

Управление образования администрации города Свободного
муниципальное дошкольное образовательное автономное учреждение
детский сад № 7 города Свободного
(МДОАУ д/с № 7 г. Свободного)

ПРИНЯТО:
Педагогическим советом
МДОАУ д/с № 7 г. Свободного
Протокол № 2/1 от 25.03. 2025г.

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий
МДОАУ д/с № 7 г. Свободного
 Т.В. Погорелова
Приказ № 45 от «25» 03 2025г.

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Туристыята»**

Возраст обучающихся: 6 лет
Направленность: туристско-краеведческая
Срок реализации: 1 год (64 часа)
Уровень: ознакомительный

Составитель программы:
Холодная Анастасия Александровна,
инструктор по физической культуре

г. Свободный
2025 год

Содержание программы

1. Комплекс основных характеристик программы	3
1.1 Пояснительная записка	3
1.2 Цель и задачи	7
1.3 Содержание программы	8
1.4 Планируемые результаты	10
2. Комплекс организационно–педагогических условий.....	10
2.1 Календарный учебный график	10
2.2 Условия реализации программы	17
2.3 Формы аттестации	20
2.4 Оценочные материалы.....	21
2.5 Методические материалы.....	21
2.6 Рабочая программа воспитания	22
2.7 Календарный план воспитательной работы	24
Список литературы.....	26
Приложение № 1.....	29
Приложение № 2.....	30
Приложение № 3.....	31
Приложение № 4.....	32
Приложение № 5.....	33
Приложение № 6.....	34
Приложение № 7.....	35
Приложение № 8.....	36
Приложение № 9.....	37
Приложение № 10.....	38
Приложение № 11.....	39
Приложение № 12.....	40
Приложение № 13.....	41
Приложение № 14.....	42
Приложение № 15.....	44
Приложение № 16	45
Приложение № 17.....	46

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка

Нормативно-правовая документация:

1. Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;

2. Указ Президента РФ от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;

3. Федеральный закон РФ от 31.06.2020 № 304-ФЗ О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;

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

5. Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ (ред. от 30.12.2020) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;

6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

7. Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.22 № 678-р);

8. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении информации» (Вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ» (включая разноуровневые программы));

9. Письмо Минпросвещения России от 29.09.2023 № АБ-3935/06 «О методических рекомендациях» (вместе с методическими рекомендациями по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений);

10. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);

11. Постановление главного государственного врача Российской Федерации об утверждении санитарных правил С.П.2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» от 28.09.2020 №28;

12. 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» (рзд.VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);

13. Региональный модельный центр дополнительного образования детей Амурской области «Методические рекомендации по разработке и реализации дополнительных общеразвивающих программ» - Утверждены на заседании Ученого совета протокол № 1 от 24.02.2022;

14. Устав и локальные акты учреждения.

Актуальность

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Туристы» туристско-краеведческой направленности актуальна, потому что создаёт условия для вовлечения детей в туристскую и краеведческую деятельность в целях изучения, как малой Родины и региона, так и России в целом посредством организации походных, экскурсионных, проектно-исследовательских и других форм работы (семейные походы, слёты, целевые прогулки).

Программа является проводником в воспитании гражданственности и патриотизма и позволяет развивать физические качества детей, а также воспитывает трудолюбие и ответственность.

Отличительные особенности программы. Новизна.

Особенность программы заключается в раннем приобщении детей к туристско-краеведческой деятельности с дошкольного возраста.

Занятия проводятся в сотрудничестве с социальными организациями-

партнёрами и с юными наставниками «старшие дети и дети дошкольного возраста», а также соучастниками учебных занятий являются родители обучающихся.

Доступно обучение детей с задержкой психического развития и занятия для них организуются как совместно с другими обучающимися, так и отдельно.

Программа имеет интегрированный характер, так как объединяет занятия по туристско-краеведческой деятельности и занятия по общей физической подготовке, и занятия по окружающему миру.

Программа является практико-ориентированной, обеспечивает высокую познавательную активность в овладении необходимыми практическими знаниями и коммуникативными умениями.

Процесс обучения сочетает в себе использование игровой и проблемной технологии, элементы проектных методов обучения, технологию моделирования и здоровьесберегающую технологию.

В условиях программы осуществляется вовлечение обучающихся на раннюю профориентацию по ознакомлению с профессиями и должностями: экскурсовод по тематическим выставкам, руководитель похода, медработник, реммастер, завхоз, краевед, фотограф, костровой, штурман по пешему походу, корреспондент, исследователь.

В дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе отражён региональный компонент: знакомство с памятниками, с культурой и с экологическими объектами города Свободного.

Программа состоит из упражнений на формирование внутригрупповых дружеских связей, раскрытие личностного потенциала и лидерских качеств каждого ребенка, формирование чувства ответственности и взаимопомощи, и ведения диалога.

Обучающиеся по программе «Туристыята» принимают участие в муниципальном туристском слёте среди детей старшего дошкольного возраста. При успешном освоении программы участники награждаются отличительным знаком «Первый поход» согласно Положению о системе поощрения в детско-юношеском туризме РФ от 26.12.2022 года.

Адресат программы

Программа «Туристыята» рассчитана на обучение и воспитание детей в

возрасте 6 лет.

К занятиям по данной программе привлекаются дети с задержкой психического развития по желанию родителей, по рекомендации педиатра и по решению психолого-медико-педагогической комиссии.

Условия набора детей в группу: зачисляются дети, не имеющие противопоказаний к физическим нагрузкам, имеющим прививку ПКЭ или страховой полис от клещевого энцефалита.

Наполняемость группы: 12 детей

Объём программы, срок освоения

Срок реализации программы 1 год.

Объём программы 64 часа.

Продолжительность одного академического часа 35 минут.

Форма обучения

Форма обучения: очная

Уровень программы

Программа имеет ознакомительный уровень.

Особенности организации образовательного процесса

Форма реализации программы: традиционная модель обучения с привлечением социальных организаций-партнёров и юных наставников «старшие дети и дети дошкольного возраста».

Социальные организации-партнёры: Дом детского творчества г. Свободного, краеведческий музей им. Н.И. Попова, дом народного творчества им. П. Комарова, спортивная школа № 1 г. Свободного, центральная детская библиотека г. Свободного, МОАУ СОШ № 1 г. Свободного.

Юные наставники: обучающиеся в Доме детского творчества г. Свободного на отделении «спортивное ориентирование», обучающиеся в военно-патриотическом общественном Движении «Юнармия» МОАУ СОШ

№ 1 г. Свободного; студенты Свободненского медицинского училища АМИЖТ.

Организационные формы обучения

Организация обучения: групповая и индивидуальная.

Группа формируется из обучающихся одного возраста (6 лет).

Занятия проводятся в физкультурном зале, на свежем воздухе (на территории ДОУ, с выходом за территорию ДОУ) и на базе социальных партнёров-организаций.

Режим занятий

Занятия проводятся с ноября по май, очно 2 раза в неделю по 1 академическому часу (35 минут).

Длительность занятий (экскурсии, целевые прогулки, семейные походы) за территорией ДОУ, зависит от: времени года, температурного режима на улице.

