

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 4 комбинированного вида
Красносельского района Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТА

Педагогическим советом
Протокол № 2 от 26.09.2024 г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказом заведующего
Вяткиной О.Р.
№ 63- а от 26.09.2024 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа
«Весёлый рюкзачок»**

**Возраст учащихся 5-7 лет
Срок реализации – 1 года.**

**Николаева Ангелина Димитриевна
Педагог дополнительного образования**

Санкт-Петербург
2024

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Весёлый рюкзачок» (далее – Программа) разрабатывалась в соответствии с:

1. Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
2. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (письмо Министерства образования и науки Российской Федерации Минобрнауки России от 18.11.2015 №09-3242).
3. Распоряжение Комитета по образованию №617-р от 01.03.2017 «Об утверждении Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию».
4. Безопасность реализации программы обеспечивается в соответствии с требованиями:
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 года № 28 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха» (СанПиН 2.4.3648-20);
6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» и др.
7. Санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (сovid-19)", утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 №16.

Актуальность.

Туризм – вид социальной деятельности, направленный на укрепление здоровья, повышение физической тренированности, выносливости организма, познания и общения. Туризм неотделим от краеведческой работы, т.е. углубленного изучения во время походов истории, природы и культуры родного края – своей малой родины. Программа «Рюкзачок» рассчитана на детей 5 -7 лет и предусматривает проведение игровых занятий познавательно-двигательного характера, физкультурно-оздоровительной работы и активного отдыха детей, а также активизацию их самостоятельной деятельности. С детьми старшего дошкольного возраста используется простейший туризм и основы краеведения, пешие прогулки на природу как средства развития и приобщения детей к здоровому образу жизни, закладываются навыки патриотического воспитания. При реализации образовательной программы теоретические сведения воспитанников сообщаются в процессе игровых занятий. Занятия в объединении с дошкольниками строятся с учетом наглядно-действенного и наглядно-образного восприятия ребенком окружающего мира. Данная дополнительная общеобразовательная программа соотносится с тенденциями развития дополнительного образования и согласно Концепции развития дополнительного образования способствует:

- созданию необходимых условий для личностного развития обучающихся, позитивной социализации и профессионального самоопределения;
- удовлетворению индивидуальных потребностей, обучающихся в интеллектуальном, художественно-эстетическом, нравственном развитии, а также в занятиях физической культурой и спортом,

- формирование и развитие творческих способностей учащихся, выявление, развитие и поддержку талантливых учащихся;
- обеспечение духовно-нравственного, гражданского, трудового воспитания учащихся;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся. Актуальность программы заключается в том, что на современном этапе развития общества она отвечает запросам детей и родителей: формирует социально значимые знания, умения и навыки оказывает комплексное обучающее, развивающее, воспитательное и здоровье сберегающее воздействие, способствует формированию эстетических и нравственных качеств личности, приобщает детей к творчеству.

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 (А. С. Белкин, А. П. Беляева, М. Н. Берулава, Г. И. Ибрагимов, В. Д. Семёнов, Ю. С. Тюнников, И. П. Яковлев, Р. Ю. Белоусова, А. А. Чеменева);
- детская туристская деятельность является средством целостного развития ребёнка (Н. И. Бочарова, И.А. Водолажская, Т. П. Завьялова, И. И. Сулейманов и др.).

Авторы программы обращают особое внимание на следующие 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;
- здоровье формирующий — прогулки-походы, наполненные двигательной активностью, природные факторы (солнце, воздух и вода) оказывают на организм ни с чем не сравнимый оздоровительный эффект. Доказано, что продолжительное выполнение умеренной нагрузки в виде циклических упражнений (ходьба, передвижение на лыжах, велосипедах) способствует развитию такого ценного в оздоровительном плане физического качества, как выносливость;
- культурологический — средствами туризма ребёнок приобщается к отечественной культурной традиции, воспитывается как личность. Ценности родной культуры становятся для него личностно значимыми.

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

- внимание к рекреационной деятельности как к важному средству развития личности, сохранения и улучшения здоровья;
- необходимость научного осмысления феномена «рекреационная деятельность»;
- постоянство, непрерывность в поиске эффективных форм организации рекреационной деятельности;
- тесная взаимосвязь содержания и организации туристской деятельности с сезонными изменениями природы;
- принцип спиральности, 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.

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;
 - 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.

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.

Содержательный раздел программы

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.

