Отдел образования администрации городского округа Рефтинский
Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
"Детский сад "Колобок" городского округа Рефтинский

Принято:
На педагогическом совете
Протокол №3 от 31.08.2022 г.

Утверждаю:
_____ Т.В.Серегина
Заведующий МАДОУ
«Детский сад «Колобок»
Приказ № 189-од
«31»августа 2022г

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 62D65C008CAE228441EBA55F4166010E
Владелец: СЕРЕГИНА ТАТЬЯНА ВЛАДИМИРОВНА
Действителен: с 05.05.2022 до 05.08.2023

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по обогащению валеологических знаний «Юные туристята»

Возраст обучающихся: 4-7 лет
Срок реализации: 3 года

Автор-составитель:
Гордеева Ирина Владимировна
инструктор по физической культуре

пгт Рефтинский, 2022

Основные характеристики программы

Пояснительная записка

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад «Колобок» городского округа Рефтинский (далее МАДОУ «Детский сад «Колобок») реализует образовательную программу дополнительного образования детей (далее Программа дополнительного образования).

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юные туристята» и порядок ее утверждения разработан в соответствии с Федеральным Законом от 29 декабря 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года от 31 марта 2020 г. №678-р, Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Уставом МАДОУ «Детский сад «Колобок», Положением о дополнительных общеобразовательных программах МАДОУ «Детский сад «Колобок».

Направленность программы: туристско-краеведческая

В последнее время значительно возросло количество физически ослабленных новорожденных детей. Кроме того их мышечная нагрузка уменьшается в силу субъективных причин: у детей практически нет возможности играть в подвижные игры, многие родители увлекаются интеллектуальным развитием своих детей (компьютерные игры, многочисленные кружки). Именно поэтому возрастает роль детского сада во всестороннем физическом развитии детей. Состояние здоровья во многом определяет развитие личности ребенка, успешность его социализации, формирование его полноценного психического и физического статуса на всех последующих этапах развития. Поэтому задачи сохранения и укрепления здоровья детей самые актуальные, а физкультурно-оздоровительное направление – приоритетное в образовании. Об этом нам говорит 7 глава федерального закона «Об образовании в Российской Федерации».

Дети, систематически занимающиеся физкультурой, отличаются жизнерадостностью, бодростью духа, высокой работоспособностью. В дошкольном возрасте закладываются основы здоровья, долголетия и гармоничного физического развития. И хотя это развитие является закономерным биологическим процессом, однако на него можно воздействовать в нужном направлении, исходя из анатомо-физиологических и психологических особенностей ребенка. Традиционная система занятий недостаточно совершенна как по своей структуре, так и по методике обучения. Правильно организованное физическое воспитание формирует у детей потребность в занятиях спортом, физическими упражнениями и бережное отношение к своему здоровью.

Актуальность программы заключается в том, что ребенок - часть природы, без взаимодействия с которой его жизнь не может быть полноценной. Благодаря природе, развивающийся организм постепенно накапливает здоровье и силы. Мир природы и мир движений, объединяясь, становятся мощным средством разностороннего развития ребенка в условиях психологического комфорта. Походы-прогулки, знание основ простейшего

туризма – это то - средство, с помощью которого можно обеспечить более глубокое познание окружающего природного и социального мира, развить и закрепить двигательные умения и навыки, обеспечить активный отдых и изучение родного края. Поэтому актуальность данного проекта обусловлена современными тенденциями, связанными со снижением двигательной активности детей, а также с необходимостью реализации содержания образовательной области «физическое развитие» в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (приказ Минобрнауки России от17.10.2013 № 1155). Реализация программы так же решает проблему построения продуктивных взаимоотношений между всеми участниками образовательного процесса. Родители являются полноправными участниками данного программы, как теоретической части, так и практической. Родителям необходимо овладеть практическими знаниями и умениями в области сохранения и укрепления здоровья детей и их физического развития. Это способствует детской уверенности, самоутверждению, т.к. и ребенок, и родитель, и педагог в этой ситуации равны, они партнеры.

Новизна программы:

Уровни подготовки воспитанников

- - Познавательно-краеведческий;
- - Физический;
- - Культурно-досуговый.

Познавательно-краеведческий уровень учитывает туристские возможности родного края, «малой» Родины детей, предполагает расширение их пространственных представлений. Открытие мира за пределами ДОУ.