1.2 Цель и задачи

Цель программы: ознакомление детей с основами туристско-краеведческой деятельности через воспитание личности на основе социокультурных и духовно-нравственных ценностей.

Задачи программы:

- обучать первоначальным туристским навыкам и ориентированию по карте;
- развивать физические качества с применением набора упражнений общей физической подготовки;
- познакомить детей с достопримечательностями, с природными объектами, города Свободного.

1.3 Содержание программы

Учебный план обучения

№ п/п	Название темы, раздела	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	1	1	-	Наблюдение, опрос
2	Природа города Свободного и Амурской области, основы краеведения	15	6	9	Наблюдение, опрос, тестирование
3	Спортивный туризм и туристско-бытовые навыки	17	4	13	Наблюдение, опрос, тестирование
4	Физическая подготовка (ОФП)	12	2	10	Наблюдение, контрольные нормативы
5	Организация экскурсий и семейных походов, целевых прогулок	15	4	11	Наблюдение, опрос
6	Муниципальный туристский слёт «Турслёт ДОУ»	2	-	2	Наблюдение, тестирование
7	Итоговая аттестация по программе	1	-	1	тестирование, опрос, наблюдение, контрольные нормативы
8	Заключительное занятие: открытое занятие	1	-	1	Наблюдение
	Итого:	64	17	47	

Содержание учебного плана программы

1. Вводное занятие (1 час):

Теория. Беседа «Чем интересны занятия по программе» и «Туристы и туристские путешествия»

Контроль: наблюдение, опрос

2. Природа города Свободного и Амурской области, основы краеведения (15 часов):

Теория. Природные объекты, достопримечательности города Свободного и Амурской области. Карта города и области. Главные реки области и города. Памятники города Свободного. Площади Победы города Свободного и Благовещенска. Спортивные школы и дом детского творчества. Времена года. Сезонные явления в природе. Знакомство с растительным и животным

миром своего края. Красная книга Амурской области.

Контроль: наблюдение, опрос, тестирование

Практика. Своеобразие природы города Свободного. Связь природы и культуры. Национальный состав. Игра «Тайны и загадки нашего города». Игра «Продолжи предложение». Тест по картинкам «Законы туриста». Создание видеофильмов о наших исследованиях. Разработка символов нашей команды. Выход на местность. Климат, рельеф. Полезные ископаемые. Растительность, животный мир. Конкурс семейных проектов по исследованию. Командная работа.

Контроль: наблюдение, опрос, тестирование

3. Спортивный туризм и туристско-бытовые навыки (17 часов):

Теория. Общее ознакомление обучающихся: с видами туризма, с деятельностью туристов, с простыми картами и планами, с основными условными знаками. История юных туристов дошкольного возраста МДОАУ д/с № 7 г. Свободного. Средства для преодоления полосы препятствий. Снаряжение туриста. Привал туриста. Типы туристских костров.

Контроль: наблюдение, тестирование, опрос

Практика. Правила разведения костра. Создание моделей туристских костров. Противопожарные меры. Уборка места привала. Схема построения маршрута. Укладка рюкзака. Ошибки при укладке рюкзака. Выходы за территорию детского сада. Способы передвижения в походе (парами, в колонну по одному). Понимание условных знаков. Компас и его назначение. Определение сторон горизонта по солнцу и местным признакам. Командная работа.

Контроль: наблюдение, тестирование, опрос

4. Физическая подготовка (ОФП, 12 часов)

Практика. Гимнастические упражнения, подвижные игры и эстафеты. Спортивные игры. Упражнения, направленные на развитие быстроты, силы, гибкости, выносливости. Упражнения на расслабление.

Контроль: наблюдение, контрольные нормативы

5. Организация экскурсий и семейных походов, целевые прогулки (15 часов):

Теория. Маршрут путешествия. План подготовки к путешествию, к прогулке. Ознакомление с районом путешествия. Подбор литературы и карт по данной местности. Распределение обязанностей в группе. Подбор одежды и обуви юного туриста. Темп и ритм движения на маршруте. Продукты в семейном походе. Упаковка и транспортировка продуктов. Виды

препятствий и способы их преодоления во время пути.

Контроль: наблюдение, анализ, опрос

Практика. Создание маршрута путешествия. Фотоотчёт путешествия. Сбор рюкзака. Преодоление препятствий в пути и на привале. Правила перехода проезжей части улицы и лесной дороги. Уборка места привала. Командная работа. Этикет общения.

Контроль: наблюдение, опрос

6. Туристский слёт «Турслёт ДОУ» (2 часа)

Практика. Соревнования.

Контроль: наблюдение, тестирование

7. Итоговая аттестация по программе (1 час):

Практика. Повторение пройденного материала.

Контроль: тестирование, наблюдение, опрос, контрольные нормативы

8. Заключительное занятие (1 час):

Практика. Открытое занятие для родителей.

Контроль: наблюдение

1.4 Планируемые результаты

По окончании реализации программы обучающимися будут достигнуты следующие результаты:

- будут освоены первоначальные туристские навыки и простое ориентирование по карте;
- будут развиты физические качества с применением набора упражнений общей физической подготовки;
- обучающиеся будут знать некоторые достопримечательности и природные объекты города Свободного.

2. Комплекс организационно–педагогических условий

2.1 Календарный учебный график

Год обучения	Начало занятий	Окончание занятий	Количество учебных недель	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий
1 год (2025/2026 уч. г.)	16.09.25	19.05.26	32	64	64	2 раза в неделю по 1 часу

Календарный учебный график (2025/2026 уч.г.)

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения	Кол. часов	Форма занятия	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	16	15.10-15.45	1	Беседа	Вводное занятие	Физкультурный зал в детском саду	Наблюдение, опрос
2	Сентябрь	18	15.10-15.45	1	Беседа с элементами игры	Карта и Символика Амурской области	Физкультурный зал в детском саду	Наблюдение, опрос, тестирование
3	Сентябрь	23	15.10-15.45	1	Игра	Карта и Символика города Свободного	Физкультурный зал в детском саду	Наблюдение, опрос, тестирование
4	Сентябрь	25	15.10-15.45	1	Игра	Карта и Символика города Свободного	Физкультурный зал в детском саду	Наблюдение, анализ, тестирование
5	Сентябрь	30	15.10-15.45	1	Сюжетно-ролевая игра	Природные объекты города Свободного	Физкультурный зал в детском саду	Наблюдение, опрос, тестирование
6	Октябрь	2	15.10-15.45	1	Сюжетно-ролевая игра	Собираемся в поход	Физкультурный зал в детском саду	Наблюдение, опрос, тестирование
7	Октябрь	7	15.10-15.45	1	Экскурсия	Достопримечательности города Свободного	Свободненский краеведческий музей им. Н.И. Попова	Наблюдение, опрос, тестирование
8	Октябрь	9	15.10-15.45	1	Беседа с использованием иллюстраций	Памятники города Свободного	Физкультурный зал в детском саду	Наблюдение, опрос, тестирование
9	Октябрь	14	15.10-15.45	1	Игра	Памятники города Свободного	Физкультурный зал в детском саду	Наблюдение, опрос, тестирование