– Указанные в содержании программы игры, упражнения, творческие задания подробно представлены в сценариях организованной образовательной деятельности.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на 1 год обучения по 33 часа в год.

Форма и режим занятий

- Формы проведения занятий: различные, индивидуальные, групповые, по подгруппам. День занятий выбирается в соответствии с расписанием образовательной деятельности и в соответствии с требованиями СанПиН.
- Время проведения занятий: занятия проводятся во второй половине дня, после дневного сна детей, согласно СанПиН, продолжительность занятий зависит от возраста детей:
 - Старшая группа – 25 минут
 - Подготовительная -30 минут
- **Условия приема детей:**
 - Прием в группу ведется по желанию детей и родителей (законных представителей)

Учебно-тематический план 5-7 лет

| № | Наименование темы | Количество часов |
|----|--|------------------|
| | Октябрь | |
| 1 | Организационное занятие. | 1 |
| 2 | Здравствуй, Рюкзачок. | 1 |
| 3 | О туризме и туристах. | 1 |
| 4 | Правила и тренировки. | 1 |
| 5 | Личное снаряжение туриста. | 1 |
| | Ноябрь | |
| 6 | Я и моё здоровье. | 1 |
| 7 | Природа родного края. | 1 |
| 8 | Путешествуем по карте. | 1 |
| 9 | Охраняй здоровье в походе. | 1 |
| | Декабрь | |
| 10 | Скорая помощь юному путешественнику. | 1 |
| 11 | Занимательная физкультура. | 1 |
| 12 | Игры Весёлого Рюкзачка. | 1 |
| 13 | Вместе с папой, вместе с мамой. | 1 |
| | Январь | |
| 14 | Народная мудрость на здоровье нам дана. | 1 |
| 15 | Зачем нужны карты? | 1 |
| 16 | Дорога к дому. | 1 |
| 17 | Мой край родной. Город, в котором мы живём. | 1 |
| | Февраль | |
| 18 | Лесные путешественники. | 1 |
| 19 | В поисках клада. | 1 |
| 20 | Что я видел по дороге домой? Игра-путешествие. | 1 |
| 21 | Турист на привале. | 1 |
| | Март | |

| | | |
|----|---|-----------|
| 22 | Сильные, смелые, ловкие. | 1 |
| 23 | Покажем Рюкзачку, что мы умеем. | 1 |
| 24 | Прогулка-поход «Весна в родном краю». | 1 |
| 25 | Новыми маршрутами. | 1 |
| | Апрель | |
| 26 | Мы готовимся к походу. Правила поведения в походе и на привале. | 1 |
| 27 | Собери рюкзак «Какие мы туристы» | 1 |
| 28 | Готовимся к дальним дорогам. | 1 |
| 29 | Прогулка-поход «Мы любим спорт». | 1 |
| | Май | |
| 30 | Пора в путь дорогу. | 1 |
| 31 | Полоса препятствия | 1 |
| 32 | Где мы были, что мы видели. | 1 |
| 33 | Итоговое занятие. | 1 |
| | Всего | 33 |

Календарный учебный график

| Год обучения | Дата начала обучения по программе | Дата окончания обучения по программе | Всего учебных недель | Количество учебных часов | Режим занятий |
|--------------|-----------------------------------|--------------------------------------|----------------------|--------------------------|---------------|
| 1 год | 01.10.2024 | 30.05.2025 | 33 | 33 | Среда |

Список литературы

1. А. А. Чеменева, А. Ф. Мельникова, В. С. Волкова. Парциальная программа рекреационного туризма для детей старшего дошкольного возраста «Весёлый рюкзачок»
2. 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.
3. Алексеев А. А. Питание в туристском походе. М., 1995.
4. Ашиков В.И., Ашикова С. Г. Семицветик. Программа и руководство по культурно-экологическому воспитанию и развитию детей дошкольного возраста. М., 1997.
5. Большакова Л. И. Воспитание у детей любви к родному краю // Детство. Отрочество. Юность. 2014. № 5/6. С. 1–6.
6. Бочарова Н. И. Туристские прогулки в детском саду: пособие для практических работников дошкольных образовательных учреждений. М., 2004.
7. Глазырина Л.Д., Овсянкин В. А. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста: Пособие для педагогов дошкольных учреждений. М., 1999.
8. Завьялова Т. П. Программа двигательной и познавательной деятельности с использованием средств туризма «Туристыта» (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. Куликов В. М. Походная туристская игротка. Сборник № 2. М., 1994.

