

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

Спортивно-туристическое направление «Паутинки открытий»

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела	Всего	Теория	Практика	Форма аттестации /контроля
1.	Вводное занятие	2	-	2	Входящая аттестация
2.	От древности до наших дней	18	6	12	Подвижные и дидактические игры, соревнования, беседы.
3.	Кольский край	33	12	21	Подвижные и дидактические игры, соревнования, беседы.
4.	Первый поход	19	6	13	Подвижные и дидактические игры, соревнования, беседы, практические задания на местности.
5.	Итого:	72	24	48	

1. 1.3.2 СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

Вводное занятие

Теория. Знакомство педагога с детьми, установка доверительных отношений.

Практика. Игры на знакомство

Игра «Моё имя»

Цель: работать над развитием внимания, умением воспринимать информацию на слух и имитировать движения животных.

Ход игры: педагог предлагает детям немного подвигаться, например, попрыгать, как зайчик (походить, как медведь, как лиса и т. д.). Задаёт вопрос: «Кто у нас Маша?» Ребёнок, услышав своё имя, должен встать и выполнить движение.

Игра «Снежный ком»

Цель: запомнить имена друг друга, установить контакт.

Ход игры: первый участник (например, слева от педагога) называет своё имя. Следующий повторяет его и называет своё. И так по кругу. Упражнение заканчивается, когда первый участник назовёт по именам всю группу.

Игра «Я люблю»

Цель: узнать новую информацию о ребёнке.

Ход игры: педагог называет блюдо или продукт и, если ребёнок это любит, то он хлопает в ладоши (топает ногами, прыгает и т. д.) и кричит: «Я люблю!». Педагог, наряду с детьми, при упоминании предпочтаемого блюда, начинает хлопать в ладоши. Так дети узнают, что любит педагог.

Подвижная игра «Паровозик»

Цель: сплочение, установление доверительного контакта между детьми. Ход игры: ребята разбегаются по разным сторонам площадки и выбирают себе место – это их «станция». Педагог – «паровозик». Он обходит всех и под звучание песни «Мы едем,

едем, едем в далекие края ...» «прицепляет» вагончики к поезду. Сигналом для «сцепки» паровозика и вагончика служит обращение к ребенку ласковым именем.

Подвижная игра «Встаньте все, кто...»

Цель: сплочение, установление доверительного контакта между детьми.

Ход игры: дети стоят в кругу. Педагог говорит, что мы все очень разные и в то же время чем-то друг на друга похожи. Предлагает убедиться в этом, говоря: «Встаньте (похлопайте, потопайте, подпрыгните и т. д.) все, кто любит мороженое (плавать в реке, ложиться спать вовремя, убирать игрушки, кататься с горки и т. д.).

Раздел I. От древности до наших дней – 18 часов

Теория. История освоения Кольского полуострова, коренные жители, их традициями и обрядами. Интересные факты в использовании ягеля, особенности традиционных игр и соревнований.

1. Саамы – таинственные жители Лапландии (где живут, язык, внешность, одежда, жилище, питание, легенды)
2. Традиционные занятия саамов (охота, рыболовство)
3. Саамские игры (прыжки через нарты, метание аркана на рога оленя, метание копья, саамский футбол)

Практика. Подвижные игры

Подвижная игра «Поймать оленя»

Цель: воспитывать ловкость, выдержку, развивать скоростные умения. Воспитывать у детей интерес к народным играм саамов, любовь к родному краю.

На площадке устанавливается несколько оленевых рогов, от 10 до 15, на одной линии с условного места игроки начинают выбивать палкой оленьи рога. Кто больше выбил, тот, значит, больше и олений поймал. Эта игра развивает ловкость и меткость¹.

Подвижная игра «Оленьи упряжки»

Цель: воспитывать ловкость, выдержку, развивать скоростные умения. Воспитывать у детей интерес к народным играм саамов, любовь к родному краю.

Играющие стоят вдоль одной из сторон площадки по двое (один изображает запряженного оленя, другой – каюра). По сигналу упряжки бегут друг за другом, преодолевая препятствия: объезжают сугробы, перепрыгивают через бревно, переходят ручей по мостику. Доехав до стойбища (противоположной стороны площадки), каюры отпускают своих оленей погулять. По сигналу «Олени далеко, ловите своих оленей!» каждый игрок-каюр ловит свою пару.