11	Октябрь	16	15.10-15.45	1	Экскурсия	Дворец спорта г. Свободного	Физкультурно-оздоровительный комплекс г. Свободного	Наблюдение, опрос
12	Октябрь	21	15.10-15.45	1	Эстафеты	Спортивная школа № 1 города Свободного	Физкультурный зал СШ № 1 г. Свободного	Наблюдение, Опрос, тестирование
13	Октябрь	23	15.10-15.45	1	Наблюдения Целевая прогулка	Времена года. Сезонные явления в природе.	Территория детского сада	Наблюдение, опрос, тестирование
14	Октябрь	28	15.10-15.45	1	Беседа Игра «Красная книга»	Знакомство с растительным и животным миром своего края. Красная книга Амурской области.	Физкультурный зал в детском саду	Наблюдение, опрос, тестирование
15	Октябрь	30	15.10-15.45	1	Мастер-класс от сотрудников в краеведческого музея г. Свободного	Национальный состав.	Физкультурный зал в детском саду	Наблюдение, опрос, тестирование
16	Ноябрь	6	15.10-15.45	1	Игровая программа	«Тайны и загадки нашего города». «Продолжи цепочку»	Актный зал центральной детской библиотеки г. Свободного	Наблюдение, опрос, тестирование
17	Ноябрь	11	15.10-15.45	1	Целевая прогулка и наблюдение	Столовая для птиц	Территория детского сада	Наблюдение, опрос, тестирование
18	Ноябрь	13	15.10-15.45	1	Беседа с участием сотрудника от Дома детского творчества г. Свободного	Виды туризма	Физкультурный зал в детском саду	Наблюдение, опрос, тестирование
19	Ноябрь	18	15.10-15.45	1	Беседа Игра	Условные знаки Карты и планы. Легенда карты и плана.	Физкультурный зал в детском саду	Наблюдение, опрос, тестирование

20	Ноябрь	20	15.10-15.45	1	Беседа Игра	Условные знаки Карты и планы. Легенда карты и плана.	Физкультурный зал в детском саду	Наблюдение, опрос, тестирование
21	Ноябрь	25	15.10-15.45	1	Беседа	История турслётов в г. Свободном среди детских садов.	Физкультурный зал в детском саду	Наблюдение, опрос
22	Ноябрь	27	15.10-15.45	1	Беседа Головолом ка	Снаряжение туриста Средства для преодоления полосы препятствий.	Физкультурный зал в детском саду	Наблюдение, опрос, тестирование
23	Декабрь	2	15.10-15.45	1	Беседа Головолом ка	Снаряжение туриста Средства для преодоления полосы препятствий.	Физкультурный зал в детском саду	Наблюдение, опрос, тестирование
24	Декабрь	4	15.10-15.45	1	Учебная тренировка	Туристский узел	Физкультурный зал в детском саду	Наблюдение, опрос, тестирование
25	Декабрь	9	15.10-15.45	1	Моделиров ание привала в помещении	Привал туриста.	Физкультурный зал в детском саду	Наблюдение, опрос, тестирование
26	Декабрь	11	15.10-15.45	1	Мастер- класс с участием юных наставнико в «Юнармия» МОАУ СОШ № 1 г. Свободного	Типы туристских костров	Физкультурный зал в детском саду	Наблюдение, опрос
27	Декабрь	16	15.10-15.45	1	Беседа Моделиров ание	Правила разведения костра. Создание моделей туристских костров.	Физкультурный зал в детском саду	Наблюдение, опрос, тестирование
28	Декабрь	18	15.10-15.45	1	Мастер- класс Игра	Схема построения маршрута по залу. Прохождения маршрута в парах.	Физкультурный зал в детском саду	Наблюдение, опрос, тестирование
29	Декабрь	23	15.10-15.45	1	Беседа Игра	Укладка рюкзака. Ошибки при укладке рюкзака.	Физкультурный зал в детском саду	Наблюдение, опрос, тестирование

30	Декабрь	25	15.10-15.45	1	Целевая прогулка	Прогулка по тропам детского сада	Территория детского сада	Наблюдение, опрос
31	Январь	13	15.10-15.45	1	Экскурсия	Выходы за территорию детского сада	Спортивная школа № 1	Наблюдение, опрос
32	Январь	15	15.10-15.45	1	Мастер-класс	Способы передвижения в семейном походе	Физкультурный зал в детском саду	Наблюдение, опрос
33	Январь	20	15.10-15.45	1	Игра Лабиринт	Простые условные знаки. «Условные знаки»	Физкультурный зал в детском саду	Наблюдение, опрос, тестирование
34	Январь	22	15.10-15.45	1	Работа в парах Моделирование Игра	Работа с компасом «Собери туристский костёр». «Собери рюкзак»	Физкультурный зал в детском саду	Наблюдение, опрос, тестирование
35	Январь	27	15.10-15.45	1	Мастер-класс с участием юных наставников	Гимнастические упражнения, подвижные игры.	Физкультурный зал на базе СШ № 1 г. Свободного	Наблюдение, контрольный норматив
36	Февраль	3	15.10-15.45	1	Физические упражнения Игра	Силовые упражнения, эстафеты.	Физкультурный зал в детском саду	Наблюдение, контрольный норматив
37	Февраль	5	15.10-15.45	1	Физические упражнения Игра	Силовые упражнения, эстафеты.	Физкультурный зал в детском саду	Наблюдение, контрольный норматив
38	Февраль	10	15.10-15.45	1	Физические упражнения Игра	Упражнения на ловкость, подвижные игры, упражнения на расслабление	Физкультурный зал в детском саду	Наблюдение, контрольный норматив
39	Февраль	12	15.10-15.45	1	Физические упражнения Игра	Упражнения на быстроту, эстафеты, упражнения на расслабление	Физкультурный зал в детском саду	Наблюдение, контрольный норматив

40	Февраль	19	15.10-15.45	1	Физические упражнения Игра	Упражнения на быстроту, эстафеты, упражнения на расслабление	Физкультурный зал в детском саду	Наблюдение, контрольный норматив
41	Февраль	24	15.10-15.45	1	Мастер-класс с участием студентов медицинского училища г. Свободного	Упражнения на выносливость, спортивные игры, упражнения на расслабление	Физкультурный зал в детском саду	Наблюдение, контрольный норматив
42	Февраль	26	15.10-15.45	1	Мастер-класс с участием студентов медицинского училища г. Свободного	Упражнения на выносливость, спортивные игры, упражнения на расслабление	Физкультурный зал в детском саду	Наблюдение, контрольный норматив
43	Март	3	15.10-15.45	1	Семейный досуг	Спортивная игра «Напольный кёрлинг», упражнения на силу и равновесие.	Физкультурный зал в детском саду	Наблюдение
44	Март	5	15.10-15.45	1	Соревнования	Упражнения на гибкость, подвижные игры, упражнения на расслабление	Физкультурный зал в детском саду	Наблюдение, контрольный норматив
45	Март	10	15.10-15.45	1	Квест-игра	Командные упражнения, эстафеты, упражнения на восстановления дыхания	Физкультурный зал в детском саду	Наблюдение, контрольные нормативы
46	Март	12	15.10-15.45	1	Соревнование	Весёлые старты	Физкультурный зал на базе СШ № 1 г. Свободного	Наблюдение,
47	Март	17	15.10-15.45	1	Моделирование путешествия в помещении	Маршрут путешествия. План подготовки к путешествию, к прогулке.	Физкультурный зал в МОАУ СОШ № 1 г. Свободного	Наблюдение, опрос

