

## Сообщение «**Парциальная программа дошкольного рекреационного эколого-оздоровительного туризма «ВЕСЕЛЫЙ РЮКЗАЧОК».**

Белова Елена Викторовна, методист,  
Мосенкова Елена Александровна, старший воспитатель,  
МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 16» (дошкольное отделение).

Парциальная программа дошкольного рекреационного эколого-оздоровительного туризма «Весёлый Рюкзачок» рассчитана на детей 5-7 лет. Программу можно использовать в организованной образовательной деятельности по познавательному, речевому, социально-коммуникативному и физическому развитию в соответствии с темой, указанной в перспективном плане (два раза в неделю).

Срок реализации программы - два года.

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

Программа включает следующие разделы:

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

Необходимость разработки программы продиктована значимостью дошкольного детства как начального этапа формирования личности человека, воспитания у него ответственного отношения к окружающей природной и социальной среде. Современные условия жизни и образования предъявляют высокие требования к уровню психофизического состояния и общекультурной готовности ребёнка при переходе из детского сада в общеобразовательную школу. В связи с этим растёт необходимость в таких подходах к оздоровлению детей, которые могли бы не только повышать физическую подготовленность дошкольников, но и одновременно развивать их интеллектуальные, познавательные способности, социальную компетентность.

Анализ специальной литературы и наш практический опыт показали, что одним из таких подходов является использование элементов туризма в работе с дошкольниками. Однако практика показывает, что используются они в детских садах в основном бессистемно, для решения изолированных друг от друга целей: познавательных, воспитательных, оздоровительных. Туризм не только совершенствует двигательную сферу ребёнка, но и формирует его личностные качества, создаёт социальные ситуации развития дошкольника. Возможности туризма ещё не полностью оценены в дошкольном образовании. Мы полагаем, что это связано с тем, что не разработана программа комплексного использования туризма в условиях ДОО.

**Туризм** - особый вид социальной деятельности человека, направленный на укрепление здоровья, повышение физической тренированности, выносливости организма, познание и общение. Проанализировав специальную литературу, мы выделили следующие виды туризма:

- **спортивный** - вид спорта, в основе которого лежат соревнования на преодоление разных по трудности препятствий в природной среде (дороги и тропы с различным

покрытием, бездорожье, переправы, перевалы, вершины, пороги, каньоны, пещеры) и на искусственном рельефе;

- **рекреационный** - связан с передвижением людей в свободное время в целях отдыха, для восстановления их физических и душевных сил;

- **краеведческий** - посвящен изучению историко-культурного потенциала страны, её социокультурной среды, особенностей бытовой и хозяйственной деятельности;

- **историко-культурный** - наиболее широко распространённый вид активного познавательного отдыха, основанный на интересе к природному и историко-культурному наследию во всём его разнообразии;

- **эколого-оздоровительный** - туризм, обращенный к природе, не наносящий ей ущерба, нацеленный на экологическое образование и просвещение, формирование дружественных отношений с природой, использование её здоровьесформирующих ресурсов.

**Спортивный туризм** невозможен в дошкольном детстве, так как имеет возрастные ограничения, требует профильного обучения и сопряжён с рисками профессионального спорта. Поэтому авторы программы ставят акцент на рекреационном, эколого-оздоровительном и краеведческом туризме.

Основная форма организации рекреационного туризма - **прогулки-походы**, предполагающие кратковременное пребывание на природе, ознакомление с объектами ближайшего социального окружения, овладение элементарными туристскими навыками.

В туристской деятельности заложены широкие возможности для развития и воспитания дошкольников: в ходе тематических прогулок, экскурсий, походов ребёнок узнаёт свою страну, а начинает познание со своей малой родины. При этом процесс познания происходит и предметно-наглядной, активной форме. Окружающие мир предстаёт ребёнку непосредственно: он его видит, слышит, осязает. Образы, получаемые из внешнего мира, всегда более яркие, эмоционально-насыщенные, запоминающиеся, чем «книжные», т.е. что предстают на страницах книг, учебных пособия. Кроме того, туризм как средство оздоровления характеризуется общедоступностью и рекомендован практически каждому ребёнку при отсутствии у него серьёзных патологий. Универсальность туризма состоит в том, что он всесезонен.

Потенциал природной и социальной окружающей среды должен быть использован для обогащения жизненного опыта ребёнка, для воспитания гражданина своей Родины, большой и малой.

#### **Характеристики особенностей детей старшего дошкольного возраста, значимые для разработки и реализации программы**

Старший дошкольный возраст представляется нам особенно подходящим для туристской деятельности из-за большой пластичности нервной системы ребёнка, её податливости влияниям внешней среды.