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 4 комбинированного вида
Красносельского района Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТА

Педагогическим советом
Протокол № 2 от 26.09.2024 г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказом заведующего
Вяткиной О.Р.
№ 63- а от 26.09.2024 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа
«Весёлый рюкзачок»

Возраст учащихся 5– 7
лет Срок реализации –
1 год.

Николаева Ангелина Дмитриевна
Педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург

2024 г.

Пояснительная записка

- Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Весёлый рюкзачок» (далее – Программа) разрабатывалась в соответствии с:
8. Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
 9. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (письмо Министерства образования и науки Российской Федерации Минобрнауки России от 18.11.2015 №09-3242).
 10. Распоряжение Комитета по образованию №617-р от 01.03.2017 «Об утверждении Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию».
 11. Безопасность реализации программы обеспечивается в соответствии с требованиями:
 12. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 года № 28 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха» (СанПиН 2.4.3648-20);
 13. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» и др.
 14. Санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (сovid-19)", утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 N 16.

Актуальность.

Туризм – вид социальной деятельности, направленный на укрепление здоровья, повышение физической тренированности, выносливости организма, познания и общения. Туризм неотделим от краеведческой работы, т.е. углубленного изучения во время походов истории, природы и культуры родного края – своей малой родины. Программа «Рюкзачок» рассчитана на детей 5 -7 лет и предусматривает проведение игровых занятий познавательно-двигательного характера, физкультурно-оздоровительной работы и активного отдыха детей, а также активизацию их самостоятельной деятельности. С детьми старшего дошкольного возраста используется простейший туризм и основы краеведения, пешие прогулки на природу как средства развития и приобщения детей к здоровому образу жизни, закладываются навыки патриотического воспитания. При реализации образовательной программы теоретические сведения воспитанников сообщаются в процессе игровых занятий. Занятия в объединении с дошкольниками строятся с учетом наглядно-действенного и наглядно-образного восприятия ребенком окружающего мира. Данная дополнительная общеобразовательная программа соотносится с тенденциями развития дополнительного образования и согласно Концепции развития дополнительного образования способствует:

- созданию необходимых условий для личностного развития обучающихся, позитивной социализации и профессионального самоопределения;
- удовлетворению индивидуальных потребностей, обучающихся в интеллектуальном, художественно-эстетическом, нравственном развитии, а также в занятиях физической культурой и спортом,
- формирование и развитие творческих способностей учащихся, выявление, развитие и

поддержку талантливых учащихся;

- обеспечение духовно-нравственного, гражданского, трудового воспитания учащихся;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся. Актуальность программы заключается в том, что на современном этапе развития общества она отвечает запросам детей и родителей: формирует социально значимые знания, умения и навыки оказывает комплексное обучающее, развивающее, воспитательное и здоровье сберегающее воздействие, способствует формированию эстетических и нравственных качеств личности, приобщает детей к творчеству.

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 (А. С. Белкин, А. П. Беляева, М. Н. Берулава, Г. И. Ибрагимов, В. Д. Семёнов, Ю. С. Тюнников, И. П. Яковлев, Р. Ю. Белоусова, А. А. Чеменева);
- детская туристская деятельность является средством целостного развития ребёнка (Н. И. Бочарова, И.А. Водолажская, Т. П. Завьялова, И. И. Сулейманов и др.).

Авторы программы обращают особое внимание на следующие 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;
- здоровье формирующий — прогулки-походы, наполненные двигательной активностью, природные факторы (солнце, воздух и вода) оказывают на организм ни с чем не сравнимый оздоровительный эффект. Доказано, что продолжительное выполнение умеренной нагрузки в виде циклических упражнений (ходьба, передвижение на лыжах, велосипедах) способствует развитию такого ценного в оздоровительном плане физического качества, как выносливость;
- культурологический — средствами туризма ребёнок приобщается к отечественной культурной традиции, воспитывается как личность. Ценности родной культуры становятся для него личностно значимыми.

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

- внимание к рекреационной деятельности как к важному средству развития личности, сохранения и улучшения здоровья;
- необходимость научного осмысления феномена «рекреационная деятельность»;
- постоянство, непрерывность в поиске эффективных форм организации рекреационной деятельности;
- тесная взаимосвязь содержания и организации туристской деятельности с сезонными изменениями природы;
- 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 интерактивности, то есть тесная взаимосвязь экологического,

физкультурного образования и социокультурного развития детей.

