

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад комбинированного вида «Родничок» Спасского муниципального района Республики Татарстан (МБДОУ «Детский сад комбинированного вида «Родничок»)
422840, РТ, Спасский район, г. Болгар, ул. Советская, д. 7
ИИН 1637007574/КПП 163701001 ОГРН 1111677000775

Рассмотрено и утверждено
на педагогическом совете
от « 29 » августа 2024г.
протокол № 1

Утверждено:
приказом заведующего
МБДОУ «Детский сад к/вида
«Родничок»
от «02» сентября 2024г. № 22/6-ОД

/С.Г. Перегудова/



**Дополнительная общеразвивающая программа
«Веселый рюкзачок»
для детей 5-7 лет**

г. Болгар, 2024г.

Оглавление

Паспорт дополнительной общеобразовательной программы.....	3
1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	4
1.1 Пояснительная записка.....	4
1.2. Характеристики особенностей детей старшего дошкольного возраста, значимые для разработки и реализации программы	4
1.3. Принципы и подходы к формированию программы	5
1.4. Цели и задачи реализации программы.....	6
1.5. Планируемые результаты освоения программы.....	7
2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ.....	9
2.1 Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями ДОП.....	9
2.2 Содержание образовательной деятельности в группе детей 5–6 лет.....	9
2.3. Содержание образовательной деятельности в группе детей 6–7 лет.....	18
2.4. Средства и методы реализации программы.....	28
2.5 Формы взаимодействия с семьями воспитанников	32
3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ.....	32
3.1 Организация развивающей предметно-пространственной среды для реализации программы.	322
3.2 Материально-техническое обеспечение	34
3.3 Кадровые условия реализации программы	35
Литература.....	36

Паспорт программы дополнительного образования

Наименование программы	Дополнительная общеобразовательная программа для дошкольников «Веселый рюкзачок»
Направленность ДОП	Туристско-краеведческая направленность
Возраст воспитанников	От 5 до 7 лет
Нормативно-правовой основой для разработки образовательной программы являются	<p>Программа является нормативным документом, регламентирующим содержание образования, деятельность педагогического работника и разработана в соответствии с</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Гражданским кодексом РФ, ✓ частью 5 статьи 55 Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ Законом «Об образовании в Российской Федерации», ✓ Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», ✓ Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», ✓ СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов обитания», ✓ Уставом МБДОУ «Детский сад комбинированного вида «Родничок»»
Аннотация содержания ДОП	<p>Программа дополнительного образования (далее по тексту Программа) - стратегия психолого-педагогической поддержки позитивной социализации и индивидуализации, развития личности дошкольников. Реализация Программы осуществляется за рамками основной образовательной программы в форме кружковой работы.</p> <p>Программа «Весёлый Рюкзачок» предлагает современные организационно-методические подходы к использованию средств туризма для развития детей старшего дошкольного возраста. Туристская деятельность представлена в программе не только как средство оздоровления, но и как средство познания ребёнком окружающего мира, воспитания у него гражданских чувств. Программа содержит рекомендации по организации походов-прогулок с детьми.</p>

I ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Дополнительное образование детей направлено на формирование и развитие творческих способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей детей в интеллектуальном, духовно-нравственном, физическом совершенствовании, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, а также на организацию их свободного времени.

Программа разработана на основе парциальной программы дошкольного рекреационного туризма «Весёлый Рюкзачок» А.А. Чеменевой, А.Ф. Мельниковой, В.С. Волковой. Программа рассчитана на детей 5–7 лет.

Срок реализации программы — два года (один раз в неделю).

Структура программы представлена двумя модулями: «Первые открытия» (на возраст 5–6 лет) и «Юные путешественники» (на возраст 6–7 лет).

Актуальность: Современные условия жизни и образования предъявляют высокие требования к уровню психофизического 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.

Одним из таких подходов является использование элементов туризма в работе с дошкольниками. Туризм не только совершенствует двигательную сферу ребёнка, но и формирует его личностные качества, создаёт социальные ситуации развития дошкольника.

Спортивный туризм невозможен в дошкольном детстве, так как имеет возрастные ограничения. Поэтому в программе стоит 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 туристскими навыками.

В туристской деятельности заложены широкие возможности для развития и воспитания дошкольников: в ходе тематических прогулок, экскурсий, походов ребёнок узнаёт свою страну, а начинает это познание 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, что предстают 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 завершает освоение специализированных локомоций и переходит к освоению новых комбинаций движений и упражнений, зависящих от ситуаций детской деятельности (двигательного творчества, игры, преодоления 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 меняющихся условиях 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.

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 развития эмоциональной сферы старшего дошкольника, 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 бессмысличные 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.

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 и взаимодействий, 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 туристская деятельность является средством целостного развития ребёнка.

Подходы к использованию туристской деятельности в 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 строится с учётом следующих принципов:

- внимание к рекреационной деятельности как к важному средству развития личности, сохранения и улучшения здоровья;
- необходимость научного осмыслиения 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 ими доступными приёмами туристской техники, освоению правил ориентирования на местности;
- воспитывать ценностное отношение к миру природы, историко-культурному наследию, потребность в здоровом образе жизни;
- формировать позитивное отношение к окружающему миру;
- способствовать установлению межличностных, в частности, дружеских отношений, формировать готовность ребёнка к совместной деятельности со сверстниками.

Старшая группа (5—6 лет). «Первые открытия»

Задачи:

- физического воспитания и оздоровления: укрепить здоровье, приучить к закаливанию, обеспечить активный отдых; формировать основы двигательных навыков и умений, развивать двигательные способности (двигательную координацию, выносливость, ловкость);
- коммуникативные: формировать основы компетентного общения, развивать умение адекватно воспринимать специальную информацию в процессе прогулок-походов; дать элементарные знания о коммуникативной культуре при посещении разных туристических объектов;
- познавательные: развивать любознательность, устойчивый интерес к природе родного края, к ближайшему социально-культурному окружению, истории своей семьи, дошкольного учреждения, знакомым улицам; формировать знание о человеке как объекте (части) природы и окружающего мира в целом; развивать умение выделять новые качества и свойства природных объектов, устанавливать черты сходства и различия между ними;
- туристские: дать первые сведения о туризме как форме познания природы и социума, сформировать начальные понятия о туризме и элементах ориентирования в ближайшем окружении; познакомить с видами туризма (горный, водный, автомобильный), с их основными особенностями; закрепить навыки ориентирования в пространстве, правила поведения в окружающей среде; уточнить имеющиеся экологические знания и представления; дать базовые знания о родном крае — у лице, районе, интересных и памятных местах в микрорайоне детского сада; способствовать освоению элементарных правил ориентирования на знакомой местности; формировать основы специальных туристских знаний, ознакомить с правилами поведения в туристическом походе; научить приёмам составления плана, карты (на примере детского сада, своей улицы), вычерчивания маршрута движения;
- воспитательные: воспитывать потребность в здоровом образе жизни, гуманное отношение к окружающему миру, ценностное, бережное отношение к миру природы и социальному окружению.

