

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
муниципального образования город Краснодар
«Центр развития ребенка – детский сад № 8»**

**СБОРНИК МЕТОДИЧЕСКИХ МАТЕРИАЛОВ ДЛЯ
ПЕДАГОГИЧЕСКИХ РАБОТНИКОВ ДОШКОЛЬНЫХ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ**

**«Использование «Тропы здоровья» в условиях
ДОО как средства развития двигательной
активности детей дошкольного возраста»**

Авторы-составители:

Демченко Алина Григорьевна, Мигова Анна
Викторовна, инструкторы по физической
культуре МБДОУ МО г. Краснодар «Центр -
детский сад №8»

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка	3
2. Практический материал по использованию «Тропы здоровья» в работе по развитию двигательной активности детей старшего дошкольного возраста:	
- станции «Тропы здоровья»;	4
- Конспект летнего туристического мероприятия с участием родителей «Мы туристы»	13
3. Список использованной литературы	16

Пояснительная записка

Физическое воспитание детей дошкольного возраста в дошкольных образовательных организациях осуществляется в соответствии с Образовательной программой дошкольного образования. При этом задачи физического воспитания многообразны и тесно связаны между собой, а также с музыкальным и эстетическим воспитанием, развитием речи и т.д. Их цель заключается в совершенствовании основных движений, быстроты, ловкости, согласованности движений, умения действовать в коллективе, активности, инициативы и в укреплении здоровья.

Для успешного физического воспитания детей дошкольного возраста необходимо максимально учитывать особенности возрастной физиологии. Данные о влиянии физических упражнений на организм детей дошкольного возраста позволяют научно, с точки зрения физиологических возможностей детского организма, обосновать выбор и дозировку упражнений.

Как известно, двигательная активность детей зависит от уровня развития их высшей нервной деятельности и меняется под влиянием условий внешней среды, важная роль среди которых принадлежит факторам физического воспитания.

У детей дошкольного возраста отмечается быстрое развитие и совершенствование двигательного анализатора. Условные рефлексы у детей этого возраста вырабатываются быстро, но закрепляются не сразу и навыки ребенка вначале непрочно и легко нарушаются. Процессы возбуждения и торможения в коре головного мозга легко иррадируются, поэтому внимание у детей неустойчиво, ответные реакции носят эмоциональный характер, и дети быстро утомляются. Кроме этого, у детей дошкольного возраста процессы возбуждения преобладают над торможением.

Следовательно, детям этого возраста нужно давать упражнения для развития основных двигательных умений, приучать их выполнять ритмичные движения, вырабатывать способность ориентироваться в пространстве, совершенствовать быстроту реакций и развивать активное торможение.

Для растущего организма физкультурные упражнения и подвижные игры приобретают особую ценность.

Особенность “Тропы здоровья” заключается в том, что она позволяет всем участникам здоровьесбегающего процесса и детям, и взрослым по-новому воспринимать и эффективно использовать имеющееся спортивное и игровое оборудование на территории дошкольного учреждения.

Цель: повысить двигательную активность детей, воспитать потребность в физических упражнениях, создать положительный эмоциональный настрой.

Задачи:

1. Развивать физические качества, обеспечивая высокую двигательную активность детей.
2. Развивать ловкость, выносливость, чувство взаимопомощи в играх и эстафетах.
4. Способствовать развитию творческого подхода в разрешении игровых ситуаций.

Маршрут «Тропы здоровья» проложен по территории дошкольного учреждения и состоит из 5 станций. Каждая станция включает в себя несколько объектов или модулей. Существующую структуру можно использовать как единый маршрут, так и каждую станцию в отдельности.

Составлена карта маршрута, на каждой станции есть свои указатели с названием и схематичным изображением.