Физическая подготовка предусматривает оздоровительно-развивающую закалку дошкольников средствами общеразвивающих игр и упражнений (развитие двигательных навыков, физическая координация в пространстве, специальная подготовка на выносливость, ловкость, прыгучесть, быстроту, гибкость). Формирование духовно-нравственных качеств направленно на развитие личностных качеств детей. Подразумевается: воспитание чувств, морально-нравственных норм поведения, взаимопомощи, активного отношения к себе, к окружающей действительности, стремлении стать совершеннее через ситуацию успеха, предполагающую постепенность достижения ребенком поставленной перед ним цели.

Культурно-досуговый уровень включает массовые мероприятия, которые являются итогом определенных этапов работы, фиксируют ее результаты, стимулируют дальнейшее развитие.

Прогулки-походы проводятся в течение всего учебного года по плану с постепенным временным увеличением и усложнением маршрута, а так же с разным уровнем нагрузки. Программа рассчитана на три года. Занятия проходят с полным составом группы и при сопровождении 2 - 3 взрослых. Родители являются полноправными участниками данного проекта. Теоретические познания дети получают в сюжетно-ролевых играх на уровне образного, эмоционального восприятия основных краеведческих и туристских понятий; отражают свою деятельность в детско-родительских проектах, презентациях с использованием смарт - доски и видеопроектора: окружающая среда как территория жизни, туристский маршрут, дружба, техника безопасности, привал и т.д.

В основу содержания дополнительной общеобразовательной программы «Юные туристята» положено методическое пособие Алямовской В.Г. Оздоровительные технологии в дошкольном образовательном учреждении». Программа формирование здорового образа жизни дошкольников через использование здоровьесберегающих технологий.

Адресат программы

Программа составлена для детей дошкольного возраста.
Набор на обучение свободный, принимаются все желающие с учетом мнения родителей.
Количество воспитанников: минимальная наполняемость групп 5 человек.
Срок реализации программы: 1 год.

Режим занятий

Продолжительность одного академического часа: - для детей 4-5 лет – не более 20 минут;
- для детей от 5-7 лет – не более 30 минут. Общее количество часов в неделю – 1 час. Занятия проводятся 1 раз в неделю.
Объем программы – 108 часов.
Программа рассчитана на 3 года.

Объем программы: 108 часов

Срок освоения: Программа рассчитана на 3 года

Особенности организации образовательного процесса

Форма реализации программы: очная. Программа рассчитана на обучающихся, имеющих различные интеллектуальные, коммуникативные, творческие способности, на обучение детей с ОВЗ

Форма обучения: подгрупповая.

Виды занятий: в формате НОД (непосредственно образовательной деятельности), прогулки, походы, беседы.

Формы подведения итогов: итоговое занятие – туристический поход.

Цели и задачи общеобразовательной программы

Цель: создание условий для сохранения и укрепления здоровья детей 4-7 лет и их физического развития, формирование навыков здорового образа жизни через организацию и внедрение элементарных форм детского туризма.

В результате реализации программы решаются следующие **задачи:**

- формировать у детей привычки думать и заботиться о своём здоровье;
- совершенствовать движения в естественных природных условиях, обогащать двигательный опыт детей;
- обучать детей первоначальным туристическим навыкам;

- воспитывать в детях нравственные качества: взаимопомощь, коллективизм, доброту, бережное отношение к природе;
- обогатить представление детей о природе родного края.

  Главная задача заключается в том, чтобы довести до сознания детей, родителей то, что детский туризм является одним из источников крепкого здоровья.

Принципы и подходы к формированию образовательной программы дополнительного образования детей и взрослых

Фасциации. Развитие у детей интереса к движению и двигательным действиям, делающим учебно-воспитательный процесс более легким и плодотворным и способствующим формированию у детей положительного отношения к окружающей действительности, к предмету, с которым им приходится заниматься, к самому воспитателю, к сверстникам, к себе. (От англ. *fascination* — очарование).

Синкретичности. (от греч. *synkretismos* — соединение, объединение) отражает наличие общих истоков единства в выборе средств и методов воздействия на ребенка.

Творческой направленности. Ребенок самостоятельно создает новые движения, основанные на использовании его двигательного опыта и наличия мотива, побуждающего к творческой деятельности.

Содержание программы

Учебный план

Программа «Юные туристята» рассчитана на 108 часов, 3 года обучения, из расчета 1 час в неделю по 20 минут в группах для детей 4-5 лет, 25 минут в группах для детей 5-6 лет, 30 минут в группах для детей 6-7 лет (СанПиН 2.4.3648-20). В середине каждого занятия педагог проводит физкультминутку. Занятия проводятся 1 раз в неделю.

