

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение муниципального образования город Краснодар «Детский сад общеразвивающего вида № 48»

Туристические походы по территории детского сада как одна из форм экологического воспитания и физического развития старших дошкольников

Методическая разработка

Автор:
воспитатель МБДОУ МО г. Краснодар
«Детский сад № 48» Мартынова О.Н.

Предисловие.

«Туристический поход – это индивидуальное или групповое путешествие по заранее определённой маршруту, осуществляемое с образовательными, оздоровительными, спортивными, исследовательскими или иными целями.

Турпоход в любой из его форм, по мнению специалистов, является одним из наиболее эффективных средств социализации личности, а также подготовки человека к безопасному взаимодействию с природной средой».[1]

Туристические походы-прогулки - одна из форм физического воспитания детей, которая осуществляется в основном в физкультурно-оздоровительной работе и активном отдыхе детей. Это, прежде всего, - общение с природой, смена обстановки, эмоциональная разгрузка и физическая активность дошкольников. Главное отличие прогулок-походов и туристических прогулок от обычных прогулок заключается в целенаправленном развитии физических качеств и экологической культуры воспитанников. В заранее разработанных сценариях таких прогулок предусмотрены имеющиеся условия, как естественные, так и специально организованные.

Введение

Туристические прогулки-походы по территории дошкольной организации – форма работы вполне приемлемая с детьми дошкольного возраста в условиях детского сада. В каждой дошкольной организации есть свободные пространства на территории: дорожки, места за прогулочными верандами. Территория, как правило озеленена: разные виды деревьев, кустарников, клумбы с цветами, мини-огороды. Всё это украшает детский сад и в большинстве своём используется в основном для наблюдений или трудовой деятельности дошкольников. Имеющаяся экологическая тропинка в детском саду выполняет познавательную, развивающую и эстетическую функции.

Объекты экологической тропинки дают большие возможности для сенсорного развития, для проведения систематических наблюдений, экологических праздников, игр, театрализованных инсценировок с участием хозяина тропы, для эмоционального развития детей, в частности формирования чувства близости к природе и сопереживания всему живому. С помощью экологической тропы решаются многие педагогические и психологические задачи.

Исходя из имеющихся условий, можно использовать интегрированный подход при использовании экологической тропинки в работе с детьми старшего дошкольного возраста. Так как экологическая тропа находится на территории дошкольной организации по периметру, то по этому же маршруту можно проложить и дорожку здоровья, как и организовано в нашем детском саду. Она включает в себя беговую дорожку, полосу препятствий, комплекс для метания и лазания. В начале дорожки имеется разметка для разных видов ходьбы, прыжков и бега. Начинается дорожка здоровья с одной стороны физкультурной площадки, заканчивается с противоположной.

Педагоги детского сада, расположенного в самом центре большого густонаселённого города, не имеют возможности (из соображений безопасности) вывести детей за пределы дошкольной организации на экскурсию или организовать турпоход. Выход из положения – это использование хорошо озеленённого, большого по площади двора детского сада. Прогулки по такой территории дают возможность наблюдать изменения в природе в каждое время года, проводить подвижные игры сюжетные и бессюжетные, соревнования, эстафеты.

Анкетирование родителей детей, которые посещают детский сад показало, что папы и мамы зачастую мало знают о том, как укрепить здоровье ребёнка с помощью физических упражнений, закаливания, подвижных игр. Некоторые родители оберегают своих малышей от физических усилий («не бегай, не прыгай, не лазай, упадёшь, посиди»), даже от здорового соперничества в подвижных играх. Поэтому необходимо систематическое, разностороннее педагогическое просвещение родителей, включая теоретические и практические знания о целях, задачах и формах физкультурно-оздоровительной работы с детьми в ДОО.

Основная часть

Исходя из имеющихся условий, были разработаны на каждый месяц сценарии туристических прогулок-походов начиная с сентября и заканчивая маем.

Цель туристических прогулок-походов – оздоровление организма детей, формирование выносливости, развитие функции сердечно - сосудистой системы, активизация дыхания, повышение нервно-мышечного тонуса, укрепление мышц нижних конечностей.

Задачи:

1. Формировать у дошкольников навыки ориентировки на местности, умение разбираться в карте-схеме маршрута;
2. Развивать интерес к родной природе, умение наблюдать за сезонными изменениями;
3. Вызвать положительные эмоции;
4. Улучшить координацию движений;
5. Улучшить функцию сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
6. Повысить сопротивляемость организма к инфекционным заболеваниям;
7. Приобщить детей к здоровому образу жизни.

Каждый поход имеет и так называемый сюрпризный момент: какое-либо неожиданное задание детям или интересную встречу (с Лесовичком, феей, зайчиком и т. д.). Сценарий содержит занимательный сюжет, интригу, которая вызывает у детей интерес и желание отправиться в путь. Настоящая походная деятельность для дошкольников еще не доступна. Но при подготовке и проведении туристических прогулок-походов и в процессе общения с детьми, педагог использует слова «Поход», «Туристы», «Компас», «Палатка». Туристические прогулки-походы в детском саду—это большая сюжетная игра,

в которой участвует вся группа детей. Эта игра содержит в себе другие игры: спортивные эстафеты, подвижные сюжетные и бессюжетные игры, дидактические игры. Во время похода воспитатель обязательно следит за правильным дыханием воспитанников, регулирует физические нагрузки. Удачно и грамотно проведённая туристическая прогулка-поход обеспечивают дошкольникам хорошее настроение, у них появляется ощущение «мышечной радости» к концу пути. Во время движения детям нравится произносить речёвки, петь песни.

