнения Соревнования Эстафеты Спортивные досуги Сюжетные занятия Круговые тренировки Развлечения Мультзарядки пальчиковой гимнастики	Прогулка, занятия по физической культуре на прогулке, Утренняя зарядка Релаксационные упражнения Дыхательная гимнастика самообслуживание Индивидуальная работа по развитию движений
<b>Формирование навыков туристической деятельности (в туристических походах)</b>	Походы (спортивно-тренировочные) Экскурсии Прогулки – разведки	Прогулка, занятия по физической культуре на прогулке, экскурсии

### Используемые современные образовательные технологии

Название технологий, методики.	Виды деятельности
Здоровье сберегающие технологии;	Медико-профилактические, физкультурно-оздоровительные
Технологии проектной деятельности	Игровые, экскурсионные, поисково-исследовательские
Технология исследовательской деятельности	Поисково-исследовательские, игровые, физкультурно-оздоровительные
Информационно-коммуникационные технологии;	Игровые, поисково-исследовательские, обучающие
Игровая технология	Игровые, физические

### Организация проектной деятельности.

Тематика проекта	Примерное содержание проекта	Вид проекта
«Вперед, в поход!» - <b>осень</b>	организация и проведение туристических походов, целевых прогулок и экскурсий	Краткосрочный
«В здоровом теле, здоровый дух!» - <b>зима</b>	развитие физических и интеллектуальных способностей детей, обучение спортивному ориентированию на местности	Краткосрочный
«Экология и здоровье» - <b>весна</b>	формирование основ экологического сознания дошкольников, укрепление физического и психического здоровья через общение с природой	Краткосрочный

«Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья» - лето	формирование основ закаливания организма, осознанного отношения к своему здоровью	Краткосрочный
--	---	---------------

### 2.3. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников

Формы взаимодействия с родителями	Виды деятельности
<u>Традиционные формы:</u>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Индивидуальные беседы, консультации</li> <li>— Создание наглядно-педагогической пропаганды для родителей (стенды, информационные листы, буклеты)</li> <li>— День сотрудничества: консультирование родителей вместе с ребенком, показ элементов туризма, спортивные и подвижные игры в лесу – (физ. Инструктор).</li> <li>— Информационный стенд «Игры в походе», «Чем заняты туристы».</li> <li>— Подготовка и проведение встречи «За круглым столом» – опыт семейного воспитания по теме «Путешествуем семьей»</li> <li>— Фотоальбомы, стенгазеты, фоторепортажи, спортивные дневники из опыта семейного воспитания «Добрые традиции семьи».</li> </ul>
<u>Нетрадиционные формы:</u>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Практикумы для родителей</li> <li>— Совместные Физкультурные досуги</li> <li>— Организация семейных походов.</li> <li>— Выпуск газеты “Семейный поход”.</li> <li>— Спортивные соревнования для всех членов семьи</li> <li>— Тренинги для родителей</li> <li>— Детско-родительские проекты</li> <li>— Родительские мастер-классы</li> <li>— Изготовление нестандартного инвентаря</li> </ul>

### 2.4. Особенности взаимодействия с социумом

Направления взаимодействия	Виды деятельности.
Новосибирская	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Проведение традиционных мероприятий с</li> </ul>

<p>Областная Общественная Организация «Федерация Флорбола», Флорбольный клуб «Герои» под руководством Геллера А.С.</p>	<p>участием обучающихся (праздники, конкурсы, акции)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Организация совместных походов в лесопарк имени академика И.И. Сенягина</li> </ul>
<p>МАОУ-лицей №13 п.Краснообска Новосибирского района</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Проведение мастер-классов и семинаров</li> <li>• Проведение традиционных мероприятий с участием обучающихся (праздники, конкурсы, акции)</li> <li>• Реализация совместных практико-ориентированных проектов</li> <li>• Организация совместных походов в лесопарк имени академика И.И. Сенягина, с педагогами и учащимися лицея.</li> <li>• Проведение совместной ежегодной спортивно-патриотической игры «Зарница»</li> </ul>