Подготовительная группа (6—7 лет). «Юные путешественники»

Задачи:

- физического воспитания и оздоровления: укрепить здоровье, приучать к закаливанию, обеспечить активный отдых; закреплять и формировать новые двигательные навыки и умения, развивать физические качества (силу, быстроту, двигательную координацию, выносливость, ловкость), формировать навыки преодолевать препятствия на маршруте, творчески используя приобретённый двигательный опыт;
- коммуникативные: формировать основы компетентного общения, развивать умение воспринимать специальную информацию в процессе прогулок-походов; дать необходимые знания о коммуникативной культуре при посещении разных туристических объектов;
- познавательные: развивать любознательность, устойчивый интерес к природе родного края; расширить объём знаний о родном крае — улице, районе, городе, области, социально-культурных и исторических объектах; формировать устойчивый интерес к разным видам туризма, общению с разными людьми, получению новой информации об окружающем мире; обогащать экологические знания и представления, развивать умение их применять в туристических прогулках — походах;
- туристские: закрепить имеющиеся знания о туризме и его основных видах, туристском природопользовании, познакомить с необычными видами туризма; сформировать умение ориентироваться на знакомой и незнакомой местности, пользуясь схемой, планом, элементарными топографическими знаками; научить работать с компасом; закрепить знания о туристской технике, конкретных умениях и навыках, правила поведения в окружающей среде и в туристическом походе; формировать специальные туристские знания и умения: как готовятся к прогулкам-походам разного назначения и форм организации, как меняется оснащение и снаряжение юного туриста в зависимости от цели и содержания похода; формировать системные знания о правилах безопасного поведения на природе, улицах города, в общественных местах; обобщить и

систематизировать знания детей о правилах поведения в обществе; обучать правилам оказания первой помощи;

• воспитательные: воспитывать потребность в здоровом образе жизни, гуманное отношение к окружающему миру; воспитывать основы ценностного отношения к миру природы и социальному окружению; воспитывать гражданственность, формировать позитивную социальную позицию; воспитывать уважение к истории и культуре родного края, национальным и культурным традициям, развивать основы эстетической культуры.

1.5. Планируемые результаты освоения программы

Целевыми ориентирами на этапе завершения программы являются:

физическое здоровье:

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

психическое здоровье:

- ребёнок не испытывает тревожности по отношению к природе;
- проявляет любознательность, задаёт вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей;
- способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, вступать в свободную коммуникацию со взрослыми и сверстниками;

социальное здоровье:

- ребёнок находится в гармонии с собой и с другими людьми, обретает социальную уверенность;
- овладевает нормативным поведением в разных формах туристской деятельности, подчиняется необходимым в туристическом походе правилам;
- следует социальным нормам поведения во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, соблюдает правила безопасного поведения;
- применяет знания, полученные в туристической деятельности, в разных культурных практиках;
- обладает установкой на ценностное отношение к объектам историко-культурного наследия и природе родного края, элементарной экологической культурой.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с Программой

Работа по дополнительному образованию проводится за рамками образовательной программы МБДОУ «Детский сад комбинированного вида «Родничок»» для воспитанников дошкольного возраста в форме кружковой работы.

Работа по дополнительному образованию осуществляется на основании учебного плана, годового календарного графика, общеразвивающих программ по направлениям, расписания занятий, договоров родителей.

Режим занятий: Занятия проводятся по расписанию, утвержденному заведующим МБДОУ «Детский сад комбинированного «Родничок»». Режим оказания дополнительных образовательных услуг устанавливается в соответствии с СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов обитания».

Реализация данной программы предполагает организацию работы с детьми 5-7 лет.

Занятия по программам ДОП проводятся с подгруппой детей: до 15 детей.

В течение года проводятся 46 занятий. Занятия проводятся с октября по май 1 раз в неделю. Продолжительность занятий определяется санитарными правилами и нормами и составляет
- для детей от 5 до 6 лет —25 минут;
- для детей от 6 до 7 лет – 30 минут.

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

Программа включает следующие разделы:

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

2.2. 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 непозволительно делать с природой («Вот это — ели, а здесь... ели!»). Правила поведения на природе (Наш девиз: «После нас чище, чем до нас»). Почему не заросла «рана» от костра? Почему образовался овраг?

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

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

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

Тема 2. Мой край родной

Город (посёлок), 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 (села, посёлка). Сведения о местных достопримечательностях, промышленных предприятиях, учреждениях культуры и быта. Улицы нашего города (села). 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 со взрослыми? Любимые места семейного отдыха. Обязанности членов семьи в походе. Игры и совместные занятия детей и родителей в походе. Конкурсы и развлечения. Правила поведения на природе для всей семьи.

Раздел 2. Рюкзачок готовится в поход (17 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 ориентирует на север), днём по солнцу (если в полдень установить на земле палку, то её тень будет показывать на север), по приметам (муравейник всегда находится с южной стороны от стволов деревьев; кора на берёзах светлее и эластичнее с южной стороны; мхи и лишайники расположены с северной стороны деревьев).

Тема 2. О туризме и туристах

Турист — человек, который путешествует. Туристы ходят в походы, чтобы узнать что-то новое, полюбоваться природой, улучшить своё здоровье. Туризм — это образ жизни. Туризм бывает разным: для детей, для взрослых. Туристическая группа. Международный праздник День туриста — 27 сентября (праздник учреждён Генеральной ассамблеей Всемирной туристской организации в 1979 году. В России начали праздновать День туриста с 1983 года). Что мы знаем о видах туризма (пешеходный, велосипедный, автомобильный, лыжный). Способы и средства передвижения. Виды туризма и времена года. Воздействие разных видов туризма на экосистемы.

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

Тема 3. Путешествуем по карте

План маршрута. Кто разрабатывает и составляет карты. Дидактические игры с планом маршрута, планом комнаты. Переставляем мебель в комнате (накладывание цветных аппликаций, обозначающих предметы, на план комнаты). Игра «Где белочка, зайка, мяч?»