Предлагаемые станции «Тропы здоровья»:

1. «Туристическая»
2. «Светофорик»
3. «Поезд здоровья»
4. «Путешественники»
5. «Веселый стадион»

Инструктор приглашает детей в путешествие по «Тропе здоровья». Говорит, что тропа эта волшебная – кто по ней идет становится здоровым, сильным и смелым. Предлагает стать туристами. Рассматривают карту маршрута и отправляются на любую выбранную станцию.

Практический материал по использованию «Тропы здоровья» в работе по развитию двигательной активности детей старшего дошкольного возраста

Станция «Туристическая».

Задачи: укрепить мышцы туловища, спины и живота; тренировать мышцы стопы; формировать правильную осанку; воспитывать согласованность движений, организованность, умение ориентироваться на площадке.

Оборудование: на земле нарисованы: желтая дорожка(тропинка), зеленые круги (кочки), разноцветная «змейка», синяя широкая дорожка(ручей); обручи, флажки.

Дети идут друг за другом и выполняют игровые упражнения:

1. Игровые упражнения:

- «По тропинке мы идем» (Идут по нарисованной на земле тропинке).
- «С кочки на кочку» (Перепрыгивают с кочки на кочку).
- «Догони змейку» (Ходьба змейкой).
- «Перейди через ручеек» (Перешагивают через ручеек).

Идут дальше и приходят на «Полянку отдыха»:

2. Игра «Зеркало». Ведущий выполняет упражнения, а дети их копируют (разные виды ходьбы, положения рук, прыжки на одной ноге, на двух с продвижением вперед).

3. Игра «Смена ведущих». Дети двигаются в колонне по одному. Ведущий называет имя ребенка, который должен занять место направляющего.

- Туристы смелые и ловкие, справятся с любыми препятствиями на пути.

4. Эстафета «Перейди болото». Играют две команды. Флажками размечается начало и конец «болота». Капитанам команд выдаются два обруча для перехода по «болоту». По сигналу капитаны начинают движение, перекладывая поочередно с места на место обручи, переходя по ним «болото», не касаясь земли ногами. Закончив переправу, быстро возвращаются на старт для передачи обручей. Побеждает команда, закончившая эстафету первой, и не провалившаяся в «болото».

Станция «Светофорик».

Задачи: развивать общую выносливость, дыхательную систему, закрепить знания о правилах поведения на улице, повторить дорожные знаки, воспитывать стремление к своей безопасности и окружающих

Оборудование: светофор, дорожные знаки, на асфальте нанесена разметка пешеходного перехода, круги (красного, желтого и зеленого цвета), два тоннеля, гимнастические палки, деревянный кирпичик с отверстием, гимнастическая палка с держателями для колец, три кольца (красное, желтое, зеленое), скамейки.

- Ребята, совсем скоро вы пойдете в школу и, возможно, вам придется самостоятельно переходить проезжую часть. И чтобы избежать опасностей на дорогах, надо знать правила дорожного движения.

1. Игра на внимание «Сигнал светофора»

В руках у каждого ребенка круг (красного, желтого, зеленого цвета). Участники выстраиваются в шеренгу.

Инструктор: На дорогах с давних пор

Есть хозяин – светофор!

Перед вами все цвета,

Вам представить их пора.

Загорелся красный свет. (Дети поднимают красные круги)

Все вместе: Стой, вперед дороги нет!

Инструктор: Желтый глаз твердит без слов. (Поднимают желтые круги)

Все вместе: К переходу будь готов.

Инструктор: На зеленый свет – вперед! (Дети поднимают зеленые круги)

Все вместе: Путь свободен! Переход!

- Молодцы! Хорошо знаете сигналы светофора. А сейчас давайте немного разомнемся.

3. Эстафета «Подземный переход»:

Команды выстраиваются в колонны. Перед каждой командой выкладывается туннель. Дети по очереди проходят его, обегают стойку и возвращаются к своей команде, передают эстафету.

- Когда такого туннеля нет, нужно поискать знак «Наземный переход». Рядом с ним на проезжей части обязательно нарисована полосатая дорожка – «зебра». (ведущий показывает знак «Наземный переход»)

Настоящий пешеход
Сразу ищет переход.
Осторожны его ноги,
Он не пешка на дороге.