48	Март	19	15.10-15.45	1	Беседа с использованием фотографий Беседа-инструктаж	Ознакомление с районом путешествия. Распределение обязанностей в группе	Физкультурный зал в детском саду	Наблюдение, опрос
49	Март	24	15.10-15.45	1	Тренировка	Виды препятствий и способы их преодоления во время целевой прогулки Скаладром в ДДТ	Спортивный зал на базе ДДТ г. Свободного	Наблюдение, опрос
50	Март	26	15.10-15.45	1	Целевая прогулка	Правила перехода проезжей части улицы	За территорией детского сада	Наблюдение, опрос
51	Март	31	15.10-15.45	1	Учебная дистанция	Преодоление препятствий в пути и на привале. Командная работа. Этикет общения.	Выход на территорию детского сада	Наблюдение, опрос
52	Апрель	2	15.10-15.45	1	Проектная деятельность	Подготовка к защите семейных проектов	Физкультурный зал в детском саду	Наблюдение, опрос
53	Апрель	7	15.10-15.45	1	Презентация проектной деятельности	Защита семейных проектов	Физкультурный зал в детском саду	Наблюдение, опрос
54	Апрель	9	15.10-15.45	1	Учебно-тренировочное занятие	Создание плана-карты экологического уголка на территории д/с	Территория д/с	Наблюдение, опрос
55	Апрель	14	15.10-15.45	1	Тренировка	Работа с план-картой экологического уголка	Территория д/с	Наблюдение, опрос
56	Апрель	16	15.10-15.45	1	Экскурсия	Идем на экскурсию Стадион «Олимпийский»	Стадион на базе СШ № 1 г. Свободного	Наблюдение, опрос
57	Апрель	21	15.10-15.45	1	экскурсия	Идем на экскурсию в Краеведческий музей	Свободненский краеведческий музей им Н.И. Попова	Наблюдение, опрос

58	Апрель	23	15.10-15.45	1	Экскурсия	Идем на экскурсию к Мемориалу Славы и Памяти защитников в ВОВ	Мемориальный комплекс воинам-свободенцам, погибшим в ВОВ	Наблюдение, опрос
59	Апрель	28	15.10-15.45	1	Семейный поход	Идем в семейный поход в Городской парк	Городской парк	Наблюдение, опрос
60	Апрель	30	15.10-15.45	1	Экскурсия	Идем на экскурсию в Музей железнодорожного транспорта и ретро-парк	Музей железнодорожного транспорта и ретро-парк	Наблюдение, опрос
61	Май	5	15.10-15.45	1	Мастер-класс	Идем в пиццерию	ТЦ «Пассаж»	Наблюдение
62	Май	7	15.10-15.45	1	Соревнование	Туристский слёт «Мы туристы!»	Территория детского сада	Наблюдение, тестирование
63	Май	12	15.10-15.45	1	Соревнование	Туристский слёт «Мы туристы!»	Территория детского сада	Наблюдение, тестирование
63	Май	14	15.10-15.45	1	Диагностика	Итоговая аттестация по программе	Физкультурный зал в детском саду	Тестирование, опрос, наблюдение, контрольные нормативы
64	Май	19	15.10-15.45	1	Открытое занятие для родителей	Заключительное занятие	Физкультурный зал в детском саду	наблюдение
			Итого :	64				

2.2 Условия реализации программы

Обучение проводится в физкультурном зале и на спортивной площадке детского сада. Занятия организуются на базе организаций социальных партнёров: Дом детского творчества г. Свободного, краеведческий музей им. Н.И. Попова, дом народного творчества им. П. Комарова, спортивная школа № 1 г. Свободного, центральная детская библиотека г. Свободного, МОАУ СОШ № 1 г. Свободного.

Дополнительно с участием родителей и сотрудников выезжаем и

выходим на маршруты:

- городской парк культуры;
- Дом детского творчества г. Свободного;
- спортивная школа № 1 г. Свободного и стадион «Олимпийский»;
- Дом народного творчества им. П. Комарова;
- Мемориальный комплекс воинам-свободенцам погибшим в ВОВ;
- малая Забайкальская ж/д;
- краеведческий музей им. Н.И. Попова г. Свободного;
- Музей железнодорожного транспорта и ретро-парк;
- ледовый комплекс «СОЮЗ» г. Свободного;
- торговый центр «Пассаж»;
- экологическая тропа г. Свободного;
- Обелиск в честь основания города Свободного;
- центральная детская библиотека г. Свободного;
- кинотеатр им. Л. Гайдая и памятник кинорежиссёру Леониду Гайдаю.

Материально-техническое обеспечение программы

Наглядно-дидактические пособия:

- картонные планшеты;
- маркеры;
- компасы;
- карточки «Растения», «Животные», «Туристские костры», «Тени», «Наш дом», «Условные знаки», «Спорт для малышей», «Спортивное оборудование» и другие;
- лэп-бук «Времена года», «Поход» и другие;
- план-схемы здания д/с и территории детского сада;
- маски для игр;
- природный материал для творчества и схемы по изготовлению объекта;
- плакаты, серия картинок «Лесные лабиринты», «Походный лабиринт», «Спортивные игры», «Физкультура» и другие;
- наборы для опытов и сбора природных объектов;
- консультации для родителей, дидактические игры;
- DVD-диски «Золотой компас», «Семь чудес Земли Амурской»; «Наша малая Родина» и другие;

- рабочие тетради и альбомы;
- образовательные презентации «Виды туризма»; «Туристский костёр», «Легенда карты» и другие;
- настольные игры, карты и глобус;
- макеты туристских костров.

Спортивное оборудование и снаряжение:

- скамейки;
- балансиры;
- мячи (баскетбольные, резиновые, пляжные, массажные, поролоновые, пластмассовые);
- массажные коврики;
- спортивные маты (малые и средние);
- дуги;
- набивные мячи 1 кг;
- мешочки с песком для метания;
- теннисные мячи;
- сибирские борды;
- палочки для создания моделей туристского костра;
- палатка;
- туристские коврики;
- детские летние спортивные костюмы и головные уборы;
- скакалки;
- детские рюкзаки;
- детские столы и стулья;
- гимнастические палки;
- корзины напольные для забрасывания мяча;
- большие мягкие модули;
- канат и веревки;
- игровая аптечка;
- детские вёдра;
- обручи;
- мешки игровые;
- спортивные оладушки;
- гантели и кегли;
- бубен, свистки, секундомеры, барабан;

- детские и взрослые лыжи;
- флажки, светоотражающие жилетки;
- тренажеры для рук и ног.