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

Топографическая карта, простейшие топографические знаки. Топографические знаки — азбука карты. Работа с топографической картой: как изображается хвойный, лиственный, смешанный лес, тропинка. Составление плана детского сада, улицы. Вычерчиваем маршрут — рисуем сложную ломаную линию, отмечаем стороны света. Работа с планом детского сада и прилегающей территории: игры — состязания на местности «Найти клад», «Где находится...?», дидактические игры с топографическими знаками (с использованием кубиков, лото, разрезных картинок, домино, мозаики «Что лишнее»). Первое знакомство с компасом.

Тема 4. Где мы были, что мы видели

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

фруктовый сад, огород, фитоогород, экологическая тропа). Уголок ПДД. Правила безопасности в помещении и на территории детского сада.

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

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

Раздел 3. Здоровье в рюкзачке (10 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 и специальной). Профилактика болезней, травматизма.

Что такое здоровье? Какое состояние человека называют болезнью? Почему человек болеет? Вредные привычки. Влияние погоды, чистоты атмосферного воздуха и воды на здоровье человека. Закаливающие процедуры. Зимний лесной воздух, его оздоровляющее 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 детёныш для людей. Охрана детёныш животных и птиц туристами. Опасности, подстерегающие юного туриста в прогулках-походах. Почему нельзя пить из водоёмов, рвать и пробовать на вкус незнакомые грибы, ягоды, травы.

Тема 3. Скорая помощь юному путешественнику

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

Оказание первой медицинской помощи (перевязки). Что такое походная медицинская аптечка.

Тема 4. Народная мудрость на здоровье нам дана

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

Погода — враг и погода — друг туриста. Народные приметы в помощь туристу (о природных явлениях, которые помогают прогнозировать погоду в ближайшие дни). Например, кучевые облака увеличиваются к вечеру в размерах, стрижи летают низко, солнце садится в тучу — к

дождю; красная заря утром и к вечеру, к вечеру на западе полоса ясного неба, солнце садится на безоблачном небе — завтра будет солнечно. Как отражать наблюдения за погодой в дневнике юного туриста. Условные обозначения погодных явлений.

Раздел 4. Весёлый Рюкзачок занимается физкультурой (10 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 по плану.

Тема 2. Игры Весёлого Рюкзачка

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

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

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

Сюжетные занятия по сезонам, по видам туризма.

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

Экологические игры.

Тема 3. Занимательная физкультура

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

Преодоление естественных препятствий природного характера (овраг, ручеёк, бревно) с использованием техники общеразвивающих упражнений (ползание, лазание, равновесие, прыжки).

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

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

(с элементами спортивных игр и ориентирования на местности)

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

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

2. Спортивные игры и упражнения, способствующие развитию выносливости, силы, быстроты: «Полоса препятствий», «Переправа через болото», «Пробеги — не упади».

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

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

Тема 4. Пора в путь-дорогу

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

Экологическая прогулка по тропе природы (на участке детского сада)

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

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

2. Ознакомление с природными уголками на экологической тропе.

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

На станции «Уголок нетронутой природы» нужно определить и назвать растения на определённой территории (площадка 5 × 5 м); отгадать загадки о деревьях, кустарниках, цветах, грибах, нарисовать отгадки. Проводится игра «Найди клад». Игра требует умения ориентироваться по указателям и отвечать на вопросы о природе.

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

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

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

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

Прогулка-поход «В гости к Золотой Осени»

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

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

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

3. Природоохранная деятельность: сбор мусора на полянке Лесовичка.

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

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

6. Обратный путь домой.

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

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

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

2. Наблюдение за проезжающим транспортом.

3. Остановки: лесопарковая зона (клумбы, аллеи, пешеходные дорожки, берёзовая роща, уголок леса, скамейки и беседки для отдыха); парк аттракционов; детский луна-парк; Дворец культуры и отдыха; летняя эстрада.

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

5. Возвращение домой короткой дорогой.

«Зимние тропинки». Прогулка-поход в зимний лес

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

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

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

3. Природоохранная деятельность: вывешивание кормушек для подкормки птиц.

4. Подвижные игры и упражнения:

«Шире шаг». Дети преодолевают 20-метровую дистанцию на лыжах без палок, делая широкие шаги.

«Лыжная эстафета». Проводится в форме соревнования между двумя командами (скольжение по прямой, без палок, поворот, передача эстафеты).

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

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

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

5. Возвращение домой короткой дорогой.

Тематическое планирование образовательной деятельности в старшей группе

Раздел	Природа родного края		Мой край родной		Дорога к дому		Вместе с папой, вместе с мамой	
	Тема ОД	Кол-во часо	Тема ОД	Кол-во часо	Тема ОД	Кол-во часо	Тема ОД	Кол-во часо
1								

		6		6		6		6
	Как человек пишет Красную книгу. Беседа с элементами интерактивной игры	1	Наш любимый детский сад. <i>Игра-путешествие</i>	1	Что я видел по дороге домой? <i>Игра-путешествие</i>	1	Наш семейный выходной. Беседа с включением игр и творческих заданий	1
	Почему они дикие? Беседа о поведении и повадках животных	1	Дом, в котором я живу. Беседа с включением игр и творческих заданий	1	Мы — пешеходы. Сюжетное занятие интегрированного характера	1		
	Распространение семян. Занятие-игра	1	Мой город (село, посёлок). Театрализованная игра	1				
Здравствуй, Рюкзачок		О туризме и туристах			Путешествуем по карте		Где мы были, что мы видели	
	«В поход иду и дом несу, в котором дома не живу». Интегрированное занятие (познавательная, речевая, музыкальная, двигательная деятельность)	1	Кто такие туристы. Интегрированное занятие (познавательная, речевая, музыкальная, двигательная деятельность)	1	Знакомство с планом. Интегрированное занятие с элементами продуктивной деятельности	1	Родные закоулочки. Игра-путешествие	2
	Личное снаряжение туриста. Интерактивная игра-занятие	1	Что мы знаем о туризме. Игра-путешествие	1	План и рисунок. Игра-занятие	1	Знакомые дорожки. Интеллектуальная игра	1
	Лесные путешественники. Беседа с элементами интерактивной игры	2			Расскажи о своей группе. Интегрированное занятие по развитию речи с элементами изобразительной деятельности	1	Что мы привезли с собой из путешествия. Интегрированное занятие с элементами продуктивной деятельности	1
	Мы готовимся к походу. Занятие-тренировка с элементами соревнования и эстафеты	1			Путешествие по экологической тропе. Прогулка с элементами спортивных игр и ориентирования на местности	1		
	Правила поведения в походе и на	1			Зачем нужны карты? Игра-путешествие	1		