Правила игры. Преодолевая препятствия, каюр не должен терять свою упряжку. Олень считается пойманым, если каюр его осалил.

Вариант. Две-три упряжки оленей стоят вдоль линии. На противоположном конце площадки – флаги. По сигналу (хлопок, удар в бубен) упряжки оленей бегут к флагу. Чья упряжка первой добежит до флага, та и побеждает². (Картотека народных подвижных игр саамов. Подготовила Христюк Валентина Павловна МБДОУ №31 города Апатиты 2020 год).

Театрализованные игры. (знакомимся с мифами и легендами)

Цель: развивать воображение, фантазию, внимание, самостоятельность мышления.

Легенды Сейдозера

Священное саамское Сейдозеро (Сейд с саамского означает «священный») расположено в центре Кольского полуострова, в Мурманской области, в районе, который традиционно именуют Русской Лапландией. В конце 20 века оно оказалось в центре внимания среди исследователей древнейшей истории нашей страны. Именно здесь

¹ Картотека народных подвижных игр саамов. Подготовила Христюк Валентина Павловна МБДОУ № 31 города Апатиты 2020 год.)

² Там же

обнаружили остатки древнейшей на Земле цивилизации, именуемой античными авторами гиперборейской.

Загадки озера Духов

Богата древняя земля саамов на места дикие, сказочные, овеянные различными легендами. Имеет она и свою жемчужину — уникальное, неповторимое в своей красоте, спрятанное в горах озеро Сейдозеро. Если день солнечный, то серебряная гладь озера, укрытая отвесными скалами, спокойна, приветлива; если через ущелье ворвётся ветер — ревёт, пенится, гудит.

Возникает вопрос, почему саамы столько озер называли одним и тем же именем — Сейтяввър, или Сейдозеро? Многие скажут: так ведь они поклонялись камням — сейдам. Но старики говорили, что нуэйты, колдуны лапландские, запутывали тем самым любопытных, уводя от священных мест. А уж Свято-озеро охранялось особенно. Все знали: есть у саамов чудо-озеро — рыбы полное, а как проехать, дойти до него — не ведали.

Ознакомив детей с историей/легендой/мифом, предлагаем им разыграть мини спектакль. Педагог раздаёт заранее заготовленные маски и атрибутику, проговорив, какую роль играет каждый ребёнок. Начинается представление: педагог зачитывает историю, а задача ребёнка мимикой, жестами, движениями отыграть сказанное.

Через мифы и легенды происходит знакомство и изучение топонимов родного края.

Подвижная игра «Саамский футбол»

Саамский футбол является неотъемлемой частью культуры коренных жителей Кольского полуострова - саамов. В саамский футбол играют только женщины (девочки). Играют в пятером в длинных сарафанах (такая вот спортивная форма). Голкипер стоит на воротах, которые представляют собой две воткнутые в землю жерди. Мяч в саамском футболе шьется из оленьих шкур и набивается либо оленьей шерстью, либо кусочками оленьей кожи. Он довольно тяжелый по сравнению с обычным футбольным мячом, но его точно также нельзя трогать руками. Голкиперу, разумеется, можно. Причем если в большом футболе вратарь может накрыть мяч своим телом, то в саамском футболе вратарь защищает мяч, накрывая его подолом юбки.

Матч обычно длится два тайма по 10 минут, и засчитываются лишь те мячи, которые закатились в ворота.

Раздел II. Кольский край – 33 часа

Теория. Климатические особенности. Растительный и животный мир. Ягоды и грибы. Водоёмы Кольского полуострова. Величественные Хибины.

Практика. Подвижные игры.

Игра «Четвертый лишний»

Цель: закреплять представления о природе родного края, развивать логическое мышление.

Комплектность: дом, карточки с птицами, животными и растениями, обитающими на территории Мурманской области. Карточки с птицами, животными и растениями России и других стран.