Станция «Поезд здоровья»

Задачи: закреплять навыки лазанья различными способами, развивать функцию равновесия при выполнении упражнений; формировать у детей правильную осанку, координацию движений, укреплять мышечный аппарат и моторику рук и ног;

Оборудование: на участке расположены спортивные объекты: лестница, горка, скамейка, МАФ «Паровоз».

1. Упражнение «По бревнышку»

- Дальше мы сейчас пойдем, по тропинке в лес зайдем,
Руки за спину кладем и по бревнышку идем!

(дети по очереди идут друг за другом по начерченной на земле линии, держа руки за спиной)

2. Упражнение «По озеру на лодке»

- Мы вышли к озеру (дети занимают положение сидя верхом на скамейке и начинают выполнять движения, имитирующие греблю веслами)

3. Упражнение «На крутой берег»

- Дружно на берег крутой, поднимаемся гурьбой.

(друг за другом поднимаются по одной гимнастической стенке вверх и спускаются вниз по другой)

5. Упражнение «По мостику»

- Мы в затылок поравнялись,
на ступеньки приподнялись,
На мосточек мы взошли,
вот и речку перешли!

(дети поднимаются по перекладинам, идут по мостику, спускаются)

- Вот мы и прокатились на Поезде Здоровья.

Мы здоровы и сильны! Вот какими стали мы стали

Станция «Путешественники»

Задачи: развивать глазомер, меткость броска, ловкость, координацию движений; гибкость при выполнении игровых упражнений; способствовать обогащению знаний детей о традиционных промыслах и самобытных физических упражнениях народов Севера.

Оборудование: мягкие мячи, обручи, маска волка, «оленьи рожки».

1. Подвижная игра «Перелет птиц»

Дети – «птицы» стоят врассыпную на одной стороне зала напротив гимнастической стенки.

По сигналу «Птицы улетают!» нужно, подняв руки-крылья в стороны, бегать по залу. По сигналу «Буря!» - быстро бежать к гимнастической стенке и влезать на нее – так птицы скрываются от бури на деревьях. Когда я скажу: «Буря прекратилась!» - все птицы спускаются с гимнастической стенки чередующимся шагом и снова бегают – продолжают полет.

2. Подвижная игра «Охотники и звери»

Дети изображают лесных зверей: зайцев, медведей, лисиц. В определенном месте зала начерчен мелом круг – дом охотников.

Два охотника стоят у противоположных сторон зала. В руках у каждого 2 мяча. Дети бегают врассыпную по залу, передавая движениями характерные особенности изображаемых зверей. По сигналу «Охотники!» звери замирают – останавливаются, а охотники стреляют – бьют мячом с места 2 раза в ноги детей. Тех, кого подстрелили, охотники отводят в свой дом.

3. Подвижная игра «Волчата и лисята»

Все вместе говорим слова: «В лесу играют волчата, вместе с ними играют лисята, и, совсем как маленькие ребятишки, играют они в ловишки». А потом внимательно слушайте мой сигнал «раз, два, три... лисенок, лови!» - волчонок убегает, а лисенок ловит или наоборот. Поймав, нужно снова построиться в пары.

Станция «Веселый стадион»

Задачи: развивать интерес к спортивным играм и упражнениям; учить детей придумывать варианты игр; комбинировать движения, проявляя творческие способности; развивать самостоятельность в двигательных действиях, с учетом гендерных особенностей детей

Оборудование: мячи, скакалки, спортивные игры: «Городки», «Бадминтон».

- Инструктор предлагает детям выбрать игры и игрока по своему желанию. Площадка поделена на четыре части- нанесена разметка. На одной части играют в городки, на другой в бадминтон, на третьей прыгают на скакалке, на четвертой выполняют упражнения с мячом. Девочкам рекомендуем бадминтон и скакалки, а мальчикам- городки и мячи.

