

Муниципальное автономное образовательное учреждение
«Центр дополнительного образования»

Рассмотрена на
Заседании МС № 1
"02 " сентября 2025 г

Утверждена приказом
директора МАОУ «ЦДО»
Чебыкиной Т.А.
"04" сентября 2025 г. № 175-од

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Школа туристенка»
(туристско-краеведческая направленность)

Для детей 6-7 лет
Срок реализации 1 год

Составитель:
Куприянова Людмила
Владимировна, заместитель
директора,
Бодунов Александр Сергеевич,
педагог дополнительного
образования

1. Основные характеристики

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Школа туристенка» туристско-краеведческой направленности.

Актуальность программы.

Основанием для проектирования и реализации данной общеразвивающей программы служит перечень следующих нормативных правовых актов и государственных программных документов:

1. Федеральный Закон от 12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее — ФЗ).

2. Федеральный закон Российской Федерации от 07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.).

3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р.

4. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (распоряжение Правительства Российской Федерации от 05.2015 № 996-р).

5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 09.2020 № 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).

6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее — Порядок).

7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

8. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».

9. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 06.2023 № 785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ в соответствии с социальным сертификатом».

10. Устав МАОУ «ЦДО».

Данная программа направлена на развитие познавательной активности и начальное овладение туристическими навыками, формирование представлений о себе, о культуре здорового образа жизни, родном крае, малой родине, физическое воспитание.

Адресат общеразвивающей программы. Программа «Школа туристенка» составлена для детей 6-7 лет и ориентирована на уровень подготовки и возрастные особенности обучающихся.

Старший дошкольный возраст 6-7 лет - период познания мира человеческих отношений, творчества и подготовки к следующему, совершенно новому этапу в его жизни - обучению в школе. У детей в возрасте от 6 до 7 лет совершенствуются все стороны речи: словарный запас, грамматический строй, речевой слух и навыки звукового анализа, связной речи, интонационной выразительности. Игра является ведущим видом деятельности дошкольника.

Это период активного эмоционального познания окружающей действительности. Факты окружающей жизни, которые ребёнок получает в процессе занятий туризмом, встраиваются в его картину мира и способствуют образованию целостной концепции жизни и своего места в ней. Происходит формирование первоначальных навыков выживания в природной среде. Благодаря постоянному перемещению по местности, умению пользоваться картой и компасом, активному участию в играх и туристических состязаниях развивается пространственная ориентация, умение действовать по предложенному плану, самостоятельно выполнять поставленную умственную задачу, правильно оценивать результат своей деятельности. Так же, происходит совершенствование всех физических качеств — быстроты, ловкости, выносливости, гибкости, силы, ориентировки в пространстве.

Режим занятий.

Продолжительность одного академического часа - 30 минут. Перерыв между занятиями - 10 минут. Число детей, одновременно находящихся в группе 10 человек.

Общее количество часов в неделю – 2 часа. Занятия проводятся 1 раз в неделю.

Объем общеразвивающей программы составляет 72 часа.

Срок освоения общеразвивающей программы 1 год (36 недель).

Особенности организации образовательного процесса.

Формы обучения: очная, фронтальная, индивидуальная, индивидуально-групповая.

При обучении применяются различные **виды занятий:** беседы, интеллектуально-познавательная, сюжетно-ролевая игры.

Для детей применяются игровые методы обучения с элементами туризма и ориентирования (даются первоначальные знания о компасе, топографических знаках, узлах, личном и групповом снаряжении, начальные сведения из ориентирования).

Физкультурно-оздоровительная работа представлена в форме туристских прогулок, активного отдыха – это различные туристские развлечения (фестиваль походной песни, день здоровья, «Мульти-старты», «Малые олимпийские игры», «Малый туристический слет»).

На занятиях предусматриваются следующие **формы подведения итогов реализации общеразвивающей программы:**

- познавательная игра;
- наблюдение;

- малый туристический слет.

1.2. Цели и задачи общеразвивающей программы

Цель: Развитие познавательной и физической активности детей дошкольного возраста с использованием элементарных средств туризма.