### 3.ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

#### 3.1. Описание материально – технического обеспечения парциальной Программы

№ п/п	Вид помещения социально-бытового и иного назначения	Количество	Наименование оборудования, ТСО	Количество
1	Спортивная площадка	1	Скамейка Гимнастический бум Туннель пластиковый Шведские лестницы Дуга «Радуга» Дуги железные металлические Железная лестница Металлическая перекладина	1 2 2 2 1 3 1 1
2	Спортивный зал	1	Обручи Скакалки Мячи большие мягкие Гимнастические палки Канаты Дуги металлические цветные Скамейка гимнастическая Ребристые доски Коврики мягкие Игра «Попади в цель» Набивные мячи Тренажёр «Кузнечик» Дорожка сборная пластмассовая Игра «Лапта» Бадминтон Лыжи Лыжные палки Палатка Компас Аптечка Флажки сигнальные Маршрутная карта	39 17 2 1 комплект 2 2 4 2 30 1 40 1 2 1 комплект 1 комплект 40 40 пар 2 1 1 2 1 на каждый тур. Выход
3	На дому у воспитанников (по согласованию с родителями)	По количеству воспитанников	Рюкзаки Санки Атрибуты для похода	По количеству воспитанников
4	Прилегающий лесопарк им. Академика И.И. Сенягина (для проведения турпоходов)	1	«Палочка – выручалочка» найденная по дороге Кирпичи для кострища (камни) Природный материал (шишки, листья и др.)	По потребности
5	Методический кабинет		Ламинатор МФУ	1 1

		1	Телевизор	1
			Интерактивная приставка	1
			Проектор	1
			Экран	1

### 3.2. Обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания

Образовательная область	Название методических пособий	Учебно-методические материалы (дидактические пособия)
Физическое развитие	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Физкультура в детском саду» Л.И. Пензулаева</li> <li>2. Т.И.Осокина, Е.А.Тимофеева, М.А. Рунова «Физкультурное и спортивно-игровое оборудование». Москва -80с.</li> <li>3. М.П.Голощекина «Лыжи в саду». Москва -96с.</li> <li>4. А.И.Фомина «Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду». Москва -159с.</li> <li>5. М.А.Рунова «Радость в движении». Москва- 60с.</li> <li>6. В.Г.Фролов «Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке», Москва -159с.</li> <li>7. В.И.Мирясова «Занимательные игры-задания в детском саду». Москва -80 с.</li> <li>8. Н.А.Фомина, Г.А.Зайцева, Е.Н.Игнатьева, С.С.Чернякина «Сказочный театр физической культуры», Волгоград – 96с.</li> <li>9. В.А.Шишкина «Движение+движения», Москва – 96с.</li> <li>10.В.Г.Фролов, Г.П.Юрко «Физкультурные занятия на воздухе» с детьми дошкольного возраста», Москва - 191с.</li> <li>11.И.Е.Аверина «Физкультурные минутки», Москва - 144с.</li> <li>12.Е.А.Покровский «Русские детские подвижные игры», Москва – 184с.</li> <li>13.А.Симанович, Е.Горбунова, Н.Шмидт, Т.Малахова «Подвижные игра для детей. Опыт поколений», Москва – 128с.</li> <li>14.П.П.Буцинская, В.И.Васюкова, Г.П.Лескова «Общеразвивающие упражнения в детском саду», Москва – 175с.</li> </ol>	<p>Спортивный зал, спортивная площадка на улице, спортивные снаряды, тренажеры, мячи, скакалки и т.д.</p>