Таким образом, можно сделать вывод, что разработка и использование «Тропы здоровья» в образовательном процессе способствует оптимизации двигательной деятельности дошкольников, повышению эффективности оздоровительной и образовательной работы с детьми дошкольного возраста, способствует развитию физических качеств.

При организации оздоровительных прогулок, старались не заорганизовать детей, предоставить им возможность реализовать свои потребности в движении в различных видах деятельности:

- подвижные игры;
- спортивные игры;
- игры- эстафеты и соревнования;
- игры по ориентированию на местности;

- оздоровительная ходьба;
- самостоятельная двигательная активность.

Результаты работы убеждают, что использование в маршруте образовательного материала способствует расширению знаний детей о безопасности жизнедеятельности. Применение регионального компонента позволило дошкольникам познакомиться с играми народов Крайнего Севера. Учитывая климатические особенности региона, воспитанники больше узнали о природе родного края.

«Тропа здоровья» стала для наших детей формой физического самовыражения, средством активного отдыха и положительного эмоционального настроения.

Подвижная игра «День и ночь»

Посередине зала проводят линию, по обе стороны от нее, в 1,5-2 м, отмечают 2 дома. Играющие делятся на 2 команды: ночь, день. Встают на расстоянии 1 м от средней линии спиной к ней, через 2 шага друг от друга. Против каждой команды находится дом противника. Когда все встали на свои места, ведущий бросает жребий – дощечку, окрашенную с одной стороны в черный цвет. Если дощечка упала белой стороной, ведущий громко кричит: «День!» игроки из команды дня поворачиваются и бегут между игроками ночи к своему дому. Те бегут за ними и стараются осалить. Осаленные переходят в команду ночи. Ведущий вновь бросает жребий, игра продолжается. Побеждает команда, где больше осаленных игроков.

Подвижная игра «Успей выбежать»

Играющие образуют круг. В середину круга выходят 7-8 детей. Стоящие по кругу поворачиваются вправо или влево и, держась за руки, бегут по кругу. Стоящие в середине хлопают в ладоши. По сигналу «Стой!» дети быстро останавливаются и поднимают вверх сцепленные руки. Инструктор быстро считает до трех. За это время дети, стоящие в середине круга, должны успеть выбежать из него. После счета «три» дети быстро опускают руки.

Станция «Всезнайка»

(Дети отвечают на вопросы инструктора.)

1. Какие виды туризма вы знаете? (велосипедный, пеший, лыжный, горный, автомобильный).
2. Какие части света вы знаете? (Север, юг, запад, восток).
3. Где восходит солнце? (На востоке).
4. Где заходит солнце? (На западе).
5. Какие вы знаете съедобные грибы? (Подберезовики, подосиновики, грузди, лисички, опята).
6. А несъедобные? (Поганки, мухоморы, ложные опята, ложные лисички).
7. Какие лесные ягоды можно есть? (Малину, землянику, ежевику, рябину).
8. А какие нельзя? (Волчью ягоду, вороний глаз, бузину).
9. Каких зверей надо опасаться в лесу? (Волка, кабана, медведя, лося).
10. Можно ли пить воду из рек, озер, из других источников? (Нельзя, воду можно пить только после фильтрации и кипячения, кипятить не менее 10

минут).

11. В чем несут все необходимое, когда идут в поход? (В рюкзаке).
12. Где спят туристы? (В палатке).
13. В чем готовят еду? (В котелке).
14. Над чем висит котелок, когда готовят еду? (Над костром).
15. Из какого дерева лучше разжигать костер? (Из ели).
16. Что является постелью в походе? (Спальный мешок).
17. Как называется предмет, с помощью которого мы узнаем части света? (Компас).