Раздел 2. «Рюкзачок готовится в поход»

	привале. <i>Беседа с включением игр и творческих заданий</i>						
	Я и мое здоровье	Охраняй здоровье в походе	Скорая помощь юному путешественнику	Народная мудрость на здоровье нам дана			
	<i>Я расту. Сюжетное занятие интегрированного характера</i>	1	Почему Иванушка козлёночком стал? <i>Беседа с элементами познавательно-исследовательской деятельности</i>	1	За помощью к природе. Зелёная аптека. <i>Беседа с включением игр и творческих заданий</i>	1	Народные рецепты оказания первой помощи. <i>Интегрированное занятие с элементами продуктивной деятельности</i>
	<i>Я — человек. Как я устроен? Беседа с включением игр и творческих заданий</i>	1	Почему нельзя трогать детёнышей животных. <i>Беседа с элементами интерактивной игры</i>	1	Аптечка в рюкзаке. <i>Игра-викторина с включением практических заданий</i>	1	Народные приметы в помощь туристу. <i>Интегрированное занятие с элементами продуктивной деятельности</i>
	<i>Мои помощники. Интегрированное занятие с элементами продуктивной деятельности</i>	1					
	<i>От микробов и болезней нам туризм всего полезней. Сюжетное физкультурное занятие</i>	1					
Раздел 4. «Веселый рюкзачок	Готовимся к дальним дорогам		Игры Весёлого Рюкзачка		Занимательная физкультура		Пора в путь-дорогу
	<i>«В гости к Весёлому рюкзачку». Физкультурное занятие тренировочного характера</i>	1	<i>«12 записок». Игра-квест</i>	1	<i>Весёлые соревнования. Физкультурное занятие тренировочного характера — полоса препятствий в природных условиях</i>	1	Экологическая прогулка по тропе природы
	<i>Покажем Рюкзачку, что</i>	1	<i>В поисках клада. Интеллектуальная</i>	1	<i>«Вот моя улица, вот и мой дом».</i>	1	Прогулка-поход «В гости к

	мы умеем. <i>Сюжетное занятие в форме КВН</i>	ая игра с элементами физической культуры и туртехники		Прогулка с элементами спортивных игр и ориентированием на местности		Золотой Осени»	
						Краеведческая прогулка-поход «Парк культуры — любимое место отдыха»	1
						«Зимние тропинки». Прогулка-поход в зимний лес	1

2.3. Содержание образовательной деятельности в группе детей 6–7 лет

Раздел 1. Рюкзачок открывает мир (11 часов)

Тема 1. Природа родного края

Природа родного края в моделях, схемах, дидактических играх, иллюстративном материале. Почвенно-климатические условия края и разнообразие растений. Растения, произрастающие в лесу: сосна лесная, лиственница, ель европейская, дуб, калина обыкновенная, шиповник, подснежник, ландыш. Ягоды лесные: земляника, черника, малина, ежевика. Грибы: боровики, лисички, подберёзовики, маслята, мухоморы, бледная поганка. Растения, произрастающие на лугу: крапива двудомная, клевер, ромашка, колокольчик, василёк, подорожник. Горные растения: бархат амурский, можжевельник, эвкалипт, альпийский мак, горечавка, горная трава, эдельвейс. Растения, произрастающие в пещерах: мхи, лишайники. Растения болот: клюква, мох-сфагнум, голубика, росинка. Млекопитающие: бурый медведь, волк, лиса, белка, заяц, ёж, мышь лесная. Пресмыкающиеся: уж, гадюка, ящерица. Земноводные: лягушка, жаба. Рыбы: карась, щука, сом, ёрш. Птицы: дятел, сорока, синица, дикая утка, скворец, ласточка, снегирь, голубь, ворона, сорока, галка. Насекомые: комар, стрекоза, пчела, паук-крестовик, муха, бабочка, кузнечик, божья коровка, жук-плавунец, водомерка. Тесная взаимосвязь растений и животных в дикой природе: одни и те же живые организмы могут быть и хищниками, и жертвой. В природе не существует «вредных» растений и животных.

Составление альбома о жителях леса. Лес — многоэтажный дом, где нет «вредных» обитателей. «Тише! Птицы на гнезде» — правила отдыха на природе. Что такое «рекреационная нагрузка», нужен ли лесу отдых? Зоны туризма и отдыха края.

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

Развитие животных до и после рождения: яйцо птицы, куколка бабочки — т оже живые существа. Детёныши животных — как отличить взрослого животного от детёныша в природных условиях. Турист-следопыт умеет понимать язык животных-синоптиков, читать следы животных. Зависимость строения животных от условий существования (горб у верблюда, иголки у ежа, панцирь у черепахи, густая шерсть у животных Севера, длинные ноги и шея у болотных птиц). Что такое бионика? Знакомимся с применением в технических устройствах законов живой природы.

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

Тема 2. Мой край родной

Кем основан город (село, посёлок). История старинных крепостей, усадеб, дворцов. Два брата — город старый и город молодой. Город (село, посёлок) в настоящее время, культурная ценность поселения в масштабах региона, России, мира. Рассказы о событиях, происходивших в городе (посёлке, селе) в разные исторические эпохи и послуживших основанием для открытия памятников. Знаменитые люди в истории края.

Тема 3. Давайте познакомимся

КВН, посвящённый спортивной истории города (посёлка), выдающимся спортсменам — участникам и победителям крупных соревнований и олимпиад. Спортивные сооружения города (посёлка) — физкультурно-оздоровительные комплексы, бассейны, стадионы, спортивные школы.

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

Русская матрёшка — символ России. История возникновения русской матрёшки. В каждой области матрёшка особая. Мастер-класс «Расписываем матрёшку». Виртуальная экскурсия с использованием интерактивной доски «Путешествие русской матрёшки по миру».

Тема 4. Вместе с папой, вместе с мамой

Беседа о том, где и что видели дети вместе с родителями, о семейных путешествиях, прогулках, походах. Походы всей семьёй, обязанности каждого члена семьи в походе. Специальное снаряжение для младших членов семьи. Рассказы детей и родителей о походной жизни, необычных проишествиях. Любимые семейные места на природе. На чём обычно путешествуют: пешком, на велосипеде. На чём можно путешествовать ещё?