Учебный план по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе

Направление работы	Количество занятий	Формы контроля
Развивающие занятия физкультурно-оздоровительной направленности (1 год обучения)	36	Туристические походы 1 раз в месяц
Развивающие занятия физкультурно-оздоровительной направленности (2 год обучения)	36	Туристические походы 1 раз в месяц
Развивающие занятия физкультурно-оздоровительной направленности (3 год	36	Туристические походы 1 раз в месяц

обучения)		
Итого:	108	

Программа состоит из 36 занятий в год. Занятия проводятся 1 раз в неделю. Программа реализуется в течении 3 лет.

Содержание учебного плана

Формы, методы, средства реализации образовательной программы дополнительного образования

К туристической деятельности, как одному из форм работы с дошкольниками, прибегают крайне редко: считается, что туризм – это дело средней общеобразовательной школы. Однако я уверена, что детский туризм в оздоровлении детей дошкольного возраста может и должен использоваться в качестве вспомогательного средства в педагогической практике детского сада. Предлагаемая система работы по использованию элементарных форм туризма в оздоровлении детей старшего дошкольного возраста с одной стороны, позволяет удовлетворить потребность детей в активной деятельности в рамках оздоровительной работы детского сада, а с другой – способствует становлению эффективного взаимодействия детского сада с родительской общественностью.

Содержание туристической деятельности по программе строится с учетом возрастных и психологических особенностей детей и охватывает все основные сферы жизнедеятельности детей дошкольного возраста.

Решение программных задач отражаются в разных формах совместной деятельности взрослых и детей, в самостоятельной деятельности детей (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения). А также через взаимодействие с семьями воспитанников по реализации программы дополнительного образования.

Работа по программе «Юные туристята» осуществляется под руководством инструктора по физической культуре, при тесном взаимодействии всех субъектов образовательного процесса: родителей, групповых воспитателей, психолога, музыкального руководителя, медицинских работников, методической службы детского сада, социальных партнеров.

Форма организации образовательного процесса – групповое занятие. Занятия проводятся 4 раз в месяц, 36 занятий в год. Длительность занятия – 20минут. Прогулки-походы -60 минут, что соответствует требованиям СаНПиН.

Содержание программы ориентировано на детей дошкольного возраста, не имеющих противопоказаний к занятиям физкультурой, с учётом рекомендаций медиков и желания родителей. Наполняемость групп - до 20 человек. Наполняемость выдержана в пределах требований СанПиН и информационного письма Департамента молодёжной политики, воспитания и социальной защиты детей Минобрнауки РФ от 19.10.2006 №06-1616 «О методических рекомендациях» «Примерная наполняемость групп».

Этапы реализации программы

1 этап. «Топ, топ – топает малыш!»

(средняя группа 4-5 лет)

Структура походов – прогулок на первый учебный год.

Месяц	Общее расстояние (км)	Продолжительность похода
Сентябрь	1, 0	15 – 20 мин.
Октябрь	1, 0	15 – 20 мин.
Ноябрь	1, 0	15 – 20 мин.
Декабрь	1, 0	15 – 20 мин.
Январь	1, 0	15 – 20 мин.
Февраль	1, 0	15 – 20 мин.
Март	1, 0	15 – 20 мин.
Апрель	1,5	20 мин.
Май	1,5	20 мин.

Нагрузки корректируются в зависимости от привыкания детей к ним. Также учитывается состояние здоровья и общее самочувствие детей, погодные условия и другие моменты. Продолжительность маршрута составлена с учетом того, что ранее дети совершали малые экскурсии в пределах территории детского сада и на расстояние за пределы детского учреждения не менее 300 - 500 м.

Месяц Мотивация	Задачи	Игры, упражнения, форма проведения
Сентябрь «За здоровьем в спортивную школу». (2 экскурсии)	Обогатить и расширить двигательный, социальный опыт детей. Закрепить ходьбу и бег в разном темпе по пересеченной местности по одному и парами. Отметить изменения в природе (составить рассказ). Формировать у детей чувство осторожности и основы безопасности. Познакомить детей с простейшими туристическими знаками и лекарственными растениями. Закрепить у детей навык выкладывание костра «колодец». Воспитывать смелость, выдержку, интерес к занятиям туризмом.	Экскурсия. Прогулка-поход в детскую спортивную школу «Олимп», ледовый корт Игры и с/упражнения: «Найди пару», «Маленькие ножки, большие ноги идут, бегут по дорожке».
«Кто они путешественники?»	Пополнить словарный запас, объем знаний.	Занятие – теория. Доступная беседа об истории развития туризма в России, знаменитые русские путешественники и их роль в развитии нашей страны. Виды туризма.
«Нам на месте не сидится»	Предварительная проверка возможностей детей. Формировать интерес к осенней природе.	«Полоса препятствий». Теоретическое занятие по подготовке к прогулке-походу