Пословицы о природе:

- "Лес - богатство и краса береги свои леса";
- "Лес и вода родные брат и сестра,
- "Враг природы тот, кто лес не бережет",
- "Лесная сторона не одного волка, а и мужика досыта кормит",
- "Для города каждое дерево дорого",
- "Срубить дерево - пять минут, вырастить - много лет",
- "Кто с дерева кору снимает, тот его убивает",
- "Одна искра целый лес сжигает",
- "Не мудрено срубить, мудрено вырастить",

Что такое здоровье? — Сила, ум, красота, счастье.

Что надо делать, чтобы быть здоровым? — Закаляться, выполнять режим дня, гулять на свежем воздухе, правильно питаться, проветривать помещение.

Как надо помогать здоровью? — Беречь зрение и не сидеть долго у телевизора, компьютера, следить за осанкой, осторожно переходить улицу.

Какие грибы съедобные, а какие нет? (На столе перед лежат карточки, на которых изображены грибы. На одну доску дети должны прикрепить магнитом съедобные грибы, на другую — несъедобные).

Проводится игра «Самый ловкий».

По кругу разложены грибы. Их на несколько штук меньше, чем участников. По сигналу дети начинают движение по кругу, по второму сигналу — быстро берут один гриб. Кто не успел взять гриб, выходит из игры. Ведущий убирает постепенно несколько грибов. Игра продолжается, пока не останется несколько участников — самых ловких.

Задания на знание правил поведения в лесу:

Если ты в лесу поцарапался, а йода или зеленки с собой нет, то чем ты можешь смазать царапину?

Если тебя укусила оса, что ты будешь делать? — Нужно вытащить жало, смазать место укуса мылом.

Если ты сильно разбил коленку, что ты будешь делать? — Нужно промыть рану, обработать ее, перевязать бинтом.

Если ты обнаружил на своем теле клеща, что ты будешь делать? — Нужно сообщить взрослому, смазать кожу маслом и, когда клещ начнет выбираться из-под кожи, нужно его аккуратно вытащить иголкой, обратиться к врачу.

Собираясь в лес на природу помни о правилах безопасности:

Надевай одежду, которая плотно облегает твоё тело.

Кофта должна быть обязательно заправлена в брюки, на голове косынка, капюшон, кепка.

Вернувшись из леса, сразу осмотри своё тело. Лучше всего видно присосавшегося клеща на солнце. Обнаружив на своём теле клеща, немедленно сообщи об этом взрослому — сам ты не справишься с этой проблемой.

Если ты загнал под кожу занозу, что ты будешь делать? — Нужно сообщить взрослому, обработать иголку спиртом и вытащить занозу иголкой.

Что делать, если ты ударился головой и набил шишкой? — Нужно приложить что-нибудь холодное: холодную ложку, платок, смоченный в холодной воде, мокрую газету.

Что делать, если тебя покусали комары? — Нужно укусы смазать рапой — соленой водой. Это поможет уменьшить зуд.

Что делать, если в лесу ты встретил дикого зверя? — Нельзя убегать. Лучше всего замереть, тогда зверь пойдет своей дорогой. Если зверь собрался на тебя напасть, позови на помощь взрослого, забирайся на дерево.

Игра-эстафета: "Что в походе пригодится?"

Дети стоят в двух колоннах за линией старта. На расстоянии 7 шагов разложены различные предметы – как необходимые в походе, так и совершенно не нужные: (свисток, фонарь, компас, бутылка с водой, кружка, ложка, чашка, фотоаппарат, продукты, карта, спальный мешок, спортивные гантели, конструктор и др.). По сигналу первый участник подбегает к предметам, выбирает необходимый для похода предмет, возвращаясь с ним, передают эстафету следующему. По окончании игры проверяют правильность выполненного задания, уточняют, для чего нужен тот или иной предмет.

Эстафета «Преодоление препятствий».

Дети преодолевают болото «по кочкам» (обручам) встречающихся на их пути.

Подвижная игра: «Кто соберет больше шишек в обруч!»

За две минуты дети и родители собирают шишки в обруч. Выигрывает команда, собравшая большее количество шишек.