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

Раздел 2. Рюкзачок готовится к походу (17 часов)

Тема 1. Здравствуй, Рюкзачок

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

Что взять с собой в поход. Всё о рюкзаке, обуви и одежде туриста. Укладывание рюкзака детьми. Завязывание простейших туристских узлов. Основные узлы, их назначение, способы завязывания. Узлы для связывания верёвок одинакового диаметра (прямой, ткацкий). Узлы для страховки (простой проводник, восьмёрка). Узлы для привязывания верёвки к опоре (удавка, схватывающий). Дополнительные узлы, в том числе «пустышка», их назначение.

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

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

«Видеополянка»: просмотр диафильмов, слайдов, документальных, художественных и мультипликационных фильмов о путешествиях и путешественниках (в том числе

«Приключения пингвинёнка Лоло», «80 дней вокруг света», «Приключения капитана Врунгеля», «Утиные истории», «В поисках капитана Гранта»).

Тема 2. О туризме и туристах

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

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

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

Тема 3. Путешествуем по карте

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

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

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

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

Изготовление игрушек-моделей. Как смастерить мельницу, самый простой компас, деревянную лестницу, деревянную хижину.

Зарисовка сюжетов на туристические темы, создание комиксов, забавы-картинки.

Тема 4. Где мы были, что мы видели

Летательные аппараты: воздушный шар, дирижабль, планёр, самолёт, вертолёт, ракета. Кто путешествует на летательных аппаратах. Профессия — лётчик. Знаменитые лётчики России. Посещение музея В. П. Чкалова (виртуальное, с помощью интерактивной доски или мультимедийного проектора). Жизнь, подвиги и путешествия В. П. Чкалова. Сюжетно-

ролевые и режиссёрские игры на темы о туризме, путешествиях и путешественниках, замечательных людях и первооткрывателях.

Великие реки России. На каких реках мы побывали вместе с семьёй и друзьями. Карта путешествий детей группы по рекам России. Волга — великая русская река. Города, посёлки, сёла, расположенные на берегах реки Волги, чем они знамениты. Народности и национальности, проживающие на Волге. Животный и растительный мир Поволжья. Охрана реки от загрязнения. Игра-путешествие «Плыём на теплоходе по матушке-Волге».

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

Ребусы, кроссворды, викторина «Хитрые вопросы».

Раздел 3. Здоровье в рюкзачке (11 часов)

Тема 1. Я и моё здоровье

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

Что нужно человеку для жизни на Земле. Атмосфера — воздушная оболочка, окружающая Землю. Почва — земля, по которой мы ходим. Пресная вода — вода, которую можно пить, она несолёная. Солёная вода — вода, которую нельзя пить. Водоёмы — это впадины, углубления в земле, заполненные водой. Откуда берётся вода. Игра на развитие эмпатии «Я — р учёёк». Почему человеку легче дышится на природе? Растения — источник чистого воздуха на планете. Этюд на мышечную релаксацию «Я — растение».

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

Что необходимо для сохранения и укрепления здоровья: движение, употребление в пищу полезных продуктов, хорошее настроение, солнце, воздух и вода, содержание тела в чистоте. Здоровье и болезнь. Как вести себя и как питаться, когда ты болеешь. Полезная еда. Правила личной гигиены. Физкультура для профилактики болезней. Аэробика. Хорошее настроение как лекарство от всех болезней. Гимнастика чувств и эмоций.

Тема 2. Охраняй здоровье в походе

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

«Помоги себе сам». Первая медицинская помощь (накладывание шины, перевязки и т. д.). Первая помощь при перегреве на солнце. Использование природных «лекарей»: подорожника, мха-сфагнума, медуницы (кровоостанавливающие средства).

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

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

Тема 3. Скорая помощь юному путешественнику

Правила безопасного поведения в походе и умение оказывать первую помощь при ушибе, порезах, ожоге, обморожении. Зачем туристу аптечка. Лекарства, которые должны быть в аптечке туриста, способы пользования аптечкой. Почему важно обращаться за помощью к взрослому. Игра «Кто правильно соберёт аптечку туриста». Практическое задание на усвоение знаний, какая помощь необходима при ушибах, порезах, обморожениях, укусах. Разгадывание загадок на тему лекарств, необходимых туриstu.

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

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

Тема 4. Народная мудрость — туристятам

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

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

Раздел 4. Весёлый Рюкзачок занимается физкультурой (13 часов)

Тема 1. Готовимся к дальним дорогам

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

Игры-эстафеты «Собери ветки для костра», «Юные пожарные».

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

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

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

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

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

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

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

Тема 2. Игры Весёлого Рюкзачка

Дидактические игры, направленные на усвоение правил безопасного поведения на природе и во время движения: «Собери рюкзак», «Какие мы туристы», «Туристическое лото». Тематические подвижные игры с элементами туристской техники: «Ловкие туристы», «Переправа через болото», «Пробеги — не упади», «Уложи рюкзак», «Лиса и мышки». Игры с элементами туристской техники: «Белки-стрелки»; «Следопыты», «12 записок», «Зарница», «Полоса препятствий», «Путешествие по карте», «Мини-поход», «Казаки-разбойники», «Лисица и охотники», «Клад», «В поисках сокровищ», «Ралли на природе», «Исследователи леса». Сюжетные занятия по сезонам, по видам туризма, по распределению обязанностей, круговая тренировка.

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

Тема 3. Занимательная физкультура

Физкультурный квест. Разные виды бега и ходьбы. Разминка с элементами аэробики «Мы готовимся в поход». Преодоление препятствий с поиском карточек, указывающих на дальнейшие действия. Встречи с игровыми персонажами: Леший, Берёзка, Пчела, Костёр. Вертикальное лазание (скалодром). Групповые упражнения с мячом и сеткой. Пролезание в тоннели. Тир или дартс. Ходьба по повышенной опоре (буму, скамейке) с заданиями. Преодоление смоделированных нестандартных препятствий (лес, река, овраг). Нахождение предметов, необходимых для похода. В итоге — собранный рюкзачок. Тренировка туристят. Построение, речёвки. Общеразвивающие упражнения с предметами — ведёрки, брёвнышки, туристические коврики, рюкзачки для осанки, утяжелители (гантеляи, нарукавники). Игры-эстафеты с заданиями на ловкость и быстроту (с использованием туристского оборудования). Упражнения на релаксацию.

Тема 4. Пора в путь-дорогу

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

Прогулка-поход «С чего начинается Родина»

Цель: воспитывать любовь к малой Родине через формирование представлений о родном городе, природе и культуре родного края. Закреплять правила дорожного движения и правила поведения в общественных местах.