Технические средства:

- телевизор;
- музыкальный центр;
- музыкальная колонка;
- ноутбук;
- сканер;
- принтер;
- ламинат;
- фотоаппарат;
- видеокамера;
- фонари;
- детские микроскопы;
- USB-накопитель.

Кадровое обеспечение

Программу реализует инструктор по физической культуре, соответствующий Профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования», утвержденному приказом Министерством труда и социального развития 22.09.2021 №652.

Инструктор по физической культуре высшей квалификационной категории: Холодная Анастасия Александровна.

2.3 Формы аттестации

Формы аттестации согласуется с целью дополнительной программы, а мониторинг включает критерии и показатели, которые формулируются исходя из описания ожидаемых образовательных результатов. Цель системы контроля - определить степень (динамику) развития способностей обучающихся в процессе занятий.

Текущий контроль осуществляется в форме: наблюдения, результаты вносятся в протокол (приложение № 15); опроса (пример в приложении № 16) и тестирования (пример в приложении № 17).

Промежуточная аттестация осуществляется в январе в форме тестирования, по сдачам контрольных нормативов (приложение № 2-8), наблюдение.

Итоговая аттестация проходит во второй половине мая в форме сдачи контрольных нормативов, опроса и наблюдений.

Формы отслеживания и фиксация образовательных результатов:

- занятия проводятся в форме теоретических и практических занятий;
- по результатам итоговой аттестации и фиксации в диагностической карте проводится анализ освоения программы.

2.4 Оценочные материалы

Для определения уровня развития физических качеств проводятся контрольные нормативы (приложения №№ 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8), результаты фиксируются в протоколе (приложение № № 1, 9).

По определению знаний обучающихся в гражданско-патриотическом воспитании проводится опрос № 1 и № 2 (приложение № 10 и № 11).

Бланк фиксации результатов освоения программы (приложение № 12).

Бланк фиксации результатов наблюдения «Командное общение и действия» (приложение № 13).

Для определения уровня туристских навыков проводятся тестовые испытания (приложения № 14).

2.5 Методические материалы

В программе применяются технологии:

- технология учебного моделирования (П.Я. Гальперин);
- игровая технология (О.В. Добычина, Л.Н. Волошина и Т.В. Курилова, О. Герасимова);
- технология проблемной ситуации (Т.Н. Артёмова, М.И. Махмутов, А.А. Омарова);
- проектная технология (Н.Е. Веракса, Е.С. Евдокимова);
- здоровьесберегающая технология (Н.И. Ефимов, Т.В. Ахутина, Е.А. Алябьева).

Формы проведения занятий:

- беседа с использованием иллюстраций;

- учебно-тренировочные занятия;
- мастер-классы;
- соревнования и конкурсы;
- демонстрации опытов;
- наблюдение;
- экскурсии;
- игры, головоломки, лабиринты, квест, эстафеты;
- целевые прогулки;
- семейные походы ближнего и дальнего направления.

Данная программа опирается на Сборник методических рекомендаций: Л.Е. Куприна (доцент кафедры физической географии и экологии ТюмГ) программа «Экология, туризм, рекреация»; С.В. Кузнецовой учебно-методическое пособие «Туризм в детском саду»; Н.А. Казакова «Туристические походы в разное время года»; Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду»; Е.Н. Вавилова «Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость»; М.П. Голощекина «Лыжи в детском саду»; О.А. Сабуркина «Использование командных спортивных игр в физическом воспитании детей старшего дошкольного возраста».

2.6 Рабочая программа воспитания

Цель и задачи

Цель воспитания: создание условий для развития успешности детей на основе социокультурных и духовно-нравственных ценностей, а также формирование у обучающихся чувства патриотизма, уважения к старшему поколению и бережному отношению к культурному наследию, и к природе.

Задачи воспитания:

- формировать личностные отношения к нормам, ценностям, традициям (их освоение, принятие);
- сформировать в детях навык самостоятельного принятия решений путем создания проблемных ситуаций;
- воспитывать умение соблюдать элементарные правила и согласовывать движения в команде;
- приобщать обучающихся детей к экологической и социальной культуре.

Приоритеты

Развитие российского образования связано с созданием условий для наиболее полной самореализации индивидуальных способностей, возможностей, потребностей личности, развития ее приоритетных характеристик, обеспечивающих успешное социальное самоопределение.

Воспитательный компонент программы реализуется в совместной деятельности детей и родителей. Семьи имеют разное социальное положение в обществе. Есть дети из многодетных и неполных семей. Поэтому важно объединить ребят одной большой темой туризма и краеведения, темой любви к своему краю. Важно привлечь к выполнению программы и родителей, тем самым укрепляя семейные отношения. Совместные прогулки по окрестностям города Свободного, походы выходного дня, экскурсии по историческим местам будут способствовать успешной воспитательной работе.

Особенности организуемого воспитательного процесса в ДОО

Для формирования полноценного детского коллектива, способного самостоятельно развиваться и влиять на формирование отдельной личности, в системе дополнительного образования детей имеются все необходимые объективные условия:

- вся деятельность проходит в сфере свободного времени ребенка;
- содержание и формы работы объединения могут при необходимости варьироваться;
- занятия проводятся с родителями и с юными наставниками.

На занятиях необходимо помочь ребенку адаптироваться в детском коллективе, создавать каждому «ситуацию успеха», развивать в ребенке уверенность в себе, учить его самостоятельно мыслить, формировать стремление к самоутверждению.

Формы и содержание деятельности

При проведении мероприятий по воспитанию применяются формы: проблемная и игровая ситуация, инновационная игра, всеобщая ролевая игра, семейный поход, игра-забава, военно-патриотическая игра, досуг, квест-игра,

акция, семейные конкурсы.

Режим занятий по программе включает в себя проведение педагогом дополнительного образования от 1 до 2 воспитательных мероприятий в месяц.

Формы, виды и методы определяются педагогом дополнительного образования в зависимости от особенностей реализуемой им основной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы, и в соответствии с возрастными и психофизиологическими особенностями обучающихся.

Планируемые результаты

Ожидаемые результаты:

- будут сформированы личностные отношения к нормам, ценностям, традициям (их освоение, принятие);
- будет сформирован в детях навык самостоятельного принятия решений путем создания проблемных ситуаций;
- будут соблюдать элементарные правила и согласовывать движения в команде;
- будут проявлять желание принимать участие в экологической и социальной культуре.