Станция «В поисках сокровищ»

Поиграем в пиратов! Где – то спрятано сокровище. У нас есть некоторые указания, план... и много желающих обнаружить тайник. Посмотрим, кто же его найдёт первым?

Подготовка: сокровищем могут быть сувениры, сладости и т.д. Сокровище можно положить в банку, коробку или ящик, который можно

раскрасить как сундук. Принять участие могут 2, 3 или 4 команды. Каждая команда состоит из 3-6 человек. Потребуется бумага, карандаши, компас и карта. Можно взять фляжку с водой. Необходимо выбрать для игры большую площадку с зарослями, деревьями, оврагами и пригорками. Придумываются таинственные послания и прячут их в различных местах (организатор игры): закопать, привязать к ветке, спрятать под камнем и т. д.

Правила и ход игры: игра включает в себя несколько этапов (например, пять). Вначале каждая команда получает конверт, в котором содержится указание, как найти следующее сообщение, спрятанное дальше. И так далее. В последнем сообщении раскрывается местоположение тайника. Сообщение может быть закодировано. Можно нарисовать план, используя симпатические чернила, или разрезать его как пазл. Каждое послание содержит два указания: маршрут следования к следующему сообщению и информацию, как найти его точное местоположение. На одном из отрезков пути можно не рисовать план, а указать дорогу при помощи специальных знаков. Каждый раз требуется два конверта. В первом содержится загадочное послание. Во втором первое послание расшифровано, чтобы в случае ошибки можно было найти верный путь. Если команда вскрывает второй конверт, то она должна вернуться на один этап назад или выполнить дополнительное задание. Каждой команде можно придумать название и эмблему, которая будет изображена на конвертах. Естественно, команды не имеют право брать чужие конверты.

Игры озорного рюкзачка.

Занимательные подвижные игры на природе.

Задачи: оздоровительные, воспитательные, образовательные задачи оказывают всестороннее воздействие на физическое развитие и оздоровление ребёнка. В процессе игры двигательная активность детей вызывает деятельное состояние всего организма, усиливает процессы обмена, повышает жизненный тонус.

Цель: совершенствование освоенных ранее детьми двигательных навыков и воспитание физических качеств.

Лиса и мыши.

Животным нелегко живётся в дикой природе. Они постоянно борются за выживание. Хищник должен питаться, добыча старается от него ускользнуть. В этом поединке у каждого свои преимущества.

Подготовка: необходимо подготовить площадку для игры. Она должна быть сухой, на ней не должно быть зарослей или молодых деревьев. Её размер зависит от количества игроков: на 10 человек примерно 40*40 метров. Проводить игру лучше осенью, понадобится много сухих листьев. Листья сгребают в небольшие кучи, которые будут играть роль мышиных нор. Мышей должно быть больше, чем нор. Количество нор должно быть вдвое меньше количества участников. Нужно также обустроить «станцию реанимации» - она должна быть обозначена кругом из листьев, веток или камней.

Правила и ход игры: один из участников будет лисой (можно выбрать двух водящих), другие – мышами. Мыши не могут выходить за пределы игровой площадки. Лиса пытается поймать мышей. Как только она касается мыши, та становится узницей и ложится (приседает, садится на корточки и т.д.) на землю. Одна мышь-узница может быть спасена двумя другими мышами: они должны её перенести на станцию реанимации. Как только мышь засунула голову в норку (куча листьев), она в безопасности и лиса не может к ней прикоснуться. Но норка может укрыть за один раз только одну мышь. Если мышь подбегает к уже занятой норке, она кричит: «Выходи отсюда, мышь!» Тогда находящаяся в норке мышь должна найти другую норку. Когда лиса стучит 3 раза по специально отведённой ветке (колокольчик, бубен), все мыши должны поменяться норками. Игра заканчивается тогда, когда все мыши становятся узниками. Если через 10 минут после начала игры лиса не смогла поймать всех мышей, то игроки меняются ролями: главная мышь, выбранная до начала игры, свистит, подавая сигнал (это может быть и взрослый). В этот момент все мыши (даже узники) начинают преследовать лису. Тот, кто сделает её узницей, сам становится лисой.