	Формировать чувство осторожности и основы безопасности. Дать детям понятия о туризме, о простейшем типе костров. Учить правильно, складывать рюкзак. Воспитывать интерес к занятиям туризмом. Освоить и закрепить основные виды движений; развивать координацию, ориентацию в пространстве, выносливость, умение выполнять правила в играх.	
Октябрь «Лесными тропами» (район первой речки) 2 занятия «Какие маршруты мы выбираем?» (беседа) 2 занятия	Продолжать совершенствовать двигательные навыки в естественных условиях, формировать объемные представления о территории поселка и туристские навыки в игре. Познакомить со своеобразием и спецификой уральского «лица», с историей возникновения поселка, с понятием карта и ее назначением.	«Что положим в рюкзачок», «Отдыхаем мы в пути», «Найди дерево» Беседа – рассказ по домашнему заданию (История возникновения поселка со слов родителей)
Ноябрь «В гости к Старику-Лесовику» (посвящение в туристы) «Один в поле – не воин» (беседа) 3 занятия	Совершенствовать технику ходьбы в колонне по одному в лесном массиве, парами в черте поселка широким шагом. Обогатить словарный и понятийный запас детей народной мудростью (пословицы и поговорки) о природе, о дружбе. Воспитывать дружелюбие, взаимовыручку. Дать понятие о значении туристской дружбы	Развлечение по сценарию с участием родителей Образовательная деятельность, построенная на элементарных эстафетах
Декабрь Водоем зимой. (2 занятия) Рефтинское водохранилище - как достопримечательность поселка 2 занятия	Формировать навыки следования по заданному маршруту с соблюдением правил дорожного движения. Изучить и применять правила поведения в лесу. Закрепить правила скольжение по ледяным дорожкам. Формировать у детей чувство осторожности и основы безопасности. Познакомить детей с компасом и научить обращаться с ним. Воспитывать смелость, выдержку, интерес к занятиям туризмом. Формировать у детей наблюдательность и умение фиксировать подробности маршрута в изобразительной деятельности.	«Заморожу» - подвижная игра. Катание по ледяной дорожке. Интегрированное занятие. «Море волнуется» - п.\и

Январь «В лесу родилась елочка» «Новый год – хорошо, а губить деревья – плохо»	Формировать и закрепить навык метания предмета вдаль правой и левой рукой, умение слышать педагога и выполнять правила игры, входя в заданный образ. Закрепить ходьбу и бег с высоким подниманием колена, прыжки на двух ногах вверх. Формировать у детей бережное отношение к природе, к тому месту, где живешь	Развлечение «Метелица, вьюга, буран», «Найди дерево», «Чьи следы?» Беседа. Игра «Кто быстрей украсит елку?»
Февраль «А мы саночки возьмем и на горку все пойдем» **(**территория ул. Молодежная 30) 4 занятия	Формировать у детей представление о зимних видах спорта, об играх и зимних развлечениях. Познакомить с правилами поведения в зимний период.	Прогулка - поход Катание на ледянках с горки
Март Животные и птицы зимой. (территория спортивной школы, территория базы «Маяк») 2 занятия + 2 теоритических занятия	Формировать у детей представление о животном мире родного края, желании заботиться о «братьях меньших». Побуждать выполнять ходьбу и бег в разных направлениях. Упражнять детей в сохранении равновесия и устойчивого положения туловища.	Поход. Игры: «Кукушка» «Золотые ворота» «Пройди и не упади», «Рассыпался горох»
Апрель «В гости к дубу» (территория автовокзала) «Игры, которые лечат» (игры, направленные на улучшение общего психологического самочувствия) 3 занятия	Познакомить детей с новой территорией и ее растительной зоной. Закрепить правила перехода проезжей части по пешеходному переходу парами. Формирование общей выносливости. Снять накопившееся нервное напряжение и зарядить детей очередной порцией жизнерадостности и оптимизма. Развивать ловкость и координации движений. Учить преодолевать чувство расторможенности и тренировать усидчивость. Развить умения регулировать мышечный тонус	Экскурсия – беседа – наблюдение Фиксирование подробностей маршрута в зарисовках «Хомячки», «Шалтай – Болтай». Упражнения для гиперактивных детей.
Май	Продолжать знакомить детей с	Поход.