Задачи:

Образовательные:

- научить детей первоначальным туристическим навыкам (основы техники пешеходного туризма, приемы техники безопасности);
- расширить знания о природе, достопримечательностях родного края;

Воспитательные:

- воспитание патриотизма;
- воспитание чувства товарищества и коллективизма;
- способствовать формированию позитивных жизненных ценностей в процессе туристско - краеведческой деятельности.
- формировать чувства ответственности за состояние окружающей среды и стремления к ее охране;

Развивающие:

- развитие познавательной активности;
- развитие координационных способностей и выносливости;
- укрепление и развитие физического здоровья детей;

1.3. Содержание общеразвивающей программы

Программа включает следующие разделы:

1. «Туристы открывают родной край».
2. «Туристы готовятся в поход».
3. «Здоровье и физкультура для туристов».

Учебный (тематический) план

№	Название раздела/темы	Кол-во часов	В том числе:		Форма аттестации/ контроля
			Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	1	1	Входная диагностика
	Раздел «Туристы открывают родной край»				
2.	Земля – наш общий дом	4	1	3	Наблюдение
3.	Природа – наш друг	4	1	3	Познавательная игра
4.	Натуралист – кто он	4	1	3	
5.	Растения родного края	4	1	3	Познавательная игра
6.	Животные родного края	4	1	3	
7.	Мой край родной. Поселок, в котором мы живём	4	1	3	Наблюдение
	Раздел «Туристы готовятся в поход»				
8.	Безопасный поход	4	1	3	

9.	Снаряжение и уход за ним	4	1	3	
10.	Пешая прогулка	4	1	3	
11.	Костры и их назначение	2	1	1	
12.	Схемы, планы, карты, узлы	4	1	3	Познавательная игра
	Раздел «Туристы знакомятся со спортивным туризмом»				
13.	Спортивный туризм как вид спорта	2	1	1	Наблюдение
14.	Снаряжение для спортивного туризма. Виды и назначение	4	1	3	Наблюдение
15.	Техника безопасности	2	1	1	Познавательная игра
	Раздел «Здоровье и физкультура для туристов»				
16.	Я и мое здоровье	4	1	3	
17.	Здоровье в походе	2	1	1	
18.	Занимательная физкультура	6	1	5	
19.	Малый туристический слет	6	1	5	Наблюдение
20.	Итоговое занятие	2	-	2	
Общее количество часов:		72	19	53	

Содержание программы

Тема 1. Вводное занятие.

Теория. Знакомство учащихся с программой «Школа туристенок». Цели и задачи, содержание Программы. Инструктаж по технике безопасности на занятиях.

Практика. Игра на знакомство. Входная диагностика (собеседование).

Раздел «Туристы открывают родной край».

Тема 2. Земля – наш общий дом.

Теория. Земля – наш общий дом, в котором живут звери птицы, рыбы, насекомые, человек часть природы, как на жизнь человека и животных влияют чистота, водоёмов, почвы и воздушной среды.

Практика. Познавательная игра.

Тема 3. Природа – наш друг.

Теория. Объекты живой и неживой природы, растительность леса, дикие животные, птицы. Зависимость жизнедеятельности обитателей леса от изменений в природе. Природа, как источник познания, вдохновения и эстетического наслаждения. Откуда мы узнаём о природе: наши любимые книги и фильмы о природе. Правила поведения в местах отдыха (в скверах, парках, на пляжах).

Практика. Обсуждение того, что непозволительно делать с природой («Вот это — ели, а здесь мы... ели!»). Прогулка по парку, наблюдение за обитателями. Рисунок на тему «Друзья природы».

Тема 4. Натуралист – кто он.

Теория. Люди, которые заботятся о растениях и животных (ботаники, охотники, лесники, зоологи). Знакомство с профессиями, связанными с природоохранной деятельностью. Кто такой турист? Кто такой путешественник? Истории о путешествиях и путешественниках.