2.7 Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название мероприятия, события	Форма проведения	Сроки проведения
1	«Мы дети России». Просмотр мультфильма «Единая Россия»	Создание проблемной и игровой ситуации	ноябрь
2	Польза физкультуры и похода «ЗОЖ»	Инновационная игра	декабрь
3	«Взаимоотношения взрослых и детей»	Всеобщая ролевая игра	декабрь
4	«Зимние игры»	Семейный поход на лыжную базу с играми забавами	январь

5	«Зачем к кострам уходят люди?»	Конкурс семейных фоторабот	январь
6	«Если с другом вышел в путь...»	Инновационная игра	февраль
7	«Зарница»	Военно-патриотическая игра	февраль
8	«А ну-ка, девочки!»	Спортивные состязания	март
9	«Здоровое поколение» (дети и родители)	Совместный досуг	апрель
10	«Первооткрыватели», посвященный Дню Космонавтики	Квест	апрель
11	«Помним и гордимся»	Акция	май

Список литературы

Для педагога:

1. **Алябьева, Е.А.** Игры-путешествия на участке детского сада / Е.А. Алябьева. - М.: ТЦ «Сфера», 2015. – 128с.
2. **Вавилова, Е.Н.** Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость / Е.Н. Вавилова. – М.: Просвещение, 1981. – 96с.
3. **Вераксы, Н.Е.** Мир физических явлений, опыты и эксперименты в дошкольном детстве для детей 4-7 лет / Н.Е. Вераксы. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2021. – 88с.
4. **Голощекина, М.П.** Лыжи в детском саду / М.П. Голощекина. – Москва: Просвещение, 1997. – 96с.
5. **Завьялова, Т.П.** Теория и методика физического воспитания и развитие ребенка дошкольного возраста: учеб. пособие для СПО / Т. П. Завьялова, И. В. Стародубцева. – 2-е изд., стер. – М.: Издательство Юрайт, 2019. – 350с.
6. **Зебзеева, В.А.** Развитие элементарных естественно-научных представлений и экологической культуры детей / В.А. Зебзеева. – М.: ТЦ Сфера, 2009. – 128 с.
7. **Иванов, Е.Д.** Знакомьтесь – ориентирование / Е.Д. Иванов. – М.: Профиздат, 2018. – 58 с.
8. **Константинов, Ю.С.** Туристские соревнования обучающихся / Ю.С. Константинов. – М.: ЦДЮТур МО РФ, 2022. – 312с.
9. **Кузнецова, С.В.** Туризм в детском саду / под. ред. С.В. Кузнецова. – Москва: Обруч, 2013. – 208с.
10. **Мамаева, О.А.** Поделки из природного и бросового материала. 5-6 лет / О.А. Мамаева. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 48с.
11. **Остапец, А.А.** Педагогика и психология туристско-краеведческой деятельности / А.А. Остапец. – М.: РМАТ, 2001. – 87с.
12. **Пензулаева, Л.И.** Оздоровительная гимнастика для детей 4-5 лет / Л.И. Пензулаева. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2021. – с.40
13. **Пензулаева, Л.И.** Физическая культура в детском саду – 4-5 лет / Л.И. Пензулаева. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2021. – 160с.
14. **Потапова, Л.М.** Детям о природе. Экология в играх / Л.М. Потапова. – Из.: Академия развития, 2000. – 224с.
15. **Рыжова, Н.А.** Экологическое воспитание в детском саду \ Н.А. Рыжова. – М.: Карапуз, 2001. – 272с.
16. **Рыжова, Н.А.** Воздух вокруг нас / Н.А. Рыжова, С. Мусиенко. – М.:

Обруч, 2013. – 208с.

17. **Рыжова, Н.А.** Волшебница вода / Н.А. Рыжова. – М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 1997. – 72с.

18. **Слиж, С.** Вместе весело шагать по просторам.: организация семейных прогулок / С. Слиж // Дошкольное воспитание. – 2005. - № 1. – С. 53-59

19. **Соколова, Л.А.** Играем на прогулке / Л.А. Соколова. – Новосибирск: Сиб. унив. изд-во, 2010. – 255с.

Для обучающихся:

1. **Гагарина, М.** 100 игр на улице и дома (карточки с текстом) / М. Гагарина. - М.: Издательство «Робинс», 2020. – 100с.

2. **Гагарина, М.** Секреты животных / М. Гагарина, И. Манахова. – М.: Издательство «Робинс», 2020. – 15с.: ил.

3. **Жадько, А.** История и современность города свободного / А. Жадько, В. Межова. – Свободный: Издательство «РЕК-ТАЙМ», 2017.

4. **Мамаева, О.А.** Поделки из природного и бросового материала. 5-6 лет / О.А. Мамаева. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 48с.

5. **Потапова, Л.М.** Детям о природе. Экология в играх / Л.М. Потапова. – Из.: Академия развития, 2000. – 224с.

6. **Ринер, Р.** Козлик Чарли ищет лекарственные травы / Р. Ринер, П. Меттлер. – М.: ИП Вешкина О.В., 2018. – 24с.: ил.

7. **Рыжова, Н.А.** Воздух вокруг нас / Н.А. Рыжова, С. Мусиенко. – М.: Обруч, 2013. – 208с.

8. **Рыжова, Н.А.** Волшебница вода / Н.А. Рыжова. – М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 1997. – 72с.

9. **Соколова, Л.А.** Играем на прогулке / Л.А. Соколова. – Новосибирск: Сиб. унив. изд-во, 2010. – 255с.

10. **Толмачёв, А.** Вопросы и ответы о животном мире (карточки с текстом) / А. Толмачёв., М. Политкин, М. Зубанова. – М.: Издательство «Робинс», 2021. – 67с.

11. **Шорыгина, Т.А.** насекомые / Т.А. Шорыгина. – М.: «Издательство ГНОМ и Д», 2004. – 48с.

12. **Шорыгина, Т.А.** Фрукты / Т.А. Шорыгина. - М.: «Издательство ГНОМ и Д», 2003. – 64с.

13. **Шорыгина, Т.А.** Ягоды / Т.А. Шорыгина. – М.: «Издательство ГНОМ и Д», 2003. – 56с.

14. **Шорыгина, Т.А.** Птицы / Т.А. Шорыгина. – М.: «Издательство ГНОМ и Д», 2003. – 96с.
15. **Шорыгина, Т.А.** Кустарники / Т.А. Шорыгина. – М.: «Издательство ГНОМ и Д», 2004. – 96с.
16. **Шорыгина, Т.А.** Какие месяцы в году? / Т.А. Шорыгина. – М.: «Издательство ГНОМ и Д», 2004, - 64с.

Для родителей:

1. **Бианки. В.** Лесная газета / В. Бианки. - ООО Издательство «Родничок», 2019. – 50с. ил. 16.
2. **Бурдина, С.В.** Внимание дорога / С.В. Бурдина. – Киров: ИП Бурдина С.В., 2008. – 106с.
3. **Емельянова, Э.** Расскази детям о зимних видах спорта / Э. Емельянова. – М.: Издательство «Мозаика-Синтез», 2013. – 78с.
4. **Емельянова, Э.** Расскази детям об олимпийских чемпионах / Э. Емельянова. – М.: Издательство «Мозаика-Синтез», 2013. – 56с.
5. **Гагарина, М.** 100 игр на улице и дома (карточки с текстом) / М. Гагарина. – М.: Издательство «Робинс», 2020. – 98с.
6. **Жадько, А.** История и современность города свободного / А. Жадько, В. Межова. – Свободный: Издательство «РЕК-ТАЙМ», 2017. – 45с.