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

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

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

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

Прогулка-поход «По памятным местам родного города»

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

2. Рассматривание памятников города.

3. Игры и упражнения: «Гости города» (закрепляем знания о своём городе, его достопримечательностях и памятных местах), «Назови и покажи» (называем реальные объекты и соотносим их с картой), «Самый наблюдательный» (закрепляем знания топографических знаков). Эстафета с флагшками (проводится по возвращению в детский сад): «Кто быстрее до флагка»; «Передай флагок»; «Кто больше соберёт флагжков».

Прогулка-поход «Весна в родном краю»

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

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

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

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

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

5. Возвращение домой короткой дорогой.

Прогулка-поход «Мы любим спорт»

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

1. Движения на маршруте: ходьба по равнинной местности с преодолением естественных препятствий (перешагивание через предметы, подъём, спуск с естественных возвышений) в разном темпе, змейкой, прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперёд.
2. Наблюдение и рассматривание спортивных объектов (Дом спорта, стадион, Ледовый дворец).
3. Весёлая эстафета «Ребята и зверята» с играми и упражнениями:
«Тропинка». Ходьба друг за другом, прямые руки — на плечах впереди стоящего.
«Мышка». Ходьба на носках.
«Кочки». На сигнал водящего необходимо присесть и обнять колени руками.
«Медведь». Ходьба на прямых ногах, руки в стороны.
«Зайцы». Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед.
«Бабочки». Медленный бег с упражнением для рук.
«Змейка». Бег змейкой вокруг зрительных ориентиров.
«Стройные берёзки». Ходьба на носках с вытянутыми руками.
4. Полоса препятствий со следующими заданиями:
«Пробеги — не упади». Бег.
«Переправа через болото». Ходьба, прыжки, упражнение в равновесии.
«Точный стрелок». Метание.
«Найди и промолчи». Ориентирование на местности.
«Собери рюкзак». Закрепление знаний о туристском снаряжении.
5. Эколого-психологический тренинг «Поздороваемся» (учим детей оценивать собственное поведение с точки зрения принятых в обществе образцов поведения, сплачиваем детский коллектив).
6. Возвращение домой короткой дорогой.

Летняя прогулка — поход «В сосновом бору»

1. Движения на маршруте: ходьба широким шагом, в полуприсяде, на носках; перешагивание через препятствия; бег на носках, змейкой, широким шагом, с захлестом; подпрыгивание до ветки дерева, прыжки через препятствия, подъём на естественные возвышенности и спуск с них, подлезание под поваленные деревья, перелезание через них.
2. Наблюдение за сосной. Отмечаем её характерные признаки: красноватый ствол, развесистые ветви, длинные зелёные иголки, капельки смолы на стволе. С южной стороны смолы больше, так как больше солнца. Вместе с детьми отмечаем целебные свойства смолы и оздоровительный эффект пребывания в сосновом лесу, сравниваем сосну с елью, с лиственными деревьями.
3. Природоохранная деятельность. Размещение флагов с запрещающими природоохранными знаками.
4. «Лесная мастерская». Сбор шишек, постройка башенок из них, изготовление поделок из шишек и травы с использованием операционных схем.
5. «Читальный зал». Чтение коротких произведений о лесе, путешественниках, животных (Е. Чарушин, М. Пришвин, Б. Житков), загадывание загадок, знакомство с народными приметами.
6. Подвижные игры и упражнения:
«Тир». Метание шишек в построенную башню.

«Не оставайся на земле». Игра «Ловишки». Не может быть пойман тот, кто успел сесть, встать, запрыгнуть на «деревянное» (пенёк, поваленное дерево), повиснуть на ветке.

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

4. Возвращение домой по короткой дороге.

Тематическое планирование образовательной деятельности в подготовительной группе

	Природа родного края		Мой край родной		Давайте познакомимся		Вместе с папой, вместе с мамой	
	Тема ОД	Кол-во часо в	Тема ОД	Кол-во часо в	Тема ОД	Кол-во часо в	Тема ОД	Кол-во часо в
	Азбука леса. <i>Беседа с включением игр и творческих заданий</i>	1	Как всё начиналось? История возникновения города (села, посёлка). <i>Интегрированное занятие с элементами продуктивной деятельности</i>	1	Мой спортивный город. <i>Сюжетное занятие в форме КВН</i>	1	Семейными маршрутами. <i>Игра-путешествие</i>	1
	Знакомые незнакомцы: растения барометры, насекомые-синоптики. <i>Игра-путешествие</i>	1	Вы такой красоты не видали, как родимые наши края. <i>Интерактивная игра-занятие (по аналогии с телепередачей «Сто к одному»)</i>	1	Город мастеров. <i>Беседа с включением игр и творческих заданий</i>	1	Наши коллекции. <i>Интегрированное занятие (познавательная, речевая, исследовательская деятельность)</i>	1
	Тайны живой природы. Животные, их развитие. <i>Интегрированное занятие на материале художественной литературы о природе</i>	1			Русская матрёшка. <i>Беседа с включением мастер-класса, виртуальной экскурсии и продуктивной деятельности</i>	1		
	Знатоки природы. <i>Сюжетное занятие в форме КВН</i>	1						
Ра	Здравствуй, Рюкзачок		О туризме и туристах		Путешествуем по карте		Где мы были, что мы видели	