	<p>15. В.И.Коваленко «Азбука физкультурминуток для дошкольников», Москва – 176с.</p> <p>16. В.Я.Лысова, Т.С.Яковлева, М.Б.Зацепина, О.И.Воробьева «Спортивные праздники и развлечения. Сценарии. Старший дошкольный возраст», Москва – 72с.</p> <p>17. В.Н.Шебеко, Н.Н.Ермак «Физкультурные праздники в детском саду», Москва – 93с.</p> <p>18. Д.Силберг «500 пятиминутных развивающих игр для детей от 3 до 6 лет», Минск – 464с.</p> <p>19. Д.Маханева «Воспитание здорового ребенка», Москва – 88с.</p> <p>20. Бочарова Н. И. Туристические прогулки в детском саду, - Москва, 2004.</p>	
--	--	--

При разработке рабочей программы использовались парциальные программы:

Образовательная область	Парциальные программы
Физическое развитие	<p>1. Л.Н.Волошина «Играйте на здоровье» Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет. Москва:2004г.- 144с.</p> <p>2. Л.Д.Глазырина «Физическая культура – дошкольникам. Программа и программные требования», Москва, 144с.</p> <p>3. О.В. Бережнова, В.В.Бойко. Парциальная программа физического развития детей 3-7 лет «Малыши – крепыши».</p>

### 3.3. Организация образовательной деятельности с учетом особенностей воспитанников и специфики ДОУ.

#### Структура туристической прогулки

Туристическая прогулка, как правило, начинается с построения детей, осмотра снаряжения, одежды и обуви, проверки, всё ли необходимое взято. Детям сообщается цель похода – именно так мы называем для них туристическую прогулку. Обязательно стоит напомнить правила поведения в пути. При прохождении дистанции впереди идут более ослабленные дети: они регулируют темп. Сзади – физически более сильные дети: они не позволяют колонне растягиваться. Общий темп движения в походе зависит от уровня физической подготовленности детей и состояния их здоровья. Он должен быть таким, чтобы в конце похода дети ощущали приятную

усталость, но не изнеможение. Через 4 – 10 мин проводится подгоночный привал. При необходимости дети могут снять лишнюю одежду, подогнать длину лямок рюкзака и т. Д. Во время пути можно организовать не сложные препятствия, используя физкультурное оборудование (пройди сквозь обручи, перепрыгни с «кочки» на «кочку» и т. Д.) Необходимо следить за качеством передвижения: спина прямая, дыхание ровное. Следующий привал – промежуточный. Он делается через 15 – 20 мин после подгоночного. Цель его – дать детям возможность немного отдохнуть, понаблюдать, обменяться впечатлениями. В конце пути – большой привал. Организуется отдых, игры спокойного характера: на равновесие, метание, прыгивание, подпрыгивание, запускание воздушного змея, лазание по верёвкам, развлечения. Можно организовать сбор природного материала для гербария или поделок, которые они будут делать в детском саду. Затем дети отдыхают и едят. Летом на ковриках, зимой на санках, которые везёт взрослый, привязав их веревочкой за собой. Затем проводится общий сбор, и дети возвращаются домой, причём через 10 – 15 мин после начала обратного пути, снова проводится промежуточный привал. На котором можно загадать детям загадки. По возвращении итоги не подводятся, так как дети устали, а пьют чай и отдыхают. А на следующий день проводится итоговая беседа, уточняют, что нового увидели и узнали дети. Предлагают им нарисовать, слепить, сделать поделки из природного материала и отразить свои впечатления о походе.

#### **Виды туристских прогулок:**

- Спортивно-тренировочные, предполагающие прохождение пешком или на лыжах более длительного маршрута повышенной для дошкольников сложности (с преодолением различных естественных препятствий).
- Развлекательные сюжетные прогулки, включающие в себя элементы развлечений, сюрпризов, увлекательных конкурсов («Лесные приключения», «В гостях у Деда Мороза» и т.п.). В таких прогулках могут участвовать родители, сотрудники детского сада.