Список интернет–ресурсов

1. <https://amurfest.com/>
2. <https://www.championat.com>
3. <https://www.izi.travel/ru>
4. <https://rebenokvsporte.ru>
5. <https://eco-trails.ru/catalog/>
6. <https://rufso.ru>
7. <https://www.izi.travel/ru/browse/720f41d0-3ba0-4a3a-8480-114ff023e621>

**Протокол показателей физической подготовленности
обучающихся**

месяц _____ год _____

№ п/п	ФИ ребёнка	Быстрота (бег 30 м в сек.)	Выносливость (бег 120 м в мин.)	Прыжок в длину с места (в см)	Бросок набивного мяча (в см)	Метание мешочка правой рукой (в метрах)	Метание мешочка левой рукой (в метрах)	Гибкость (в см)	Ловкость (бег на 10 м между
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									

Дата проведения _____

Руководитель программы _____

Ориентировочные показатели бега на скорость (30 м в мин.)

Возраст	Пол	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий
4	Мальчик	9,4 – 8,7	9,5 – 9, 9	10,0 – 10,7
	Девочка	9,8 – 8,7	9,9-10,2	10,3 – 12,7
	Уровень	Соответствие всем показателям	Соответствие трем показателям	Соответствие двум показателям
5	Мальчик	8,3 – 7,9	8,4 – 9,2	9,3 – 10,0
	Девочка	8,8 – 8,3	8,9 – 9,2	9,3 – 10,2
	Уровень	Соответствие всем показателям	Соответствие трем показателям	Соответствие двум показателям
6	Мальчик	7,6 – 7,5	7,7 – 8,2	8,3 – 8, 5
	Девочка	8,2 – 7,8	8,3 – 8,8	8,9 – 9,2
	Уровень	Соответствие всем показателям	Соответствие трем показателям	Соответствие двум показателям
7	Мальчик	7,2 – 6,8	7,3 – 7,5	7,6 – 8,0
	Девочка	7,5 – 7,3	7,6 – 7,9	8,0 – 8,7
	Уровень	Соответствие всем показателям	Соответствие трем показателям	Соответствие двум показателям

Ориентировочные показатели прыжков в длину с места

Возраст	Пол	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
4	Мальчик	70 и >	58,0 – 69,5	57 и <
	Девочка	70 и >	60,0 – 69,0	59 и <
	Уровень	Соответствие всем показателям	Соответствие трем показателям	Соответствие двум показателям
5	Мальчик	92 и >	77, 1 – 91,6	76 и <
	Девочка	87 и >	76,2 и 86, 5	75 и <
	Уровень	Соответствие всем показателям	Соответствие трем показателям	Соответствие двум показателям
6	Мальчик	101 и >	86, 3 и 100,0	85 и <
	Девочка	100 и >	88,0 и 99,6	87 и <
	Уровень	Соответствие всем показателям	Соответствие трем показателям	Соответствие двум показателям
7	Мальчик	113 и >	100 и 112,7	99 и <
	Девочка	114 и >	98 и 113,4	97 и <
	Уровень	Соответствие всем показателям	Соответствие трем показателям	Соответствие двум показателям

**Ориентировочные показатели метания вдаль
(правой рукой / левой рукой)**

Возраст	Пол	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
4	Мальчик	5,5/4,8	4,1/3,4	2,5/2,0
	Девочка	5,2-3,7	3,4/2,8	2,4/1,8
	Уровень	Соответствие всем показателям	Соответствие двум показателям	Соответствие одному показателю
5	Мальчик	7,5/4,7	5,7/4,2	3,9/3,0
	Девочка	5,9/4,5	4,4/3,5	3,5/2,5
	Уровень	Соответствие всем показателям	Соответствие трем показателям	Соответствие двум показателям
6	Мальчик	9,8/5,9	7,9/5,3	4,4/3,3
	Девочка	8,3/5,7	5,4/4,7	3,3/3,0
	Уровень	Соответствие всем показателям	Соответствие трем показателям	Соответствие двум показателям
7	Мальчик	13,9/10,8	10,0/6,8	6,0/5,0
	Девочка	11,8/8,0	8,3/5,6	5,5/4,6
	Уровень	Соответствие всем показателям	Соответствие трем показателям	Соответствие двум показателям

**Ориентировочные показатели броска набивного мяча двумя
руками из-за головы (в см.)**

Возраст	Пол	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
4	Мальчик Девочка	>	117-185 97-178	<
5	Мальчик Девочка	>	187-270 138-221	<
6	Мальчик Девочка	>	221-303 156-256	<
7	Мальчик Девочка	>	242-360 193-311	<

**Ориентировочные показатели величины наклона стоя на
гимнастической скамейке (см)**

Возраст	Пол	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
4	Мальчик Девочка	>	1-4 3-7	<
5	Мальчик Девочка	>	2-7 4-8	<
6	Мальчик Девочка	>	3-6 4-8	<

Ориентировочные показатели бега на определении выносливости (сек)

Возраст	Длина дистанции	Продолжительность бега
5	90 м.	30,6-25,0
6	120 м.	35,7-29,2
	300 м.	107,2-84,2
7	150 м.	41,2-33,6
	300 м.	101,2-81,8

**Ориентировочные показатели бега на 10 м
между предметами определение ловкости (в сек.)**

Возраст	Пол	Количественные показатели
4	Мальчик	8,5-8,0
	Девочка	9,5-9,0
5	Мальчик	7,2-5,0
	Девочка	8,0-7,0
6	Мальчик	5,0-1,5
	Девочка	6,0-5,0

**Протокол показателей физического развития обучающихся
(обследует медработник)**

Месяц _____ Год _____

№	ФИ ребёнка	возраст (лет)	вес (кг)	рост (см)	объем г/к (см)	ЧСС	
						До нагрузки	После нагрузки
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							

Дата проведения _____

Медработник _____

Руководитель программы _____

Опрос по гражданско-патриотическому воспитанию № 1

Пожалуйста, ответьте на вопросы:

Вопрос № 1. Из каких цветов состоит Государственный флаг России?

Вопрос № 2. Из каких цветов состоит флаг города Свободного?

Вопрос № 3. Какой город является столицей нашей Родины?

Вопрос № 4. Главный город Амурской области?

Вопрос № 5. Какой праздник отмечают только в России?

Вопрос № 6. Назови главную реку города Свободного?

Вопрос № 7. Назови главную реку города Благовещенска?

Вопрос № 8. В каком городе ты живешь?

Вопрос № 9. Как зовут твою маму и твоего папу?

Вопрос № 11. Как зовут твоих дедушек и бабушек?

Вопрос № 12. Что интересного ты можешь рассказать о своём городе?

Вопрос № 13. Как называется газета города Свободного?

Вопрос № 14. В какой детский сад ты ходишь?

Вопрос № 15. Как зовут меня?

Опрос по гражданско-патриотическому воспитанию № 2

Пожалуйста, скажи:

1. Для меня семья – это...
2. Мы всей семьей...
4. Если я вижу, что кому-то нужна помощь, то...
7. Если моего друга обидели, я...
9. Я люблю свой город Свободный, потому что...
12. Если был бы я волшебником, то я для своего города...
13. Для своего города я сейчас делаю...
14. Когда я закончу играть, то я...
19. Я помогаю родителям, потому что...
20. Я помогаю бабушке и дедушке, потому что...

