

«Мы выбираем турпоход!»

Срок проведения: сентябрь

Место проведения: лесопарк 50-летия ВЛКСМ.

Время проведения: первая половина дня

Форма: спортивная, по сезону.

Длительность: 1 часа 30 мин.

Расстояние: 1,5 км.

Оборудование: рюкзаки, карта-схема, два флажка, 6 карточек с изображением деревьев, светоотражающие жилеты, корм для птиц обитателей парка, 2 обруча, перекус.

Участники: дети подготовительной группы, родители детей, воспитатель группы.

Задачи:

1. Закреплять представление детей о сохранении здоровья через активный отдых на природе.
2. Упражнять детей в ходьбе на длительное расстояние, прививать детям навык ориентировки на местности, разбираться в карте схеме маршрута.
3. Развивать физические качества, обеспечивая высокую двигательную активность детей.
4. Развивать выносливость, терпение, чувство взаимопомощи.
5. Воспитывать стремление бережно относиться к окружающей природе.
6. Создать атмосферу радости и дружелюбия, доставляя детям удовольствие от совместной двигательной деятельности.

Предварительная работа с детьми:

1. Познакомить детей с картой, ее назначением.
2. Побеседовать о типичных изменениях в природе в разные периоды осени.
3. Закрепить название деревьев, птиц предназначение в природе.
4. Беседа с детьми о туризме.
5. Повторить правила дорожного движения и поведения в природе.
6. Разучить подвижные игры, дыхательные упражнения.

Предварительная работа с родителями:

1. Обговорить план - маршрута туристического похода.
2. Распределить роли для родителей.

Ход:

После завтрака дети с родителями собираются во дворе детского сада встают парами, проверка рюкзаков, головных уборов, одежды (5 мин).

Воспитатель:

Желтой краской крашу я

Поле, лес, долины.

И люблю я шум дождя,

Назови-ка ты меня!

- Осень!

- Осень - самое красивое время года, которым все любят, пишут стихи и песни. Вам интересно, что происходит в природе осенью? (Да!)

- Поэтому я хочу пригласить вас в осенний парк, полюбоваться и понаблюдать за изменениями в природе, которые происходят только осенью.

-Собирайся, лихой народ!

Мы идём, идём в поход!

- Уважаемые родители и дети мы с вами проводим первый месяц осени туристическим походом. Вы готовы сегодня быть настоящими туристами? (Да!)

- А кто такие туристы? (ответы)

Туристы – люди, которые любят путешествовать. Отправляясь в поход, они надевают удобную одежду, и берут с собой рюкзак.

- А что же турист положит в свой рюкзачок? (ответы детей)

- А ещё туристы соблюдают правила. Какие? (не мусорить, оберегать природу; костёр – не ради забавы; разводит костёр только взрослый; для дров нельзя ломать живые деревья; перед уходом костёр залить водой; костёр шалаш – для освещения, костёр колодец -для пищи, обогрева).

Ребята, так как мы сегодня, настоящие туристы, то мы ещё с собой должны взять карту маршрута. Для чего всё это нужно как вы думаете? По карте маршруту мы будем ориентироваться, идти к нашему привалу. А перед этим повторим правила пешеходов....

- Ну что мы готовы, тогда в путь.

-Ну, раз все готовы, тогда вперед!

Выход за территорию д/с

Продолжая путь до окончательного привала, что бы было веселее в дороге, всем предлагается поиграть в игру «Весёлая тропинка».

Дети и родители в парах идут по тропинке. По сигналу «дерево» останавливаются, держась за руки, поднимают их вверх и слегка отходят друг от друга, образуя туннель.

Последняя пара в колонне пробегает под поднятыми руками игроков и встаёт впереди колонны. И такое задание выполняет каждая пара. Когда все пары пробегут и встанут на свои места ходьба продолжается. По сигналу «кочка» все останавливаются. Держась за руки, отходят друг от друга на вытянутые руки и присаживаются на корточки, делая кочку. Последняя пара перешагивает через все кочки, присаживаясь впереди колонны, делает такую же кочку. То же самое выполняют все пары друг за другом. Игра заканчивается, как только первая пара возвращается вперёд на своё место. (Продолжительность пути 15 мин.). Дойдя до водоема ребята наблюдают за его обитателями, вспоминают названия птиц, правила поведения с птицами, кормят (заранее заготовленным кормом). После продолжают маршрут по дороге ознакомившись с природой парка и его насаждениями получают карточки с примерами листочков и ищут нужные деревья, дойдя до полянки для привала...

Воспитатель:

- Ребята, а вы знаете, что настоящие туристы любят и оберегают природу. У них есть несколько правил, которые они соблюдают, когда ходят в тур - поход. Как вы думаете какие? (Дети и родители отвечают вместе)

1. Любите и охраняйте родную природу;
2. Тщательно тушите костёр, уходя с места вашего отдыха;
3. Не оставляйте после себя мусор;
4. Не засоряйте реки и родники;
5. Не ломайте деревья, они могут засохнуть и погибнуть;
6. В лесу не шуметь, не пугать жителей леса, не разорять гнёзда птиц.

Ребята всегда соблюдайте эти правила, тогда наша природа всегда будет вас встречать солнечной и весёлой погодой.

Воспитатель:

Здравствуй лес, красивый лес!

Полон сказок и чудес!

Кто в глуши твоей таится?
Что за зверь?
Какая птица?
Всё открой не утай, ты же видишь лес, свои!

После этого дети и родители проходят на полянку, делятся на две команды. Каждая команда выбирает себе капитана, придумывает название. На протяжении всего туристического похода командам будут даваться задания. И за их правильное выполнение, каждая команда будет получать листочек. Победителем туристического похода окажется та команда, которая наберёт большее количество листочков.

Игра – разминка «Земля, вода, воздух, огонь»

Все игроки встают в круг, в середине – ведущий. Он бросает мяч кому-нибудь из играющих, произнося при этом одно из слов: «земля», «вода», «воздух», «огонь». Если водящий сказал «земля!» тот, кто поймал мяч, должен быстро назвать того, кто обитает в этой среде. На слово «вода!» играющий отвечает названием рыб. На слово «воздух!» - названием птиц. При слове «огонь!» все должны несколько раз быстро повернуться кругом, помахивая руками. Затем мяч возвращается водящему.

Подвижная игра: «Слёт туристов».

Все игроки встают в две команды у указанных ориентиров – это палатки. По команде «туристы разошлись» игроки расходятся по поляне, выполняя различные задания туристического маршрута.

1. Плыть на катамаране (ходьба в рассыпную, полуприседе);
2. Ехать на велосипеде (бег в рассыпную, выполняя круговые движения согнутыми руками перед грудью);
3. Подниматься в гору (ходьба, высоко поднимая колени и руки);

По команде «туристы на слёт» участники команд быстро собираются у своих палаток. Чья команда соберется первой, та и считается победителем.

Воспитатель:

Славно мы повеселились.

Очень крепко подружились

Соревновались и играли

Все вокруг друзьями стали.

Подводятся итоги туристического похода. Объявляется привал, и дети достают коврики, перекус, термосы с чаем.

Воспитатель: Солнышко, солнышко взгляни на нас, какие мы дружные и весёлые. Свети нам солнышко в обратный путь в детский сад.

Объявляется общий сбор группы. Дети, родители собирают рюкзаки спортивный инвентарь, встают парами и возвращаются в детский сад. По дороге дети вспоминают, как они провели время, что нового узнали, увидели, в какие игры играли, делятся впечатлениями.

(Продолжительность 20 минут)

Все вместе: «Девиз по жизни – здоровый образ жизни!»