#### **Длительность НОД по физическому развитию в разных возрастных группах в течение года.**

Возрастная группа	Длительность занятий, мин
Старшая	25 – 30
Подготовительная к школе	30 – 35

#### **Примерный учебный план занятий туризмом в детском саду**

Образовательная деятельность	Проводит	Старшая группа	Подготовительная группа
------------------------------	----------	----------------	-------------------------



		Количество	
Туризм и туристы	Инструктор по физической культуре	3	1
Туристическое снаряжение		3	2
Туристические должности		3	1
Сложи костер		-	3
Учимся ориентироваться		3	2
Установи палатку		-	3
<b>Всего</b>		<b>12</b>	<b>12</b>

### Организация физического воспитания в ДОУ с использованием средств туризма.

НОД Образовательная область «Физическая культура»	
Теория	Практика
Беседы	Природоведческие прогулки – разведки, прогулки – поиски
Дидактические игры	Тренировки
Игровые обучающие ситуации	Сюжетно – ролевые игры
Конкурсные задания	Соревнования между туристическими группами

### 3.4. Перспективный календарно-тематический план образовательной деятельности

Мес яцы	Нед ели	Старшая группа	Подготовительная группа
<b>Сентябрь</b>	I	Лето. Семья.	Как я провел лето.
	II	Детский сад. Профессии детского сада.	Детский сад. Профессии детского сада.
	III	Осень. Лес. Грибы. Ягоды.	Осень. Лес. Грибы и ягоды (ядовитые и съедобные)
	IV	Овощи. Огород.	Овощи. Огород. Труд людей.
<b>Октябрь</b>	I	Фрукты. Сад.	Фрукты. Сад. Труд людей.

	II	Я в мире человек. Мальчики и девочки.	Я в мире человек. Наше тело и здоровье. Туалетные принадлежности.
	III	Одежда	Одежда. Материалы, головные уборы.
	IV	Обувь	Обувь. Материалы.
<i>Ноябрь</i>	I	Мой поселок. Как помочь природе нашего поселка.	Мой поселок. Как помочь природе нашего поселка. День народного единства.
	II	Мебель. Квартира. Бытовая электротехника.	Дом. Мебель. Строительные материалы.
	III	Посуда (виды посуды, материалы)	Продукты питания. Бытовая техника на кухне.
	IV	Цветущие комнатные растения	Комнатные растения и уход за ними
<i>Декабрь</i>	I	Зима. Зимние виды спорта	Зима. Зимние виды спорта
	II	Зимующие птицы, помощь птицам зимой	Зимующие птицы, помощь птицам зимой
	III	Дикие животные и их детёныши	Дикие животные, детёныши и подготовка к зиме
	IV	Новогодний праздник. Карнавал.	Новогодний праздник. Карнавал.
<i>Январь</i>	III	Дни природы. Речные и морские рыбы.	Дни природы. Рыбы и морские обитатели.
	IV	Домашние животные	Домашние животные и домашние питомцы

<i>Февраль</i>	I	Домашние птицы и их птенцы	Домашние птицы и их птенцы
	II	Семья. Семейный альбом	Семья. Семейный альбом. Профессии в моей семье.
	III	День защитника Отечества. Наша армия. Профессии в армии.	День защитника Отечества. Наша армия. Профессии наших пап.
	IV	Транспорт. Виды транспорта. Профессии на транспорте.	Транспорт. Виды транспорта. Профессии на транспорте.
<i>Март</i>	I	Мамин праздник. Профессии наших мам.	Мамин праздник. Женские профессии.
	II	Зоопарк. Животные жарких стран.	Зоопарк. Животные жарких стран. Животные Арктики и Антарктики.
	III	Игрушки. Народная игрушка. Материалы.	Игрушки. Народная игрушка. Материалы.
	IV	Дни театра и поэзии. Музыкальные инструменты. Профессии в театре.	Дни театра и поэзии. Музыкальные инструменты. Профессии в театре.
<i>Апрель</i>	I	Весна.	Весна.
	II	День космонавтики.	День космонавтики. Солнечная система.
	III	Строительные инструменты. Стройка. Строительные профессии.	Стройка. Строительные профессии. Специальная техника.
	IV	Праздник птиц. Перелётные птицы	Праздник птиц. Перелётные птицы
<i>Май</i>	I	Майские праздники. День Победы.	Майские праздники. День Победы. Труд людей в огороде и в поле.
	II	Насекомые.	Насекомые. Пауки.