Бланк наблюдения «Командное общение и действия»

Критерии	Уровень					
	Высокий		Средний		Низкий	
	начало	конец	начало	конец	начало	конец
Вступать в игровое общение и в совместную работу со сверстниками						
Договариваться о совместных действиях в игре и в совместной работе						
Осваивать способы взаимодействия со сверстниками						
Доброжелательное отношение между детьми и с взрослыми						
Самостоятельно находит замену одной детали другой или способ решения ситуации						

О (4,6 – 5) -отличное усвоение

Х (4– 4,5) - хорошее усвоение

У (3– 3,9) - удовлетворительное усвоение

**Тест «Юный турист»
(сопровождается иллюстрациями)**

I. Что нужно взять туристу в поход?

1. Палатка.
2. Рюкзак.
3. Котелок.
4. Куртка.
5. Нож.
6. Елку.

II. Что относится к общественному (групповому) снаряжению?

1. Свитер.
2. Карта.
3. Веревка.
4. Юбка.
5. Топор.

III. Определи по картинке пеший поход?

1. Водный
2. Горный.
3. Велосипедный.
4. Пеший.

IV. Какое личное снаряжение надо взять в поход?

1. Кроссовки.
2. Свитер.
3. Носки шерстяные.
4. Белую рубашку.
5. Шапку.

V. Без какого снаряжения нельзя пойти кататься на лыжах?

1. Кружки.
2. Куртки.
3. Котелок.
4. Лыжи.
5. Рукавицы.

VI. Что относится к костровому снаряжению?

1. Кружка.
2. Котелок.
3. Топор.
4. Тросик с крючками.
5. Половник.

VII. Что помогает туристу найти маршрут в походе?

1. Компас и карта.
2. Тетрадь и нож.
3. Яблоко и веревка.

VIII. Сколько стрелок у компаса:

1. 4 стрелки
2. 2 стрелки
3. 1 стрелка

IX. Назови виды костров на макете:

1. Колодец, звезда, шалаш, таёжный.
2. Сумка, квадрат, дом, лесной.

X. Условные знаки воды:

1. Черные.
2. Зелёные.
3. Синие.

IIХ. Собери деревянную головоломку «Что возьмём с собой в поход?» на время

Протокол наблюдения

№ ребенка	Выполнение упражнений направленные на развитие физических качеств									Наблюдатели			Знает значение слов быстро и медленно, вместе и самостоятельно			Владение простейшими туристскими навыками			Работа в сотрудничестве			Ориентируется на плоскости листа			Ориентируется в пространстве в отношении себя			Умеет называть правила поведения в природе			Умеет сопоставить достоверность и её значение своими словами			Уровень
	Баллы																																	
	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3				
1																																		
2																																		
3																																		
4																																		
5																																		
6																																		
7																																		
8																																		
9																																		
10																																		
11																																		
12																																		

П (21-27) – полное владение

Ч (18-20) – частичное владение

Н (9-17) – недостаточное владение

Опрос по теме «Виды туризма»

- Вопрос 1. Вид туризма на лыжах?
- Вопрос 2. Вид туризма на коне?
- Вопрос 3. Вид туризма на велосипеде?
- Вопрос 4. Вид туризма пешком?
- Вопрос 5. Вид туризма на лодке?

Опрос по теме «Правила разведения туристского костра»

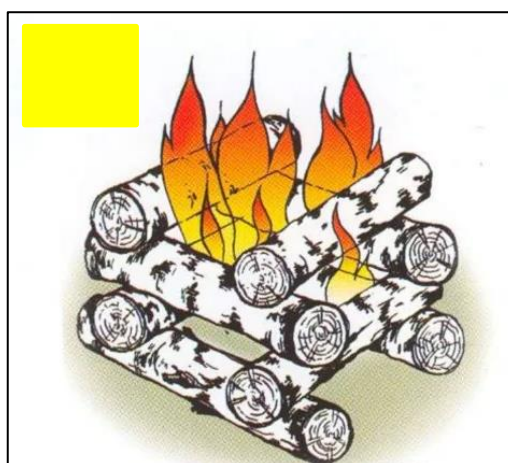
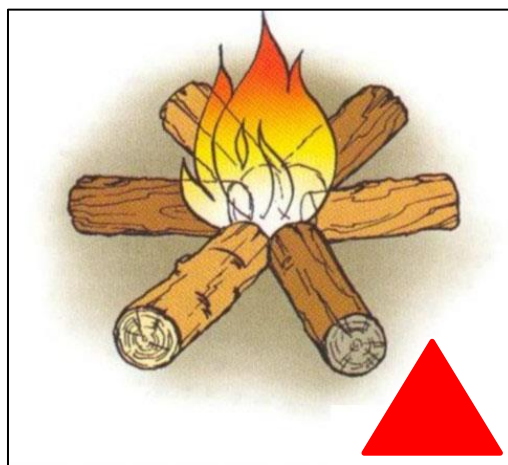
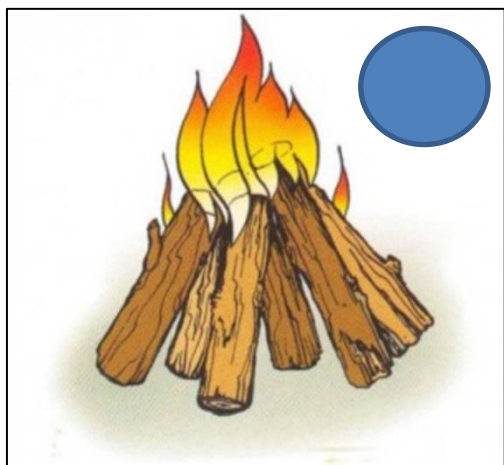
- Вопрос 1. Что надо выкопать для костра?
- Вопрос 2. Кто поджигает костёр?
- Вопрос 3. Чем тушат костёр на привале?
- Вопрос 4. Из чего делают костёр?
- Вопрос 5. Как называется круг безопасности костра?

Опрос по теме «Что возьмём в поход»

- Вопрос 1. Что несёт на спине турист?
- Вопрос 2. Дом туриста?
- Вопрос 3. Кровать туриста?
- Вопрос 4. Головной убор туриста?
- Вопрос 5. Помощники туриста в походе, чтобы не потеряться?

Тест по теме «Виды туристских костров»

1. Покажи туристский костер «Колодец»
2. Покажи туристский костёр «Звёздный»
3. Покажи туристский костёр «Таёжный»
4. Покажи туристский костёр «Шалаш»



Тест по теме «Моделирование туристского костра по картинке»

1. Смоделируй туристский костёр по картинке с красным треугольником и определи его название.
2. Смоделируй туристский костёр по картинке с синим кругом и определи его название.
3. Смоделируй туристский костёр по картинке с жёлтым квадратом и определи его название.
4. Смоделируй туристский костёр по картинке с зелёной звездой и определи его название.