	Поможем Незнайке собраться в поход. <i>Беседа с включением игр и творческих заданий</i>	1	Что мы знаем о туризме? <i>Беседа с включением игр и творческих заданий</i>	1	Маленькие путешественники. <i>Игра-путешествие по зданию детского сада</i>	1	Дорогой герой. В. П. Чкалов — знаменитый человек и путешественник. <i>Беседа с элементами интерактивной игры</i>	1
	Чтоб туристом стать, это нужно знать. <i>Беседа с включением игр и творческих заданий</i>	1	Клуб юных туристят. <i>Сюжетное занятие в форме КВН</i>	1	Расскажем игрушкам, что такая карта, план и рисунок. <i>Беседа с включением игр и творческих заданий</i>	1	Путешествие по реке. Главный водный путь России — река Волга. <i>Беседа с элементами интерактивной игры</i>	1
	Турист на привале. <i>Сюжетное физкультурное занятие</i>	1	Космическое путешествие. <i>Занятие-игра с включением приёмов ТРИЗ</i>	1	Что такое топографические знаки? <i>Беседа с включением игр и творческих заданий</i>	1		
	В нашем видеозале. <i>Беседа с просмотром слайдов и фильмов о походах</i>	1			Компас — первый помощник туриста. <i>Сюжетное занятие с включением познавательно-исследовательской деятельности</i>	2		
	Вместе весело шагать по просторам. <i>Физкультурное развлечение</i>	1			Что такое горизонт? <i>Игровое занятие с элементами изобразительной деятельности, математики</i>	2		
Раздел 3. «Здоровье в рюкзаке»	Я и моё здоровье		Охраняй здоровье в походе		Скорая помощь юному путешественнику		Народная мудрость - туристятам	
	Мои помощники. <i>Беседа с включением игр и творческих заданий, двигательных упражнений, экспериментов</i>	1	Мойдодыр в походе. <i>Беседа с включением игр и творческих заданий</i>	1	Какие лекарства должны быть у туриста. <i>Беседа с включением игр и творческих заданий</i>	1	Сказки о природе. <i>Беседа с элементами интерактивной игры</i>	1
	Что нужно человеку для жизни на Земле? <i>Беседа с элементами</i>	1	Помоги себе сам. <i>Беседа с включением игр и творческих заданий,</i>	1	Врач природы — подорожник. <i>Беседа с включением игр и творческих</i>	1	Путешествие в сказку. <i>Беседа с элементами интерактивного видеопутешеств</i>	1

	интерактивной игры		двигательных упражнений, экспериментов		заданий		вия	
	Путешествие в страну здоровья. <i>Сюжетное занятие интегрированного характера с включением аэробики, познавательно-исследовательской деятельности</i>	1	Вкусно и полезно. Беседа о правильном питании в походе. <i>Беседа с элементами интерактивной игры</i>	1	Что делать, если укусила пчела? <i>Беседа с элементами интерактивной игры</i>	1		
Раздел 4. «Веселый рюкзачок занимается физкультурой»		Готовимся к дальним дорогам			Игры Весёлого Рюкзачка		Занимательная физкультура	
Огонь – друг и огонь – враг. <i>Сюжетное занятие интегрированного характера, включающее пластические этюды, загадки, игры-эстафеты</i>	1	Поиграем на привале. <i>Физкультурное занятие на открытом воздухе с включением подвижных игр</i>	1	Готовимся к походу. <i>Игровое физкультурное занятие — квест на открытом воздухе</i>	1	Прогулка-поход «С чего начинается Родина»	1	
Уроки юных туристов. Безопасность. <i>Беседа с элементами интерактивной игры</i>	1	Игры из рюкзака. <i>Физкультурное занятие на открытом воздухе с элементами спортивных игр</i>	1	Сильные, смелые, ловкие. <i>Физкультурное занятие — соревнование с элементами туртехники</i>	1	Прогулка-поход «По памятным местам родного города»	1	
Уроки юных туристов. Ориентирование на местности. <i>Беседа с элементами интерактивной игры</i>						Прогулка-поход «Весна в родном краю»	1	
Слёт юных туристов. <i>Праздник с элементами туртехники и творческими заданиями для юных туристов</i>						Прогулка-поход «Мы любим спорт»	1	
						Летняя прогулка-поход	1	

						«В основном бору»	
--	--	--	--	--	--	-------------------	--

2.4. Средства и методы реализации программы

Главная особенность реализации программы «Весёлый Рюкзачок» — это широкое использование средств детского туризма в разных формах образовательной деятельности. 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.

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 занятиям 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 поднятием коленей (как аист, журавль, цапля), на носках, с подпрыгиванием до ветки. На месте стоянки можно организовать ходьбу в приседе и полуприсяде, змейкой между деревьями; прыжки с пеньков, 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. Продолжительность прогулки, а также протяжённость маршрута могут варьироваться, в зависимости от здоровья и подготовленности детей.

Оптимальные показатели прогулки-похода для дошкольников двух возрастных групп

5–6 лет	6–7 лет
Продолжительность в осенне-зимний период	
1–1,5 ч	
Продолжительность в весенне-летний период	
1–3 ч	2–3 ч
Протяжённость маршрута	
До 3 км	До 5 км

Вес рюкзака	
До 500 г	До 1000 г

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 появлению потёртостей, 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, желательно непромокаемая, спортивная куртка на молнии и с капюшоном, панамка с полями, удобная спортивная обувь на низком каблуке и на 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 устает, 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 восприняли 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 туристского 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, отдых и игры на стоянке, дорога обратно. По дороге к стоянке необходимо через каждые 15–20 минут организовать 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 течение 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 течение 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 являются 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, учащённый пульс, одышка, судороги, потеря сознания, бледность кожных покровов. Первейшие меры помощи пострадавшему: напоить его чуть тёплой водой, вызвать у него рвоту, а затем незамедлительно вызвать «скорую помощь».

• Предупреждение последствий заражения при повреждении кожных покровов. В случае ушибов, царапин, ссадин, порезов необходимо удалить грязь кусочком 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.

На первую часть похода приходится основная нагрузка. Дети не просто монотонно передвигаются по пути следования, а осуществляют разнообразные двигательные действия, предусмотренные планом. Например, сбегают с горки, скачут по узкой тропинке на одной ножке, перепрыгивают через канавку, проходят под ветками в полуприсяде. 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. 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 влажной 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, кусту, 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 видеоролики о прогулках-походах, других формах организации детской туристской деятельности.

2.5. Формы взаимодействия с семьями воспитанников

- День сотрудничества (собрания, беседы, консультации для родителей, показ элементов туризма, совместные подвижные игры, игры-соревнования (преодоление преград), экскурсии, прогулки, походы)
- Информационный стенд "Игры в походе", "Чем заняты туристы" и т. д.
- Подготовка и проведение встречи "За круглым столом" - опыт семейного воспитания по теме "Путешествуем семьей"
- Фотоальбомы, стенгазеты, фоторепортажи, спортивные дневники из опыта семейного воспитания "Добрые традиции семьи".
- Выпуск газеты "Совместный поход".
- Организация походов.

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Организация развивающей предметно-пространственной среды для реализации программы

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 должны обеспечивать:

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

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

- 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-схемы «Наш детский сад», «Моя группа», «Наш участок».

- Дидактические игры: «Загадки о туризме».

– Рюкзачок-спортсмен (физическое развитие):

- Оборудование для организации двигательной деятельности при проведении прогулки-похода: мячи надувные, скакалки, мячи резиновые, футбольный мяч, бадминтон, игра «Городки», верёвки, обручи, фляжки, кегли.