	III	Садовые цветы.	Садовые и полевые цветы.
	IV	Летние виды спорта.	До свиданья детский сад, здравствуй школа!

### 3.5. Тематический план туристической деятельности

Возраст	Тема прогулки-похода	Задачи	Взаимодействие с родителями Практический результат
<b>Осень</b> <b>Тема сезонного проекта «Вперед, в поход!»</b>			
5-6 лет	«Осень. Название деревьев».	Предварительная проверка возможностей детей. Формировать интерес к осенней природе. Формировать чувство осторожности и основы безопасности. Дать детям понятия о туризме, о простейшем типе костров. Учить правильно, складывать рюкзак. Воспитывать интерес к занятиям туризмом.	Памятки «Осторожно, дорога!», «Минутки безопасности» Помочь родителям увидеть актуальность, необходимость и возможность
6-7 лет	«Осень. Лес. Грибы. Ягоды».	Формировать у детей чувство осторожности и основы безопасности. Совершенствовать у дошкольников ловкость, выносливость. Закрепить у детей навык укладывания костра в колодец, азы экологических знаний в ходе соревнований осенних признаков. Прививать любовь к родному краю. Воспитывать смелость, выдержку, интерес к занятию туризмом.	проведения профилактической работы с детьми по профилактике дорожно-транспортного травматизма.
<b>Зима</b> <b>«В здоровом теле, здоровый дух!»</b>			
5-6 лет	«Зима. Зимние забавы».	Формировать у детей чувство осторожности и основы безопасности. Познакомить детей с компасом и научить обращаться с ним.	Буклеты «Игры на кухне и во дворе» - рекомендации по организации досуга в

		Воспитывать смелость, выдержку, интерес к занятиям туризмом.	домашних условиях
<b>6-7 лет</b>	<b>«Зима. Зимние виды спорта».</b>	Формировать у детей чувство осторожности и основы безопасности. Совершенствовать у дошкольников ловкость и выносливость. Закрепить у детей навык выкладывания «таежного» костра. Продолжать знакомить детей с топографическими знаками, определять по компасу стороны горизонта. Воспитывать смелость, выдержку, интерес к занятиям туризмом.	
<b>Весна</b>			
<b>«Экология и здоровье»</b>			
<b>5-6 лет</b>	<b>«Здравствуй весна».</b>	Формировать у детей чувство осторожности и основы безопасности. Познакомить детей с простейшими туристическими знаками и лекарственными растениями. Закрепить у детей навык выкладывание костра «колодец». Воспитывать смелость, выдержку, интерес к занятиям туризмом.	Родительский практикум Дать возможность родителям поделиться семейным опытом по фито лечению
<b>6-7 лет</b>	<b>«Весна – красна».</b>	Формировать у детей чувство осторожности и основы безопасности. Познакомить детей с правилами личной гигиены и предотвращением возможностей опасности в лесу. Закрепить у детей навык работать с простейшими схемами, планами, отражающими реальное пространство (назначение карты, виды карт: общегеографическая, топографическая, простейшие	