Старший дошкольник уже овладел основными видами движений, он завершает освоение специализированных локомоций и переходит к освоению новых комбинаций движений и упражнений, зависящих от ситуаций детской деятельности (двигательного творчества, игры, преодоления препятствий). На основе совершенствования органов чувств и движений происходит развитие моторики, физических качеств личности. Ребёнок пробует самостоятельно и творчески использовать навыки двигательной деятельности в постоянно меняющихся условиях окружающей среды.

По данным современных исследований, именно старший дошкольный возраст является наиболее важным для формирования движений, так как строение, функции и взаимодействие различных органов и систем достигают в этот период своего совершенства. Однако Д. И. Фельдштейн отмечает недостаточную сформированность мелкой моторики современных детей, что указывает на неразвитость соответствующих мозговых структур, в том числе отвечающих за произвольность.

Ребёнок старшего дошкольного возраста активно осваивает окружающий мир. Это становится возможным благодаря пластичности нервной системы, интенсивному созреванию мозжечка, подкорковых образований, коры головного мозга, завершению дифференциации центров ассоциативных зон, улучшению механизма сопоставления слова с воспринимаемой действительностью, развитию кинестетического контроля.

### **Принципы и подходы к формированию программы**

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;

- лично-деятельностный – благодаря интересно составленной познавательной и двигательной деятельности в природных и социокультурных условиях у детей формируется интерес к занятиям туризмом и физической культурой, к здоровому образу жизни;

- здоровьесформирующий — прогулки-походы, наполненные двигательной активностью, природные факторы (солнце, воздух и вода) оказывают на организм ни с чем не сравнимый оздоровительный эффект. Доказано, что продолжительное выполнение умеренной нагрузки в виде циклических упражнений (ходьба, передвижение на лыжах, велосипедах) способствует развитию такого ценного в оздоровительном плане физического качества, как выносливость;

- культурологический — средствами туризма ребёнок приобщается к отечественной культурной традиции, воспитывается как личность. Ценности родной культуры становятся для него лично 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 (сезонность);

- принцип спиралевидности, то есть постепенное усложнение задач, которые ставятся перед детьми, и частичное возвращение к ранее изученному содержанию;

- непрерывность в изучении основ рекреационного туризма, в развитии познавательных интересов, коммуникативных способностей, формировании физической подготовленности детей на разных ступенях дошкольного детства; - принцип интегративности, то есть тесная

взаимосвязь экологического, физкультурного образования и социокультурного развития детей.

### **Цели и задачи реализации программы**

#### **Цели программы**

- целостное развитие личности ребенка средствами рекреационного, эколого-оздоровительного, краеведческого туризма;
- формирование мотивации к самостоятельной двигательной и эколого-познавательной деятельности;
- освоение детьми ценностей общества, природы, здоровья, физической культуры.

#### **Общие задачи программы.**

**Оздоровительные:** создавать условия для укрепления здоровья детей, закаливания организма, активного отдыха; расширять адаптационные и функциональные возможности детей.

#### **Образовательные:**

- способствовать формированию первичных представлений о малой родине и Отечестве, о социокультурных ценностях нашего народа, устойчивого интереса к природе родного края, к окружающему миру;
- содействовать освоению знания 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 (от 5 до 6 лет). «Первые тропинки»**

#### **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;

***туристические:***

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 — улице, 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 приемам 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 (от 6 до 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;

***Туристические:***

- 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 необходимому 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.

**Список использованной литературы**

1. Методические рекомендации по организации прогулок-походов. К.Ю. Белая, Е.А. Каралашвили, Л.И. Павлова//«Справочник старшего воспитателя дошкольного учреждения» № 10/ октябрь 2013, с.10
2. Методические рекомендации по организации спортивных прогулок», К.Ю. Белая, Е.А. Каралашвили, Л.И. Павлова// «Справочник старшего воспитателя дошкольного учреждения» № 11/ ноябрь 2013, с.4

3. Парциальная программа рекреационного туризма для детей старшего дошкольного возраста «Веселый рюкзачок» / А.А. Чеменева, А.Ф. Мельникова, В.С. Волкова. – М.: ООО «Русское слово – учебник», 2017. – 80 с.

4. Примерные сценарии прогулок-походов и спортивных прогулок представлены в журнале «Справочник старшего воспитателя дошкольного учреждения» № 10/ октябрь 2013, № 11/ ноябрь 2013.

5. Сценарии образовательной деятельности по дошкольному рекреационному туризму 5-6 лет: парциальная программа «Веселый рюкзачок»: методическое пособие / А.А. Чеменева, А.Ф. Мельникова, В.С. Волкова. – М.: ООО «Русское слово – учебник», 2019. – 144 с.