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;
 - 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.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на 1 год обучения по 33 часа в год.

Форма и режим занятий

- Формы проведения занятий: различные, индивидуальные, групповые, по подгруппам. День занятий выбирается в соответствии с расписанием образовательной деятельности и в соответствии с требованиями СанПиН.
- Время проведения занятий: занятия проводятся во второй половине дня, после дневного сна детей, согласно СанПиН, продолжительность занятий зависит от возраста детей:
 - Старшая группа – 25 минут
 - Подготовительная -30 минут
- **Условия приема детей:**

– Прием в группу ведется по желанию детей и родителей (законных представителей)

Возрастные психофизические особенности развития ребенка 6-7 лет.

Физиологическое развитие

Начнем с изменений, которые касаются физиологического развития шестилеток. У них происходят следующие процессы: • продолжается формирование опорно-двигательного аппарата и сердечно-сосудистой системы; • совершенствуется центральная нервная система, идет дифференциация ее различных отделов; • улучшается моторика и координация движений. Это находит свое выражение в том, что у детей шестилетнего возраста: • повышается двигательная активность; •

увеличивается сила и скорость движений; • развивается способность выполнять несколько движений за одно упражнение; • совершенствуются имеющиеся двигательные навыки. Дети становятся более выносливыми, справляются с возросшими физическими нагрузками. Их организм готов к постепенной смене режима дня. Развитие психических процессов отмечается бурное развитие основных психических процессов. • Память остается произвольной, однако при тренировке ее продуктивность значительно повышается. Начинают формироваться приемы произвольного и логического запоминания. • Появляется способность к произвольному вниманию, однако, оно неустойчивое. Одновременное восприятие охватывает не больше 1-2 объектов. • Преобладает наглядно- и действенно-образное мышление. Начинает проявляться логическое мышление. • Дети способны анализировать, систематизировать и группировать объекты по различным признакам, устанавливают простые причинно-следственные связи. • Самостоятельно проявляют интерес к познанию, наблюдают, интересуются новой информацией. • Имеют базовый запас знаний об окружающем мире, на основе которого могут делать собственные выводы. • Могут проявлять волевые усилия, сосредотачиваться на деятельности, которая не вызывает особого интереса. • Очень развито воображение. Любят фантазировать, придумывают яркие ассоциации и образы. У детей складываются свои представления о красоте. Они любят рисовать, многие предметы изображают с прорисовкой всех деталей. Умеют использовать основные цвета, с их помощью передают эмоции. Интеллектуальное развитие Значительные изменения происходят в интеллектуальном развитии. Основным видом познавательной деятельности у детей 6-7 лет остается игра. Изменяются ее формы, содержание и уровень сложности. Дети играют с соблюдением правил. Преобладают подвижные и сюжетно-ролевые игры. Окружающий мир Ребенок 6-7 лет активно познает окружающий мир, задает много вопросов и сам строит собственные версии. Также: • хорошо ориентируется в пространстве; • интересуется, как и из чего сделаны предметы; • составляет собственное представление об устройстве окружающего мира; • умеет применять новые знания в жизненных ситуациях и играх; • легко понимает принцип действия сложных игрушек; • с легкостью учится новым действиям, совершенствует имеющиеся навыки. Речь продолжает развиваться звуковой аспект речи, формируются основы грамматики. Шестилетка должен уметь: • четко произносить все звуки; • строить предложения, правильно согласовывая между собой слова; • заучивать и декламировать стихотворения, пересказывать литературные произведения. Речь становится внятной, эмоционально окрашенной. Математика совершенствуются математические умения: • умеет считать до 10 и в обратном порядке; • понимает значение математических знаков, может, используя счетный материал, прибавлять и отнимать в пределах 10; • знает название основных геометрических фигур; • имеет