		<p>топографические знаки, нахождение на карте, условные запрещающие и разрешающие знаки).</p> <p>Совершенствовать у дошкольников ловкость, выносливость. Воспитывать смелость, выдержку, интерес к занятиям туризмом.</p>	
<p><b>Лето</b>  <b>«Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»</b></p>			
<p><b>5-6 лет</b></p>	<p><b>«Лето. Летние виды спорта».</b></p>	<p>Формировать у детей чувство осторожности и основы безопасности. Познакомить детей с правилами оказания первой помощи при порезе, укусе насекомых. Закрепить у детей умение пользоваться компасом. Воспитывать интерес к занятиям туризмом.</p>	<p>Памятки «Осторожно – солнце» - рекомендации для родителей о значении головных уборов летом</p>
<p><b>6-7 лет</b></p>	<p><b>«Лето. Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья».</b></p>	<p>Формировать у детей чувство осторожности и основы безопасности. Совершенствовать двигательные умения и навыки, осознанное самостоятельное пользование определенным объемом экологических знаний и умений (в лесу) при выполнении трудных двигательных заданий во время туристических прогулок. Закрепить знания детей пользования простейшими топографическими знаками и картами. Совершенствовать у дошкольников ловкость, выносливость, воспитывать смелость, выдержку.</p>	

### 3.6. Организация проведения мониторинга достижений детьми планируемых результатов освоения парциальной программы «Дошкольники и туризм»

<b>Содержание</b>	<b>Возрастные группы</b>
	<b>Старшая, подготовительная группа</b>
Сроки проведения входящего мониторинга	Октябрь
Сроки проведения итогового мониторинга	Апрель

### 3.7. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий в группе

<b>Время проведения</b>	<b>Мероприятие</b>
Сентябрь	Походы в парк им. Синягина
Октябрь	Развлечение «Осенины»
Декабрь	«Снежный городок»
	Новогодний утренник
Январь	Развлечение «Колядки»
	Походы в парк им. Синягина Акция «Покорми птиц»
Февраль	Развлечение «День Защитника Отечества»
	«Зарница» (в подг. Гр)
Март	Развлечение «Мамин праздник»
Апрель	Пасхальные праздники. Праздник птиц
	Выставка «Космос»
Май	Парад Победы
	Экскурсии к Обелиску Победы в р.п. Краснообске



## ОРГАНИЗАЦИЯ ПОХОДОВ ДЛЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

### Примерные туристические игры на природе.

#### Игры с нестандартным оборудованием.

Игра	Цель	Инвентарь	Инструкция
«Быстрее в поход»	<p>ознакомление с туристским снаряжением, воспитание чувства взаимопомощи, развитие быстроты движений.</p> <p>Количество игроков — более десяти.</p>	туристское снаряжение (рюкзак, штормовка, кружка, обувь и т.д.).	<p>Играют все участники похода, которые делятся на 2—3 равные команды. На старте находятся капитаны, около них собрано все снаряжение для похода: обувь, носки, штормовка (или куртка), кружка, мыло, полотенце и т.д. Количество предметов должно быть равно числу играющих в команде. Команды строятся на одной линии в 20 метрах от своего капитана. По сигналу направляющие бегут к капитану, кладут в рюкзак одну из вещей снаряжения (капитан помогает надеть рюкзак) и бегом возвращаются назад, снимают рюкзак, передают следующему, тот бежит к капитану, кладет еще одну из вещей и т.д. Последний игрок в команде бежит к капитану, помогает ему надеть штормовку и рюкзак, и они вместе возвращаются к своей команде. Побеждает команда, которая быстрее подготовила капитана к походу.</p>
«Переправа через болото»	<p>развитие координации движений, равновесия, смекалки</p> <p>Количество</p>	две доски.	<p>Играют 2—3 команды, которые делятся пополам. Одна половина каждой команды выстраивается с одной стороны «болота», вторая — с другой. Ширина «болота» 15—20 метров. Направляющие на</p>