– Рюкзачок-лесовичок (познавательное развитие).

- Дидактические игры: лото «Прогулка по городу», «Цветы», «Мы готовимся в поход», «Найди место на карте», «Смотри, запомни, расскажи», «Подбери картинки», «Собери рюкзак», «Совунья 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?», «Чьи детки?», «Чей клюв?», «Чьи следы?»; домино «Ягодка», «Животные».

- 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»; схема составления описательных рассказов о животных.

- Изображение животного и прилагаемые к изображению карточки: «Где живёт», «Чем питается», «Повадки 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?».
- Коллекции шишек, песка, ракушек, семян, камней.
- Гербарии: «Цветы», «Листья».
- 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 и загадки, вопросы к детям, творческие задания).
- Природный материал.

– 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 «Весёлый турист», В. Бианки «Синичкин календарь», русская народная сказка «Сестрица Алёнушка и братец Иванушка», Г. Снегирёв «Я путешествую», И. Ищук «Хрюшагрибник», Т. Крюкова «Турист», Н. Краснова «Как я в лагерь собирался», В. Степанов «Моя Родина — Россия» и «Животный мир России», В. Даль «Старик-годовик», В. Астафьев «Зорькина песня», А. Томилин «Как люди открывали свою Землю», Е. Ракитина «Большое путешествие домой» и «Серёжик», В. Коржиков «Весёлое мореплавание Солнышкина», А. Некрасов «Приключения капитана Врунгеля», М. Зощенко «Великие путешественники»; Р. Распе «Приключения барона Мюнхаузена».

- Атласы: Национальный атлас России, атлас региона.

- Альбомы: «Как стать путешественником», «Наша Земля».

– Рюкзачок художника (художественно-эстетическое развитие):

- Дидактические альбомы: «Городецкая роспись», «Гжельская роспись», «Хохломская роспись», «Репродукции великих художников», «Мастери вместе с нами», «Умелые ручки», «Лепи с нами».
- Дидактический материал: изделия мастеров народных промыслов.
- Разные виды театра для творческих постановок по материалам прогулок-походов.
- Магнитофон с записями туристических песен.

3.2. Материально-техническое обеспечение программы

Для реализации программы используются разнообразные формы и методы проведения образовательной деятельности.

Модели

Глобус Земли физический М 1:50 млн

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 мира для школьников

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

Туристское снаряжение

Палатка

Рюкзаки

Туристические коврики

Костровое оборудование

Медицинская аптечка

Ремонтный набор

Верёвка основная и вспомогательная (по 30 метров), верёвки мелкие (для верёвочного курса)

Компасы

Бинокли, подзорная труба

Фонарики

Оборудование для турэстафет: «кочки», «мышеловка» и др.

Топографические игры, дидактический материал: топографические лото, домино, мозаики, разрезные игры по теме прогулки-похода; топографические диктанты; цветные кубики для разметки пути и обозначения заданий для детей; карточки условных топографических знаков

Мячи, скакалки, бадминтон

Солнцезащитные очки

Интерактивное оборудование

- Компьютер (ноутбук), мультимедийный проектор, экран
- Интерактивная доска

3.3. Кадровые условия реализации программы дополнительного образования

Реализация Программы обеспечивается педагогическими работниками, квалификационные характеристики которых установлены в Едином квалификационном справочнике должностей руководителей, специалистов и служащих (раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования»), утвержденном приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 26 августа 2010 г., № 761н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 6 октября 2010 г., регистрационный № 18638).

Литература:

1. Авдеева Н., Князева О., Стеркина Р. Основы безопасности детей дошкольного возраста: Программа дошкольных образовательных учреждений // Дошкольное воспитание. № 3. 1997. С. 32–40; № 4. 1997. С. 5–13.
2. Алексеев А. А. Питание в туристском походе. М., 1995
3. Барышева Ю. А. Формирование эколого-краеведческих знаний в начальной школе. М., 1997.
4. Больщакова Л. И. Воспитание у детей любви к родному краю // Детство. Отчество. Юность. 2014. № 5/6. С. 1–6.
5. Бочарова Н. И. Оздоровительный семейный досуг с детьми дошкольного возраста: пособие для родителей и воспитателей. 2-е изд., испр. и доп. М., 2003.
6. Бочарова Н. И. Организация краеведо-туристской деятельности старших дошкольников: Методические рекомендации. М., 1992.
7. Бочарова Н. И. Туристские прогулки в детском саду: пособие для практических работников дошкольных образовательных учреждений. М., 2004.
8. Завьялова Т. П. Программа двигательной и познавательной деятельности с использованием средств туризма «Туристята» (для подготовительной к школе группы) // Дошкольное воспитание. 2003. № 8, с. 50–53.
9. Завьялова Т. П. Туризм в детском саду: новые возможности, новые решения: учебно-методическое пособие. Тюмень, 2006.
10. Колбовский Е.Ю. Экологический туризм и экология туризма. М., 2011.

11. Кузнецов А.Н., Линчак Е. Н. Комплексная программа деятельности летнего оздоровительно-образовательного центра «Лето — это маленькая жизнь». Бердск, 2002.
12. Куликов В. М. Знатоки идут по фотоследу: Настольная топографическая игра. М., 1996.
13. Куликов В. М. Походная туристская игротека. Сборник № 2. М., 1994.
14. Куприна Л. Е. Азбука туриста-эколога. М., 1991.
15. Листок на ладони: методическое пособие по проведению экскурсий с целью экологического и эстетического воспитания дошкольников. СПб., 2005.
16. Мамонова Ю. Н. Программа краеведо-туристской деятельности в детском саду // Краеведо-туристская работа с дошкольниками. Материалы научно-практической конференции, 16 февраля 1995. М., 1995. С. 31–45.78
17. Трубицына С. Прогулка с детьми. Поиск гармонии с окружающим миром // Наш вальдорфский детский сад. М., 2002. С. 39–46.
18. Чеменева А.А., Ушакова-Славолюбова О. А. Коммуникативно-ориентированная предметная среда физкультурного образования дошкольника: Научно-методическое пособие. СПб., 2012.
19. Шишкина В.А., Дедулевич М. Н. Прогулки в природу: учебно-методическое пособие для воспитателей дошкольных образовательных учреждений. 2-е изд. М., 2003.
20. Юные инструкторы туризма. М., 2002.
21. Юные туристы-краеведы. М., 2004.
22. Юные туристы-экологи. М., 2004.