Ралли на природе.

Смысл игры заключается в том, что участники должны пройти маршрут, который состоит из нескольких этапов, и преодолеть испытания. Возможны любые варианты игры. Организуется в лесу трасса и предлагаются различные конкурсы, связанные с природой.

Подготовка: для подготовки к игре команда организаторов должна быть многочисленной. Нужно точно обозначить трассу и задания. На каждом этапе один из организаторов будет проводить конкурсы. Участников в ралли может быть много. Они распределяются на группы, в каждой из которой будет минимум 3 человека. Трасса может быть обозначена по-разному. Можно дать карту каждой команде, можно использовать зашифрованные послания или же отметить правильную дорогу знаками. Трасса будет интереснее, если она проходит через труднопроходимые места, можно сделать ложные тропинки. Чтобы обозначить дорогу, вместо знаков можно использовать следы животных. Вырезается силуэт (контур, оттиск, печатка и т.д.) на деревянном бруске или каком-либо другом твёрдом материале и ставятся эти отпечатки на равномерном расстоянии друг от друга на земле или песке. Но не забудьте предложить вопросы и задания.

Правила и ход игры: во время прохождения трассы игроки должны заполнить вопросник. В некоторых точках маршрута один из организаторов ждёт их, чтобы предложить им выполнить задание. Каждый вопрос и каждое задание оценивается определенным количеством баллов. При определении победителя учитываются время прохождения маршрута и количество набранных баллов.

Примеры заданий: назвать цветок, узнать дерево по его коре с закрытыми глазами, узнать животное по следам, определить растение по

запаху, определи по приметам и т.д. Можно предложить несколько спортивных состязаний.

Примеры вопросов: Какие из этих растений находятся под охраной? Как называется самка кабана? (кабаниха) Где живут муравьи? (в муравейнике) и т.д.

Конспект летнего туристического мероприятия с участием родителей «Мы туристы»

Цель: Пропаганда совместного семейного отдыха и семейного туризма.

Задачи: расширить представление детей о туризме, как виде спорта и активного отдыха.

Совершенствовать выносливость, ловкость, координацию. Закреплять знание правил поведения в походе.

Оборудование: Рюкзаки, палатки, аптечка, спальные мешки,

Ход мероприятия:

Построение на спортивной площадке (у паровозика).

В.: Какое сейчас время года?

Чем занимаются люди летом?

Как называются люди с рюкзаками?

Для чего туристы ходят в турпоходы?

Сегодня мы отправляемся в поход.

Словесная игра «Собери рюкзак».

В.: Очень быстро отвечайте,

Будьте внимательны, не зевайте:

Называю я предмет- кладём в рюкзак или нет?

Если ДА- в ладоши хлопни,

Если НЕТ- ногою топни.

Все готовы? РАЗ, ДВА, ТРИ!

Котелок, уют, расческа.

Пылесос, сачок и соска.

Вездеход, бинокль, духи.

Две засушенных блохи, носовой платок, подушка.

Ласты, мяч, коньки и клюшка.

Молоток, веревка, нож.

Ну, а соль с собой возьмешь?

Спички, гвозди, сала шмат.

Вот и собран наш рюкзак!

Зарядка «Солнышко».

1, 2, 3, 4 – Мы в туристов превратились! *Идём по туристической тропе.*

Кто шагает дружно в ряд?

Туристический отряд!

Мы туристы смелые, на солнце загорелые!

Не будет трудно нам нигде.

Поможем другу мы в беде!

Прилетает бумажный самолётик- карта.

При помощи карты дети ориентируются на местности и определяют направление движения по маршруту.

За углом их ждет сказочный персонаж (Б.Я.)

Б.Я.: - Кто вы такие? Куда идёте? Вот я сейчас проверю, какие вы туристы!
Загадывает загадки.