	игроков — 10—20.		<p>старте — с одной стороны «болота», они имеют по две доски длиной 50—60 сантиметров. По команде направляющие кладут одну доску перед собой и встают на нее, вторую кладут вперед на такое расстояние, чтобы можно было встать на нее, достав первую доску и не ступив в «болото». Таким образом играющие переправляются на другой «берег», где их ждут следующие игроки, которые подобным образом возвращаются обратно. Игра заканчивается, когда через «болото» перейдут все играющие. Выигрывает команда, первой закончившая эстафету.</p>
«Грибная охота»	<p>развитие равновесия, точности и быстроты движений.</p> <p>Количество игроков может быть любым.</p>	доски-мостики, веревочные перила, мешки, шишки.	<p>Через канаву шириной 1,5—2 метра переброшены параллельно два узких мостика. По два человека из каждой команды держат рядом с мостиком для страховки веревочные перила. На одной стороне канавы растут «грибы» (разбросанные шишки), на другой стороне канавы находятся две команды играющих. По сигналу первые игроки переходят через мостик, срывают по одному «грибу», приносят их своей команде и кладут в «корзины» (полиэтиленовые мешки), затем отправляются следующие игроки и так далее. Играют 5—7 минут. По сигналу свистка игра заканчивается. Выигрывает команда, у которой в корзине больше «грибов».</p>

«Беличьи хвосты»	развиваем и тренируем: внимание, ловкость, мелкую моторику рук, скорость движения.	и отрезки шерсти разного цвета	Ребята делятся на две команды. Каждая команда выбирает белку с хвостом определенного цвета. Воспитатель прячет в лесу отрезки шерсти разного цвета. Дети по команде ищут хвосты своего цвета и привязывают их друг к другу. Побеждает белка с самым длинным хвостом. Победители зарабатывают по 2 очка.
«Игра с шишками»	развиваем и тренируем: глазомер, внимание, быстроту реакции.	и шишки	Нужно пройти по бревну с 20 шишками в руках, если шишки из рук падают – начать сначала;

### Игры со спортивным оборудованием.

«Быстро возьми»	Улучшить быстроту реакции на сигнал.	Кубики; шишки, Камешки	Дети образуют круг и по сигналу воспитателя выполняют ходьбу или бег вокруг предметов (кубики, шишки, камешки), которые должны быть на один или два меньше, чем детей. На сигнал: «Быстро возьми!» - Каждый играющий должен взять предмет и поднять его над головой. Тот, кто не успел поднять предмет, считается проигравшим.
«Сбей кеглю»	Тренировать меткость, укрепление мышц рук	Кегли, мячи; в зимнее время снежки	Игроки стоят в шеренгу за стартовой линией по 6-8 человек. По сигналу дети меняют снежки, стараясь сбить кегли (расстояние 4-5 м. от стартовой линии). Отмечаются игроки, которым удалось попасть по мишеням.
«Встречные перебежки»	Закрепить умение детей бегать на перегонки	ленточки	Группа делится пополам. Играющие становятся на противоположных сторонах площадки за линиями в шеренгу на расстоянии не менее одного шага друг от друга. У каждой группы

			детей на руках ленточки своего цвета – синие, желтые. По сигналу воспитателя «синие», дети с синими ленточками бегут на противоположную сторону. Стоящие напротив дети протягивают вперед ладошки и ждут, когда бегущие прикоснуться к ним рукой. Тот, кого коснулись, бежит на другую сторону площадки, останавливается за чертой, поворачивается и поднимает руку вверх. И т. д.
«Будь внимателе н»	учить детей быстро бегать за предметами, слушая команду, какой из предметов нужно принести. Развивать внимание, ловкость, быстроту движений.	Кубик, погремушка, флажок	На одной стороне площадки 5-6 играющих, на противоположной (дистанция 8-10м) напротив каждого лежат три предмета (кубик, погремушка, флажок) на сигнал «Беги!» дети устремляются к предметам. Примерно на середине пути следует сигнал, какой из трёх предметов нужно взять, например кубик. Дети берут названный предмет и бегут с ним на исходную линию, выигрывает тот, кто первым принёс предмет, если взят не тот предмет, нужно вернуться и заменить его.
«Полоса препятствий»	учить детей преодолевать полосу препятствий на скорость, выполнять задания точно, качественно. Развивать у детей координацию движений, ловкость, быстроту, умение	скамейки, дуги, барьеры, цели для метания	В качестве препятствий могут быть различные пособия: скамейки, дуги, барьеры, цели для метания. Порядок преодоления препятствий может быть любым, например: подлезть под несколькими дугами (рейками), пройти по скамье (или бревну), обежать набивные мячи (4 мяча, положенных на расстоянии 1м один от другого), перепрыгнуть с места через две линии, проползти по скамье, пробежать с маленьким мячом (или мешочком с песком) 6-7 м и метнуть его в цель. Оцениваются быстрота и точность