представление об объемных телах; • может оперировать такими соотношениями: «близко-далеко», «больше-меньше», «толще тоньше» и т.п. Дети могут выполнять несложные операции по заданному алгоритму. Способны исправлять собственные ошибки, корректировать свою деятельность. Социализация личности. С поступлением в школу ребенок начинает выполнять совершенно новую социальную роль — он становится учеником. Изменяются принципы общения со сверстниками и взрослыми, усложняется система требований, которые предъявляются к первоклассникам. Дети 6-7 лет способны управлять своими поступками, могут подчиняться личные интересы и мотивы коллективным целям. Малыш готов к расширению собственного микромира, он более охотно налаживает коммуникативные связи. В этот период завязываются первые дружеские отношения. У ребенка усложняются представления о собственном «Я», развивается способность к рефлексии, т.е. он может осознавать цели и мотивы, побуждающие его к действию, оценивать качество предпринятых им действий и полученные результаты. Отмечается устойчивая самооценка, которая чаще всего является немного завышенной. У шестилеток проявляется потребность в самовыражении, они стремятся привлечь к себе внимание. Причем дети делают это всеми доступными способами, даже с помощью негативных поступков. В этом возрасте ребенок очень огорчается любым неудачам. В 6-7 лет у малыша закладываются основы его будущего морального облика. Нравственное воспитание первоклассников формируется при непосредственном участии взрослых. Дети чутко реагируют на негативное оценивание родителями их поступков. Поэтому ребенок может начать врать, чтобы не расстраивать их и избежать наказания. Родители по-прежнему являются примером для подражания, малыш копирует их привычки и поведение. Шестилетки учатся управлять своими эмоциями, пытаются сдерживать слезы и агрессию (хотя это еще не всегда удается). Понимание того, что их окружает огромный и во многом непознанный мир приводит к формированию различных страхов, которые дети не могут контролировать. В таком возрасте происходит окончательная половая идентификация, и ребенок во всем придерживается ее (выбор друзей, игрушек, ролей в играх). Малыши уже хорошо владеют навыками самообслуживания, могут выполнять все основные гигиенические процедуры. Значительно возрастает доля их самостоятельности в быту и повседневной жизни. Дети в возрасте 6-7 лет достигают высокого уровня как познавательного, так и личностного развития, что является главным фундаментом для быстрого приспособления к школьной жизни и успешного обучения.

Календарно-тематическое планирование

| № | Темы занятий | Дата проведения занятия |
|----|--------------------------------------|-------------------------|
| 1 | Организационное занятие. | 02.10.2024 |
| 2 | Здравствуй, Рюкзачок. | 09.10.2024 |
| 3 | О туризме и туристах. | 16.10.2024 |
| 4 | Правила и тренировки. | 23.10.2024 |
| 5 | Личное снаряжение туриста. | 30.10.2024 |
| 6 | Я и моё здоровье. | 06.11.2024 |
| 7 | Природа родного края. | 13.11.2024 |
| 8 | Путешествуем по карте. | 20.11.2024 |
| 9 | Охраняй здоровье в походе. | 27.11.2024 |
| 10 | Скорая помощь юному путешественнику. | 04.12.2024 |

| | | |
|----|---|------------|
| 11 | Занимательная физкультура. | 11.12.2024 |
| 12 | Игры Весёлого Рюкзачка. | 18.12.2024 |
| 13 | Вместе с папой, вместе с мамой. | 25.12.2024 |
| 14 | Народная мудрость на здоровье нам дана. | 15.01.2025 |
| 15 | Зачем нужны карты? | 22.01.2025 |
| 16 | Дорога к дому. | 29.01.2025 |
| 17 | Мой край родной. Город, в котором мы живём. | 05.02.2025 |
| 18 | Лесные путешественники. | 12.02.2025 |
| 19 | В поисках клада. | 19.02.2025 |
| 20 | Что я видел по дороге домой? Игра-путешествие. | 26.02.2025 |
| 21 | Турист на привале. | 05.03.2025 |
| 22 | Сильные, смелые, ловкие. | 12.03.2025 |
| 23 | Покажем Рюкзачку, что мы умеем. | 19.03.2025 |
| 24 | Прогулка-поход «Весна в родном краю». | 26.03.2025 |
| 25 | Новыми маршрутами. | 02.04.2025 |
| 26 | Мы готовимся к походу. Правила поведения в походе и на привале. | 09.04.2025 |
| 27 | Собери рюкзак «Какие мы туристы» | 16.04.2025 |
| 28 | Мы готовимся к походу. Правила поведения в походе и на привале. | 23.04.2025 |
| 29 | Готовимся к дальним дорогам. | 30.04.2025 |
| 30 | Пора в путь дорогу. | 07.05.2025 |
| 31 | Прогулка-поход «Мы любим спорт». | 14.05.2025 |
| 32 | Где мы были, что мы видели. | 21.05.2025 |
| 33 | Итоговое занятие. | 28.05.2025 |
| | Итог | 33 часа |