«Вестники весны» 2 занятия	топографическими знаками, определять по компасу стороны горизонта. Воспитывать смелость, выдержку, интерес к занятиям туризмом. Отметить изменения в природе. Закрепить движение «змейка», бег в колонне по одному по пересеченной местности.	«Я знаю пять цветов…», «К названному дереву беги», «Совушка, сова» «Учитель», «мяч по кругу», «Улиточка».
«На золотом лугу»	Разучить туристскую песню. Дать детям понятие «богатство леса», «экологическая тропа». Закрепить ловлю и подачу мяча разными способами	
«Сильные, ловкие, смелые»-	Формировать умение самостоятельно выполнять движения по заданию взрослого; развивать разные группы мышц, выносливость, гибкость, ловкость; поддерживать уверенность в себе, самостоятельность; воспитывать чувство ответственного отношения к своему здоровью. Помочь родителям и детям ощутить радость от встречи друг с другом.	Итоговое развлечение с родителями (на основе круговой тренировки с использованием тренажеров.)

Прогулки-походы состоят из последующих основных, равнозначных, взаимосвязанных между собой частей: дороги до места стоянки, привалов, игр, наблюдений, бесед, короткой дороги в детский сад.

Перед походом проводится планомерная подготовительная работа: составление и разбор маршрута, распределение обязанностей, инструктаж по технике безопасности и правилам поведения, ставятся задачи. Родители участвуют как в подготовке похода, так и непосредственно в самом походе. Если продолжительность маршрута не велика и не носит развлекательного характера, достаточно 1 – 2 родителей.

2 этап «Край родной на век любимый»
(старшая группа 5-6 лет)

Тематикой второго года обучения является **– краеведение** и посвящена она более глубокому изучению родного поселка. Продолжительность маршрута увеличивается. Нагрузки корректируются в зависимости от состояния здоровья детей, их самочувствия на данный момент, погодных условий и некоторых других факторов.

Структура походов – прогулок на второй учебный год

месяц	**Общее расстояние (км)**	**Продолжительность похода**
Сентябрь	1, 0	30 мин.
Октябрь	1, 0	30 мин.
ноябрь	1, 0	30 мин.
Декабрь	1, 5	30 мин.
Январь	1, 0	30 мин.

Февраль	1, 0	30 мин.
Март	2, 0	30 мин.
Апрель	2, 0	30 мин.
Май	2, 0	30 мин.

Месяц Мотивация	**Задачи**	**Игры, упражнения, форма проведения**
Сентябрь «Свет и тепло - откуда берется оно» 3 занятия Вид станции с разных ракурсов. Район пляжа, Центр молодёжи.	Обогатить и расширить двигательный, социальный опыт детей. Закрепить ходьбу по одному и парами, перепрыгивание на двух ногах, с продвижением вперед, легкий бег. Обсудить с детьми рациональность расположения рек по отношению к электростанции, рассмотреть вид ее, кол-во труб и т.д. (составить рассказ).	Поход «Запасы белочки», «Задавака»
«Мы жители поселка энергетиков!»	Закрепить навыки ходьбы в колонне по одному, парами, в тройках. Развивать равновесие в ходьбе по гимнастической скамье приставным шагом, точность в приземлении на полусогнутые ноги при спрыгивании со скамьи. Формировать гармоничное отношение родитель-ребенок-педагог. Развивать любознательность, уверенность.	Развлечение с родителями. Полоса препятствий. Викторина «Мы знаем свой поселок». Подвижные игры по желанию.
Октябрь «Откуда берутся реки?» (район первой речки)	Продолжать совершенствовать двигательные навыки в естественных условиях, формировать объемные представления о территории поселка и туристские навыки в игре.	Поход. «Метаем вдаль», «Лягушачий чемпионат».
«Какие маршруты мы выбираем?» 3 занятия	Закрепить у детей навык работать с простейшими схемами, планами, отражающими реальное пространство (назначение карты, виды карт: общегеографическая, топографическая, простейшие топографические знаки, нахождение на карте, условные запрещающие и разрешающие знаки). Составить схему – маршрут до водоема Рефтинское водохранилище – детский сад.	Занятие
Ноябрь «Провожаем осень» 3 занятия	Совершенствовать технику ходьбы в колонне по одному и парами с соблюдением правил дорожного движения.	Обзорная экскурсия по улицам поселка.
«Повторение –	Дать понятие «лицо малой родины»,	Беседа – дискуссия ,