Практика. Загадки о туризме, произведения малого фольклорного жанра. Решение логических заданий: ребусы, кроссворды, викторины. «Что мы привезли с собой из путешествия?» (сувениры, открытки, билеты, брелоки, магниты, игрушки, туристские карты). Рассказы детей о путешествиях и поездках. Презентация о путешествии (совместная работа с родителями). Выставка детского рисунка «Я путешественник».

Тема 5. Растения родного края.

Теория. 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. Названия лекарственных растений родного края.

Практика. Прослушивание стихов и рассказов о природе, просмотр обучающих фильмов. Участие в викторине. Зарисовки растений.

Тема 6. Животные родного края.

Теория. Среда их обитания (горы, пещеры, овраги, деревья, пни). Внутреннее строение животных, их поведение и повадки. Что общего у животных и человека? Как животные приспосабливаются к среде обитания? Группы животных (травоядные, хищники, всеядные).

Практика. Составление Красной книги родного края (редко встречающиеся растения и животные). Зарисовки животных. Дидактическая игра «Узнай по следу». Разбор различных ситуаций и др.

Тема 7. Мой край родной. Поселок, в котором мы живём

Теория. Возникновение и развитие поселка: первоначальные поселения, исторические здания, строительство и происхождение названия. Сведения о местных достопримечательностях, промышленных предприятиях, учреждениях культуры и быта. Улицы. Как они называются? В честь кого названы?

Практика. Просмотр фильма по теме «Мой поселок». Создание уголка, посвящённого истории города. Участие в викторине «Артинский завод», экскурсия в исторический музей поселка.

Раздел «Туристыта готовятся в поход»

Тема 8. Безопасный поход

Теория. Правила безопасного поведения в туристических прогулках. Почему в поход нужно ходить только со взрослыми? Любимые места семейного отдыха. Обязанности членов семьи в походе. Правила поведения на природе для всей семьи. 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).

Практика. Игры и совместные занятия детей и родителей в походе. Конкурсы и развлечения. Упражнения по ориентированию по территории и на прогулке.

Тема 9. Снаряжение и уход за ним

Теория. Требования к снаряжению, уход за ним. Знакомство с рюкзаком. Правила укладки рюкзака и уход за ним. «В поход иду, и дом несусь, в котором дома не живу». Палатка, её назначение. Снаряжение туриста. Что такое «КЛМН» (кружка, ложка, миска, нож).

Практика. Подготовка личного снаряжения, выбор места для лагеря, установка палатки. Ориентирование в пространстве по плану. Дидактическая игра «Собираем рюкзак». Демонстрация укладки рюкзака, установка палатки. «Мульти-старты».

Тема 10. Пешая прогулка

Теория. Набор для пешей прогулки похода. Походный строй. Движение группы на маршруте – соблюдение дистанции, темпа, режима движения. Правила передвижения (функции направляющего, замыкающего). Как нужно ходить по склону, в лесу, у реки?

Практика. Тренировки во время экскурсии, прогулок по закреплению правил передвижения в походе: гуськом, переход дороги шеренгой. Оздоровительная прогулка-поход «Вот моя улица, вот и мой дом». Экологическая прогулка по тропе природы. Прогулка-поход «В гости к Золотой Осени». Прогулка-поход «Зимние тропинки».

Тема 11. Костры и их назначение

Теория. Принадлежности для костра. Типы костров их назначение. Безопасность в обращении с костром (им занимаются только взрослые). Почему не заросла «рана» от костра? Пожарная безопасность в лесу.

Практика. Укладка макетов различных типов костров. Просмотр обучающих видеороликов. Экскурсия в пожарную часть.

Тема 12. Схемы, планы, карты, узлы

Теория. Назначение карты, виды карт: общегеографическая, топографическая, простейшие топографические знаки, нахождение на карте, условные запрещающие и разрешающие знаки. Работа с простейшими схемами, планами, отражающими реальное пространство. Первое знакомство с компасом.