	передавать эстафету.		выполнения задания.
«К флажку»	<p>развитие внимания, быстроты реакции; умения ориентироваться в пространстве без зрительного контроля.</p> <p>Количество игроков может быть любым.</p>	флажок, повязки на глаза.	<p>Посередине поляны ставится флажок (палка). Играющие располагаются полукругом в 40—50 метрах от флажка. По сигналу все завязывают глаза повязками. Даются команды: «Налево!», «На месте бегом марш!», «Направо!», «Кругом!» и др. Игроки выполняют эти команды. Затем дается команда: «К флажку шагом марш!». Все начинают двигаться к флажку, через 15—20 шагов дается команда «Стой!». Все останавливаются, снимают повязки. Победитель тот, кто ближе всех подошел к флажку.</p>



# Памятка для родителей «Собираемся в поход»



## Снаряжение туристов

Пеший	Лыжный
Маршрутная карта	Лыжи
Компас	Лыжные палки
Палатки	Лыжная мазь
Рюкзаки	Маршрутная карта
Котелок	Компас
Аптечка	Туристические знаки
Коврики	Рюкзаки
Сухой паёк	Аптечка
Фляжки, кружки	Сухой паёк
Атрибуты для игр	Термос с чаем
Плащ дождевик	Салфетки
Термос	Атрибуты для игр
Средство от насекомых	Бинокль
Бинокль	

## Одежда туристов

Тёплый период	Холодный период
Спортивная майка	Х\б майка или футболка
Шорты	Х\б спортивный костюм
Кеды или кроссовки	Тёплый спортивный костюм
Носки	Тёплые ботинки или войлочные сапоги
Кепка или панамы	Вязаная шерстяная шапка
Спортивный костюм или ветровка (на случай похолодания)	Шарф
	Куртка
	Варежки + запасные
	Х\б носки + шерстяные

## Аптечка туриста.

Содержание аптечки:	
Вата.	Бинт простой.
Йод.	Зелёнка.
1% раствор марганца.	Настойка валерианы.
Сода пищевая.	Жгут и шины.
Нашатырный спирт.	Синтомициновая мазь.
Бинт стерильный.	Лейкопластырь.
Перекись водорода	Свинцовая вода.
Ватные диски	

При разработке маршрута необходимо строго соблюдать нормативы расстояния, времени похода и вес рюкзака.

Время года	Старшая группа	Подготовительная группа
Осеннее - зимний период	От 1 часа до 1,5 часа	От 1 часа до 1,5 часа
Весеннее – летний период	От 1 часа до 3-х часов	От 2 часов до 3-х часов
Расстояние	До 5 км	До 8км
Вес рюкзака	500 – 1000 гр.	1000 – 1500 гр.

Во избежание несчастного случая организаторы похода строго следуют **инструкции** по охране жизни и здоровья детей:

1. Издаётся приказ о выходе детей за пределы учреждения (заведующая).
2. Туристический поход с детьми проводится только после тщательного изучения маршрута.
3. В состав взрослых участников похода должно входить не менее трёх человек.
4. Количество детей не должно превышать 25 человек, а в лыжном сокращается до 15 человек.
5. Одежда детей должна соответствовать сезону и погоде.
6. Во время переходов в черте города строго соблюдать правила дорожного движения.
7. Организаторы похода должны четко знать и выполнять свои обязанности во время похода и в ходе его подготовки.