мать учения». (теоритическое занятие)	«жизненное пространство», вспомнить и обозначить важные этапы похода.	«Назови улицы», «Громко-тихо», «Где живут светофоры?»
Декабрь «Зимний сад» («Зимний сад – библиотека») «Все что вижу, я запомню, нарисую, расскажу» 2 занятия	Познакомить детей с достопримечательностью поселка «зимним садом», библиотекой. Продолжать развивать «образы здоровья» посредством эмоционального воздействия (красота зимнего сада, интеллектуальные ресурсы библиотеки). Формировать у детей умение излагать свои эмоции в зарисовках, рассказах и т.д.	Экскурсия Фото – коллаж (оформление газеты)
Январь «В гости к Зимушке-Зиме». «Зимние забавы»	Работать над формированием психоэмоционального комфорта между всеми участниками. Закрепить движение парами, тройками. Совершенствовать физические качества детей, повысить двигательную активность, закрепить основные виды движений в подвижных играх	Развлечение с использованием презентации «Зимние олимпийские виды спорта» на интерактивной доске «Кто быстрей на санках?», «Лучший снайпер», «Хвост дракона».
Февраль. «Лыжи – это здорово!» Территория спортивной школы» 3 занятия	Формировать у детей представление о зимних видах спорта, об играх и зимних развлечениях. Познакомить с правилами поведения в зимний период. Освоить подъем «лесенкой»	Прогулка-поход Катание на лыжах
Март «Где живут другие малыши?» 4 занятия	Формировать у детей представление о расположении других детских садов на территории поселка. Ориентировка в пространстве.	Экскурсия Фиксирование подробностей маршрута в зарисовках
Апрель. «Где живут другие малыши?» 4 занятия	Формировать у детей представление о расположении других детских садов на территории поселка. Формировать у детей чувство осторожности и основы безопасности. Познакомить детей с правилами оказания первой помощи при порезе, укусе насекомых. Закрепить у детей умение пользоваться компасом. Воспитывать интерес к занятиям туризмом.	Экскурсия Фиксирование подробностей маршрута в зарисовках
Май «Моя Родина там,	Закрепить полученные знания, навыки и умения, поделиться полученным опытом с	Викторина - поход с родителями

где я живу!» «Поиграй – ка мой любимый, стадион» 3 занятия	родителями и наоборот Обобщить полученные знания в спортивных играх и эстафетах. Воспитывать товарищество и спортивный характер. Формировать мышечно-двигательные навыки, правильную осанку.	 Эстафеты и спортивные игры на спортивной площадке.

3 этап. Вместе весело шагать по просторам
(подготовительная группа 6-7 лет)

Месяц **Мотивация**	**Задачи**	**Игры, упражнения, форма проведения**
Сентябрь «Здравствуй осень»	Обогатить и расширить двигательный, социальный опыт детей. Закрепить ходьбу по одному и парами, увеличивая расстояние маршрута. Воспитывать бережное отношение ко всему живому. Воспитывать любознательность и умения отмечать разные изменения.	Поход. (Маршрут по выбору детей и родителей) «Самый красивый осенний букет», «Кузнечики», «Цепи кованые», «Ремешок».
«Школа Мишки-Топтыжки» 2 занятия	Закрепить, ранее изученные виды ходьбы по пересеченной местности. Закрепить элементы волейбола в игре в естественных условиях.	Поход. Район пляжа. «Мяч через сетку»
«Что я знаю о себе и о сохранении своего здоровья».	Продолжать формировать представление детей о строении человеческого тела (голова, шея, плечи, руки, туловище, ноги); об назначении мышц, костей, суставов и способах их укрепления. Закрепить способы выполнения ходьбы по гимнастической скамье с мешочками на голове; ходьба на четвереньках по тоннелю высотой 50 см; прыжков из обруча в обруч; скольжение на спине по полу, подтягиваясь руками по канату. Научить измерять рост, размер ноги.	Урок здоровья
Октябрь «Лесными тропами?» (район первой речки)(	Продолжать совершенствовать двигательные навыки в естественных условиях, готовясь к соревнованиям «Юный турист»	<u>Поход.</u> «Прыжки через препятствия», «Пройди по мостику», «Попади в цель», «Кто вперед?»
«Юный турист».	Закрепить полученные знания и опыт в соревновательной форме. Продолжать формировать гармоничные отношения ребенок – родитель – педагог.	Соревнование с родителями
«Готовь лыжи	Знакомство с лыжами и лыжными ботинками	Подготовительное занятие