Он с тобою и со мной

Шел лесными стежками

Друг походный за спиной

На ремнях с застежками. (Рюкзак)

И от ветра, и от зноя

От дождя тебя укроет

Спать в ней сладко

Что это? ... (Палатка)

И в лесу, и в океане

Он отыщет путь любой.

Умещается в кармане

И ведёт нас за собой. (Компас)

Он в походе все нам нужен

Он с кострами очень дружен

Можно в нём уху варить

Чай душистый вскипятить! (Котелок)

Полоса препятствий.

Пришли во внутренний дворик на туристический привал: палатки, костер, гитара.

Игра- драматизация «Как зверушки лес спасали»

Оборудование: маски зверей, корону Фею.

Лесная Фея: Лесные зверушки, скорее сюда!

Звери (зайцы, лисы, белки и т.д.): что случилось?

Лесная Фея: случилась беда! В лес пришел мальчишка

Злой разбойник Гришка!

Он деревья обижает,

Птичьи гнезда разоряет!

Звери: Надо Гришку испугать

С Гришкой в «Эхо» поиграть!

Нужно проучить мальчишку

Злого хулигана- Гришку!

Лесная Фея: Слышу - он идет сюда! Прячьтесь, звери, кто куда!

Входит Гришка, напевая песню.

Гришка: Я люблю в лесу гулять,

Всех пугать и всё ломать.

Я цветы срываю, гнезда разрушаю.

Вот я смелый какой!

Звери: (вторят, как эхо): ОЙ-ОЙ-ОЙ...

Гришка: Кто там прячется в кустах?

Звери: ТАХ-ТАХ-ТАХ...

Гришка: На меня наводит страх...

Звери: АХАХ-АХ...

Гришка: Мне не страшно, я не трус!

Звери: ТРУС-ТРУС-ТРУС...

Гришка: И тебя я не боюсь.

Звери: ЮСЬ-ЮСЬ-ЮСЬ...

Гришка: Ой- ёй- ёй, Ай- яй- яй!

Мама, мама, выручай!

Я больше не буду цветочки срывать,

Я больше не буду лес обижать!

Звери: Ура, ура, ура!

- Молодцы, ребята! Настоящие туристы берегут природу. Что мы можем сделать для природы нашего города? (Не бросать мусор на землю; сажать деревья, цветы, не разжигать костры в лесу; привлекать птиц скворечниками).

Эстафеты, конкурсы.

- «Соберись в поход»

- «Заготовь дрова для костра» (палочки для костра).

- «Принеси воды».

- «Рыбалка».

- «Приготовь обед» (Муляжи овощей)

- «Экстренный сбор!»

- «Собери шишки для поделок»

- «Сушим промокшее бельё»

- «Природная аптечка. (Лекарственные травы)», «Первая мед. помощь»

- «Наведи порядок (Экологический десант)» (После игры)

Игра с родителями «Деревья- пеньки» *(на сплочение коллектива)*

Подводим итоги.

Сюрпризный момент.

Заключительная песня под гитару.

Угощения из котелка.

Список использованной литературы

1. Бабенкова, Е.А. Как сделать осанку красивой, а походку легкой/ Е.А. Бабенкова. – М.: ТЦ Сфера, 2008.
2. Бабенкова, Е.А. Игры, которые лечат. Для детей от 3 до 5 лет/ Е.А. Бабенкова, О.М. Федоровская – М.: ТЦ Сфера, 2008.
3. Горькова, Л.Г., Занятия физической культурой в ДОУ: Основные виды, сценарии занятий/Л.Г. Горькова, Л.А. Обухова. – М., 2007.
4. Никонорова, Т.С. Здоровячок. Система оздоровления дошкольников/ Т.С. Никанорова, Е.М. Сергиенко. – Воронеж, 2007.
5. Картушина, М.Ю. Оздоровительные занятия с детьми 6-7 лет/ М.Ю. Картушина – М.: ТЦ Сфера, 2008.