Практика. Упражнения по схемам. Игра «Угадай знак». Дидактические игры с планом маршрута, с планом комнаты «Найди место игрушки», «Нарисуй, что есть у нас в комнате», «Расставь игрушки, как я скажу». Игры — состязания на местности «Найти клад». Работа с топографической картой: как изображается хвойный, лиственный, смешанный лес, тропинка. Составление простейшего плана. Игра с планом помещения и прилегающей территории «Вот моя улица — вот и мой дом», «Я иду в магазин».

Раздел «Туристы знакомятся со спортивным туризмом»

Тема 13. Спортивный туризм как вид спорта

Теория. Особенности туризма, объединяющего физическую

активность и путешествие. Пешеходный, горный, водный туризм.

Практика. Тренировки во время прогулки по закреплению правил спортивного туризма.

Тема 14. Снаряжение для спортивного туризма. Виды и назначение

Теория. Личное снаряжение: рюкзак с накидкой от дождя, спальный мешок, туристический коврик и сидушка, солнцезащитные очки, треккинговые палки. Групповое снаряжение: палатка, горелка для приготовления пищи, котелки, ветрозащитный экран для горелки, аптечка, ремнабор. Хранение и уход за снаряжением.

Практика. Подготовка личного снаряжения – складывание спального мешка, туристического коврика. Мини-старты.

Тема 15. Техника безопасности

Теория. Способы преодоления препятствий и обеспечения безопасности, ориентирование на местности, оказание первой помощи.

Практика. Дидактическая игра «Оказание первой помощи».

Раздел «Здоровье и физкультура для туристов»

Тема 16. Я и моё здоровье

Теория. Органы пищеварения, дыхания, кровообращения. Мышцы, кости и суставы, их прочность. Руки и ноги — «рабочие инструменты» человека. Гигиена и уход за ними в походе (выполнение физических упражнений, содержание в чистоте, использование удобной обуви, если необходимо, то и специальной). Что такое здоровье? Почему человек болеет? Закаливающие процедуры. Зимний лесной воздух, его оздоравливающее значение.

Практика. Комплекс упражнений юного туриста, укрепляющий организм. Комплекс упражнений на гибкость; на растяжку; Комплекс «Утренняя зарядка». «Малые олимпийские игры». Дидактическая игра «День здоровья».

Тема 17. Здоровье в походе

Теория. Нормы и правила поведения на природе. Опасности, подстерегающие юного туриста в прогулках-походах. Почему нельзя пить из водоёмов, рвать и пробовать на вкус незнакомые грибы, ягоды, травы. Почему нельзя трогать детёнышей животных и птиц. Опасность, которую представляют мамы детёнышей для людей. Лекарство под ногами — подорожник. Как можно применить лекарственные травы? Первая медицинская помощь. Что такое походная медицинская аптечка.

Практика. Отработка норм и правил поведения на природе. Тематические подвижные игры с элементами туристской техники «Перевяжи руку, ногу, голову», «Собери походную аптечку», «Собери лекарственные растения, которые тебе встретятся на пути».

Тема 18. Занимательная физкультура

Теория. Физическая подготовка юного туриста. Контроль. Самоконтроль. Пешеходный туризм и его особенности. Закаливание – польза или вред.

Практика. Общеразвивающие упражнения. Подвижные игры. Тренировочные занятия. Спортивные игры с бегом и прыжками. Специальная

подготовка (практические занятия по обучению ходьбе в колонне по одному с соблюдением дистанции, развитию ловкости, выносливости); Преодоление естественных препятствий природного характера (овраг, ручеёк, бревно) с использованием техники общеразвивающих упражнений (ползание, лазание, равновесие, прыжки). 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. Спортивные игры и упражнения, способствующие развитию выносливости, силы, быстроты: «Полоса препятствий», «Переправа через болото», «Пробеги — не упади». Игры на создание эмоционального комфорта; Игры на развитие коммуникативных навыков в различных ситуациях общения со сверстниками.

Тема 19. Малый туристический слет

Теория. Виды туристических соревнований. Организация слета. Его назначение, основные этапы. Как соревнуются туристы.

Практика. Отработка туристических навыков в игровой форме на слете. Разучивание туристической песни. Фестиваль походной песни.