летом!» 2 занятия		
Ноябрь «Рефтинский» (теория 2 занятия) «Готовь лыжи летом!» (2з.)	Обогатить опыт детей знаниями о происхождении и истории нашего поселка. Продолжать работу по освоению лыж (виды лыжного скольжения, повороты в спортивном зале)	Занятие с использованием проектора или смарт доски. Разбор домашнего задания. Детско-родительские проекты «Я здесь родился и живу!»
Декабрь «Водоем зимой». «Деревянные два коня, с горки быстро мчат меня» 3 занятия	Формировать у детей навык движения по карте-схеме. Формировать навыки ходьбы на лыжах разными способами в естественной среде. Уметь следить за дыханием при ходьбе на лыжах.	Поход. «Зима», «Мороз-красный нос», «След-в-след». «У кого меньше шагов?»,
Январь «Зимние забавы». 2 занятия	Познакомить детей с зимними видами активного отдыха (лыжи, ледянки, санки)	Катание с горки. Катание на лыжах. Саночные соревнования.
Февраль «Лыжи – это здорово!» (территория спортивной школы) 4 занятия	Формировать у детей представление о зимних видах спорта, об играх и зимних развлечениях. Познакомить с правилами поведения в зимний период. Освоить подъем «лесенкой»	Катание на лыжах.
Март «Люди с рюкзаками – кто мы такие?». Круговая тренировка «Полоса препятствий» Круговая тренировка на тренажерах 2 занятия	Познакомить детей с другими «юными туристами». Обмен опытом (как сделать шалаш, развести и потушить костер и др.) Формировать умение самостоятельно выполнять движения по заданию взрослого; развивать разные группы мышц, выносливость, гибкость, ловкость; поддерживать уверенность в себе, самостоятельность; воспитывать чувство ответственного отношения к своему здоровью.	Беседа-рассказ. Занятие.
Апрель «Как отдыхают в пути» «Необычные мячи в гости к нам пришли».	Учить детей применять полученные знания на практике. Продолжать укреплять здоровье детей, формировать правильную осанку,	Поход. «Карта-схема», «как выбрать место привала?», «Разведем костер», «Аптечка в походе» Занятие «Самолеты»

Занятие на фитболах 2 занятия Хореографическая постановка «Барыня»	двигательные умения и навыки, развивать тактильную и мелкую моторику рук, координацию ножных мышц, воспитывать интерес и желание выполнять физические упражнения на фитболах. Освоить несложные танцевальные движения в соответствии с музыкой и выразительно их выполнять.	 Занятие
Май Хореографическая постановка «Барыня» 2 занятия «За березовым соком» «Вместе весело шагать по просторам»	Освоить несложные танцевальные движения в соответствии с музыкой и выразительно их выполнять. Учить детей различать породы деревьев. Формировать экологическое воспитание детей, используя правила поведения в весеннем лесу. Обучать детей бережному отношению к природе. **Поход. Итоговое мероприятие с родителями**	Занятие Поход. «Лечим раненное дерево».

Планируемый результат

- Обогащение двигательного и социального опыта;
- Повышение адаптивности организма;
- Стойкая мотивация на здоровый образ жизни родителей и детей;
- Удовлетворение и положительный эмоциональный настрой от физических нагрузок и общения с природой родного поселка

Личностные:

Сформирована потребность к ежедневной двигательной активности. Ребенок способен управлять своим поведением, умеет планировать свои действия;

Интеллектуальные:

Осознанно относится к собственному здоровью. Владеет доступными способами укрепления здоровья.

Физические:

Развиты двигательные умения и навыки. Сформирована потребность в двигательной активности. Снизился уровень показателей заболеваемости воспитанников.

Высокий уровень компетентности детей и родителей в вопросах физического и валеологического воспитания.

Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы

Календарный учебный график на 2022-2023 учебный год

№ п/п	Основные характеристики образовательного процесса	
1.	Количество учебных недель	36
2.	Количество учебных дней	36
3.	Количество часов в неделю	1
4.	Количество часов	36
5.	Недель в 1 полугодии	17
6.	Недель во 2 полугодии	19
7.	Начало занятий	1 сентября 2022 года
8.	Каникулы	Не предусмотрены
9.	Выходные дни	4 ноября 2022 г., 1-8 января 2023 г., 23 февраля 2023 г., 8 марта 2023 г., 1, 9 мая 2023 года.
10.	Окончание учебного года	31 мая 2023 года

Реализация программы возможна при соблюдении следующих условий:

Организационные:

- создание системы взаимодействия всех субъектов физкультурно-оздоровительной и профилактической деятельности (дети, воспитатели, инструктор по физической культуре, родители и медицинские работники);
- организация познавательно-двигательной деятельности с использованием средств туризма в работе с дошкольниками.

Физкультурно-оздоровительные:

- наличие комплексной стратегии, направленной на улучшение состояния здоровья детей и их физического развития;
- организация мониторинга состояния здоровья и физического развития дошкольников;

Психолого-педагогические:

- организация туристических мероприятий;
- обогащение знаний по краеведению;
- экологическое воспитание дошкольников;
- пропаганда здорового образа жизни среди детей, родителей;
- организация педагогического просвещения родителей;
- активное вовлечение родителей в туристические мероприятия
- природное и социальное окружение (прилегающие парки, лесные массивы, прибрежная зона, социальные объекты).