Ход игры: педагог вставляет в окна дома карточки с изображениями животных, птиц или растений. Дети находят и исключают тех, которые не живут (не растут) в Мурманской области, объясняют почему. Эта игра постоянно пополняется по мере накопления материала.

Игра «С какого дерева листок»

Цель: закрепить знания детей о природе родного края, деревьях, произрастающих на территории Мурманской области.

Материал: картинки с изображением деревьев и листвьев.

Ход игры. Дети с карточками в руках бегают врассыпную. По сигналу педагога «найди пару!» берутся за руки соответственно: берёза – берёзовый лист и т.д.

Игра «Зеленая аптека»

Цель: закрепить знания детей о лекарственных растениях родного края; о правильном использовании их в лечебных целях.

Материал: карточки с изображением лекарственных растений края.

Ход игры. Педагог показывает детям картинки и предлагает им назвать растение и рассказать, в каких целях его используют. За каждый правильный ответ ребёнок получает фишку. Победил тот, у кого больше фишек.

Игра «Птицы нашего города»

Цель: знакомить детей с птицами родного города

Материал: карточки с изображениями разных птиц, в том числе и не живущих в наших краях.

Ход игры: Педагог демонстрирует детям карточки с изображениями птиц, просит назвать и определить, живет птица в нашем городе или нет. Возможен вариант подвижной игры или эстафеты, когда дети на скорость собирают картинки и раскладывают их в разные места.

Дневник наблюдений (погода, деревья, птицы).

Цель: расширение и обогащение представлений детей о погоде, мире растений и птиц, особенностях их внешнего вида, строения; их сходстве и отличительных признаках, развитие воображения, интереса к наблюдению, любознательности, связной речи; воспитание бережного отношения к миру природы.

Задачи, решаемые в процессе создания дневника: формировать умение вести целенаправленные наблюдения, анализировать увиденное и делать выводы; устанавливать причинно-следственные связи; закреплять в памяти детей значение условных обозначений; совершенствовать умение аккуратно и правильно раскрашивать изображение растений; развивать интерес к наблюдениям в природе.

Раздел III. Первый поход – 19 часов

Теория. Туризм и туристы. Техника безопасности в туристском походе. Постройка временных укрытий. Туристское снаряжение. Знакомство с топографическими знаками и картой. «Собираемся в поход»

Практика. Подвижные игры

Игра «Покажи туриста» - Имитация движений рук.

«Туристы - автомобилисты»

«Туристы - водники»

«Туристы - велосипедисты»

«Туристы-лыжники»

«Туристы - пешеходники»

Соревнование «Туристская полоса препятствий»

1. Бег на короткую дистанцию с рюкзачком.
2. Подлезание через гимнастический обруч, правым, левым боком.
3. Ходьба приставным шагом по растянутому на земле канату держась за веревку.
4. Впрыгивание и спрыгивание с предмета (имитация движений по кочкам)
5. Ходьба по верёвочной лестнице, растянутой на земле.
6. «Волна» Дети выстраиваются в две шеренги и передают над головой пустой рюкзак.

Подвижная игра «Туристская эстафета»

Соревнование проводится между двумя командами.

Пролезть в тоннель, забраться в палатку взять из нее мячик определенного цвета и возвращаясь к команде тем же путем положить мячик в рюкзак. Побеждает та команда, которая быстрее выполнит задание.

На земле разложены листы фанеры имитирующие кочки на болотистой местности. Задача участников аккуратно, соблюдая технику безопасности, переправится на другой берег

Побеждает та команда, которая быстрее выполнит задание.

На тенте разложены туристское снаряжение (личное и групповое), задача участников собраться в поход укладывая в рюкзак только необходимые вещи.

Побеждает та команда, которая быстро и правильно выполнит задание.

Костёр. Задача команды собрать из заготовленных веточек костёр, иллюстрация которого изображена на карточке.

Побеждает та команда, которая быстрее выполнит задание.

Походный обед. Перед командами расставлены котлы для приготовления пищи и заготовленные наборы дидактических карточек с изображением овощей/фруктов/воды... Задача команды «сварить» предложенное блюдо помещая карточки в котелок. Этап проходит, как эстафета.