Тема 20. Итоговое занятие

Практика. Итоговая познавательная игра «Я - туристенок».

1.4. Планируемые результаты

Предметные:

- усвоение детьми первоначальных туристических навыков (основы техники пешеходного туризма, приемы техники безопасности);
- расширение знаний о природе, достопримечательностях родного края;

Личностные:

- развитие координационных способностей и выносливости;
- укрепление и развитие физического здоровья детей;
- воспитание патриотизма;
- воспитание чувства товарищества и коллективизма;

Метапредметные:

- формирование позитивных жизненных ценностей в процессе туристско - краеведческой деятельности.
- воспитание чувства ответственности за состояние окружающей среды и стремления к ее охране;

2. Организационно-педагогические условия

2.1. Календарный учебный график

№ п/п	Основные характеристики образовательного процесса	
1	Год обучения	1
	Дата начала обучения	15 ноября
	Дата окончания обучения	31 мая
	Количество учебных недель	28
2	Количество учебных дней	28
3	Количество часов в неделю	2
4	Количество часов по КДОП	56

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое, информационное обеспечение программы:

- просторное помещение для проведения занятий, игр;
- мебель: столы, стулья, шкафы для хранения пособий;
- компьютер, проектор;
- доска магнитная;
- реквизиты для проведения игр и бесед;
- наличие методических разработок и папок с дидактическими

материалами.

1. Карабины туристические – 10 шт.
2. Индивидуальная страховочная система – 3 шт.
3. Веревка 10 мм – 10 м
4. Различные типы карт
5. Рюкзак – 5 шт.
6. Палатка туристическая четырехместная – 3 шт.
7. Коврик теплоизоляционный – 10 шт.
8. Компас – 3 шт.
9. Каска туристическая – 5 шт.

Кадровое обеспечение: педагог дополнительного образования, имеющий курсы повышения квалификации, профессиональную переподготовку.

2.3. Формы аттестации/контроля

Результаты учебно-воспитательной деятельности отслеживаются путем проведения входного, промежуточного и итогового этапов аттестации учащихся. Целью **входной аттестации** является определение уровня подготовки учащихся в начале цикла обучения, т.е. начальное диагностирование в форме собеседования.

Критерии оценивания ответов на вопросы собеседования:

- 90% и более - отлично;
- 70-90% - хорошо;
- 50-60% - удовлетворительно;
- менее 50% - неудовлетворительно.

Текущий контроль проводится в середине учебного года (в феврале) с целью определения уровня усвоения дополнительной общеразвивающей программы.

Итоговая аттестация проводится в конце учебного года (в мае).

Критерии оценивания ответов на вопросы:

- 90% и более - отлично;
- 70-90% - хорошо;
- 50-60% - удовлетворительно;
- менее 50% - неудовлетворительно.

3. Список литературы

Литература для педагога

1. Бабкин А.В. Специальные виды туризма - Р-н-Д: Феникс, 2010 г.

2. Демиус В.А. Большая книга узлов. Рыбацкие, охотничьи, морские, туристские, альпинистские, бытовые. – Б. «Клуб семейного досуга» 2014 г.
3. Дурович А.П. «Организация туризма» Минск: Современная школа. 2010 г.
4. Константинов Ю.С., Куликов В.М. Педагогика школьного туризма: Учебно-методическое пособие. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2002.
5. Портал знатоков и любителей Урала // Природа (Электронный ресурс). Режим доступа: <https://uraloved.ru/naturalist>.

Литература для учащихся

1. Демиус В.А. Большая книга узлов. Рыбацкие, охотничьи, морские, туристские, альпинистские, бытовые. – Б. «Клуб семейного досуга» 2014 г.
2. Константинов Ю.С., Куликов В.М. Педагогика школьного туризма: Учебно-методическое пособие. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2002.
3. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И.А. Полевые туристские лагеря. Учебно-методическое пособие. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000.
5. Ураловед. Портал знатоков и любителей Урала // Природа (Электронный ресурс). Режим доступа: <https://uraloved.ru/naturalist/redkosti>