Материально-технические:

- насыщенная пространственная предметно-развивающая оздоровительная и образовательная среда для обеспечения физических потребностей и эмоционального благополучия каждого ребенка.

- личное и групповое туристское снаряжение. (Рюкзак, коврик, компас, карта местности, веревка, термос, кружка).

Учебно-методическое обеспечение

1. Алиева Т. И., Арнаутова Е. П., Протасова Е. Ю. Безопасность на улице: Программно-методическое пособие.- М: Карапуз, 1999.
2. Арнаутова Е. П. Педагог и семья. - М.: Карапуз 2001.
3. Алямовская В.Г. Оздоровительные технологии в дошкольном образовательном учреждении: инновационный аспект. – М.: Педагогический университет «Первое сентября», 2011.
4. Бочарова Н. И. Туристические прогулки в детском саду, - Москва, 2004.
5. Зайцев Г. Уроки Айболита. - Санкт - Петербург, 1999.
6. Рунова М. А. Двигательная активность ребёнка в детском саду: пособие для педагогов дошкольных учреждений, преподавателей и студентов педвузов и колледжей. - М.: Мозаика - Синтез, 2000.
7. Поломис К. Дети на отдыхе. - Москва, 1995.
8. Рыжова Н. А. Экологическое воспитание в детском саду. - М.: Карапуз, 2001.

Кадровое обеспечение

Педагоги, реализующие дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу «Юные туристята» имеют высшее и среднее профессиональное педагогическое образование, а также прошли курсовую переподготовку по направлению «Дополнительное образование детей и взрослых».

Материально-техническое обеспечение

№ п/п	Инвентарь	Количество инвентаря
1	Мешочки «здоровья»	По кол-ву детей
2	Самошивные куклы	По кол-ву детей
3	Медболы	По кол-ву детей
4	Мячи большие, средние, малые	По кол-ву детей
5	Палки плоские гимнастические	По кол-ву детей
6	Рюкзаки детские	По кол-ву детей
7	Коврики полуритановые	По кол-ву детей
8	Кубики пластмассовые	150-200 шт.
9	Массажные дорожки	6-8 шт.
10	Дидактические пособия по валеологии	По кол-ву детей
11	Тренажеры	По наличию
12	Термос	1-2

Формы контроля и оценочные материалы

Контроль и оценка материалов дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юные туристята» осуществляется в форме итоговых мероприятий – туристических походов.

Нормативные документы

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее — ФЗ);

2. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 .г № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.);
3. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. N2 996-р);
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N2 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее — СанПиН);
5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
6. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее — Порядок);
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2020 года № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации» от 9 ноября 2018 г. № 196;
9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
10. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
11. Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 г. № АК-2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»)
12. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально- психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»);
13. Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».

Литература, использованная при составлении программы

1. Алиева Т. И., Арнаутова Е. П., Протасова Е. Ю. Безопасность на улице: Программно-методическое пособие.- М: Карапуз, 1999.
2. Арнаутова Е. П. Педагог и семья. - М.: Карапуз 2001.

3. Алямовская В.Г. Оздоровительные технологии в дошкольном образовательном учреждении: инновационный аспект. – М.: Педагогический университет «Первое сентября», 2011.
4. Бочарова Н. И. Туристические прогулки в детском саду, - Москва, 2004.
5. Департамент образования пермской области: Здоровейка в гостях у малышей - Пермь 2005.
6. Зайцев Г. Уроки Айболита. - Санкт - Петербург, 1999.
7. Зайцев Г. Уроки Мойдодыра.- Санкт - Петербург, 1994.
8. Крапивник В., Усвицкий Будь сильным здоровым. - Москва, 1991.
9. Маханева М.Д. Здоровый ребенок. Рекомендации по работе в детском саду и начальной школе. Методическое пособие. – М.: «Аркти», 2004.
10. Нагдалян Н. Воспитание успешной личности через туристско-краеведческую деятельность. Материалы педагогической конференции специалистов Дворца молодежи. – Екатеринбург 2006.
11. Областная краеведческая программа «Каменный пояс». Министерство общего и профессионального образования свердловской области, объединение «Дворец молодежи». – Екатеринбург, 2001.
12. Рунова М. А. Двигательная активность ребёнка в детском саду: пособие для педагогов дошкольных учреждений, преподавателей и студентов педвузов и колледжей. - М.: Мозаика - Синтез, 2000.
13. Поломис К. Дети на отдыхе. - Москва, 1995.
14. Рыжова Н. А. Экологическое воспитание в детском саду. - М.: Карапуз, 2001.
15. Студеникин М. Я. Книга о здоровье детей. - Москва, 1986.