Побеждает та команда, которая быстрее выполнит задание.

Игры – путешествия на местности с картой.

Цель этих игр приучить детей умению ориентироваться по компасу, маскироваться, ползать по-пластунски, читать «следы» и условные дорожные знаки.

Необходимое оборудование и заготовки: карта участка, флаги, компас, макеты, кегли.

Пример подвижной квест-игры с элементами ориентирования «Поиск клада»³

На участке находится конверт, в котором лежит карта. На карте 4 окошка, в одном окошке есть картинка, остальные пустые. Окошки пронумерованы, от одного окошка до другого идет пунктирная стрелочка.

Педагог задает вопрос детям, есть ли такое место на прогулочном участке, которое нарисовано под цифрой 1?

Нарисована веранда. Дети вместе с педагогом идут на веранду и находят конверт меньшего размера, в конверте записка и еще конверт, на самом маленьком конверте и на последующих написано: «Открой меня, когда справишься с заданием».

Педагог читает: «Встать в колонну, провести мяч над головой, обратно- между ногами, дальше- с левого бока, потом с правого».

Дети выполняют задание.

После выполнения упражнений дети вместе с педагогом открывают самый маленький конверт и находят подсказку - следующий пункт для выполнения упражнений.

Нарисовано спортивное оборудование – кораблик/машинка/песочница. Педагог может попросить кого-то из детей приклеить подсказку в пустое окошко под номером 2 (на подсказке двусторонний скотч) либо может приклеить сам, обговорив свои действия с детьми (клейм, что бы мы вспомнили, на каких пунктах мы сегодня были и др.).

Дети идут к кораблику/машинке/песочнице, находят там конверт, аналогично первому пункту - в конверте записка с указанием и маленький конверт с подсказкой. Указания для выполнения заданий (читает педагог): «Займите место на бортах корабля/кузове машины/бортине песочницы и поднимите 10 раз правую ногу под счет взрослого. А теперь 10 раз левую ногу». Дети выполняют задание, открывают самый маленький конверт, находят следующую подсказку. Опять либо педагог, либо ребенок наклеивают подсказку в пустое окошко № 3.

На картинке обозначено свободное место между всем спортивно-игровым оборудованием на участке. Снова находят конверт с заданием и подсказкой. Задание: «Нужно приседать под счет педагога». Дети становятся в свободном порядке, выполняют задание. Далее открывают конверт с подсказкой. Наклеивают подсказку в окошко № 4.

Нарисована полянка. Дети и педагог идут на полянку. Там либо расстелен плакат с кругами, либо круги нарисованы прямо на земле. Находят конверт с заданием и конверт с подсказкой. Задание: «Прыгай по кочкам на правой ноге, а обратно на двух ногах». Дети успешно выполняют задание. Открывают конверт с подсказкой. Читает педагог: «Дорогие ребята! Вы сегодня были очень внимательными, ловкими, выносливыми и за это вам

³Автор Гераськина Марина Сергеевна, г. Тула

полагается награда. Но нужно найти и ее. От домика (любой ориентир на игровой площадке) идите прямо 12 шагов, дальше поверните направо и идите 8 шагов. Где-то здесь спрятана награда за ваши достижения».

Дети выполняют все указания и находят сундучок с наградой.

Соревнования по мини-ориентированию «Спортивный лабиринт»

На огороженной площадке установлены препятствия и контрольные пункты. На карте указаны контрольные пункты, которые соединены и пронумерованы в порядке прохождения (для младших школьников можно использовать вместо цифр изображения фруктов/овощей/транспорта...). Задача участника — пройти отмеченные на карте КП в указанном порядке.

Ориентирование на листе бумаги

Дидактическая игра «Найди место игрушке»

Цель: учить правильно определять углы, стороны и центр листа бумаги.

Дидактическая игра «Нарисуй игрушки на листе бумаги» (с опорой на рисунок-образец)

Цель: уметь составлять план.

Дидактическая игра «Нарисуй игрушки на листе бумаги» (с опорой на реальные предметы, расставленные на столе)

Цель: знакомство с планом.

Дидактическая игра «Где план, а где рисунок?»

Цель: научиться отличать план от рисунка.