Во время туристической прогулки решаются и экологические задачи: ознакомление с природой, воспитание бережного отношения к ней, оказание помощи в ее охране и защите.

Главной целью мини-походов всегда является оздоровление детей, так как от обычной познавательной экскурсии туристическую прогулку отличает насыщенная двигательная деятельность детей (не менее 80%). При определении физической нагрузки учитывается ряд факторов: возраст детей, уровень их двигательной активности и физической подготовленности, состояние здоровья, вид туристической прогулки, погодные и климатические условия.

Чтобы прогулки-походы приносили пользу, удовольствие, заканчивались без травм, необходимо знать элементарные правила туризма, технические приёмы, походную этику. Работа по туризму создаёт благоприятную почву для воспитания трудовых и волевых навыков. В походе турист учится преодолевать препятствия, ориентироваться на местности. С помощью интегрированных видов деятельности дети одновременно получают представление о многообразии признаков, свойств объектов и явлений природы, представление о различных средах обитания: наземной, воздушно-наземной, водной; об основных факторах каждой среды, представления о сезонных изменениях основных условий в разных средах обитания, о путях приспособления к ним разнообразных живых существ, живущих в этих средах. «Дети в этих походах узнают о роли человека в нарушении и сохранности целостности конкретной экосистемы, правила поведения в ней».[3] Человек охраняет природу, бережёт её от пожаров, сажает молодые деревья. У детей наглядно формируются элементарные предметные понятия: «травы», «кустарники», «деревья», «насекомые», «птицы», «звери».

Для проведения туристических прогулок-походов оформлена картотека со сценариями на каждое время года (осенние, зимние, весенние).

Родителей детского сада следует знакомить с маршрутами здоровья детей, проводить циклы семинаров-практикумов с показом практической работы педагогов.

Основное содержание

Методическая разработка содержит перспективно-тематический план, который разработан на каждый месяц, с учётом сезонных изменений. Каждая туристическая прогулка не только удовлетворяет естественную биологическую потребность ребёнка в движении, но и учит самостоятельно находить решение проблем, навыкам преодоления препятствий. Заранее продуманные маршрут, подготовленная полоса препятствий, физические упражнения подчинены заданной теме. Если это поиск сокровищ, то и сценарий туристической прогулки разработан в виде квеста, где каждое испытание приближает туристов к «заветной цели». Заданная интрига вызывает большой интерес у воспитанников, и они с удовольствием выполняют физические упражнения, которые способствуют развитию у дошкольников основных видов движений. Элементарные правила туристов, осваиваются детьми легко и непринуждённо.

Перспективно-тематический план к методической разработке

«Туристические походы по территории детского сада как одна из форм экологического воспитания и физического развития старших дошкольников»

Месяц	Тема	Воспитательные задачи
Сентябрь	«Туристыта»	1. Формирование чувства близости к природе через ознакомление с лесной флорой и фауной. 2. Воспитание интереса к сезонным изменения в природе. 3. Развитие интереса к родной природе, умение наблюдать за сезонными изменениями. 4. Формирование у дошкольников навыков ориентировки на местности, умение разбираться в карте-схеме маршрута. 5. Приобщение детей к здоровому образу жизни
Октябрь	«Осенняя экскурсия»	
Ноябрь	«Лесные приключения»	
Декабрь	«Ищем сладкое дерево»	
Январь	«Мы туристы»	
Февраль	«Очарован лес стоит...»	
Март	«Ранняя весна в лесу»	
Апрель	«Путешествие по апрельскому лесу»	
Май	«В поисках сокровищ»	

Заключение

Туристические прогулки проводятся в одном и том же месте (по периметру двора детского сада, вдоль экологической тропы) в разные времена года, что позволяет показать детям сезонные изменения, которые происходят в природе. Порядок частей туристической прогулки варьируется в зависимости от цели прогулки, сезона. Для проведения туристических прогулок необходима подготовка, которая предполагает также правильно распределить обязанности между педагогами, если по сценарию необходимо задействовать других членов коллектива (персонажи, инструктор ФК для контроля правильного выполнения физических упражнений и допустимой нагрузки на детей).

Воспитатель, как ответственный за организацию и проведение туристической прогулки, определяет цель прогулки, уточняет начало маршрута, находит нужные объекты, намечает содержание и объём тех знаний, которые должны получить дети, последовательность проведения отдельных частей похода, устанавливает места для наблюдений, для отдыха детей. Также, при необходимости, воспитатель проводит работу с родителями по подготовке необходимой одежды, обуви, личного туристического инвентаря.

«Во время подготовки к туристической прогулке педагог проводит с детьми познавательные занятия, беседы, тематические игры, знакомит с правилами безопасного поведения в природных условиях». [2]

Таким образом туристические прогулки по территории детского сада способствуют как экологическому воспитанию, так и физическому развитию старших дошкольников.

Список используемой литературы,
интернет-ресурсов:

1. ru.m.wikipedia.org
2. <https://nsportal.ru/>
3. <https://infourok.ru/>

Туристыята

Сентябрь

Цель: знакомить детей с разными видами туризма, формировать интерес к занятию туризмом.

Задачи:

1. Обогащать словарный запас: турист, велосипедный, пеший, лыжный, горный, водный;

Для туристов, которые должны быть готовы к любым неожиданностям, быть выносливыми и сильными, проводится разминка перед походом.

Ходьба и бег за направляющим и замыкающим; бег с захлестом голени; бег с высоким подниманием бедра; ходьба обычная; построение.

Общеразвивающие упражнения

(В процессе выполнения детям предлагается вспомнить разные виды туризма)

1. «Проверим готовность к походу» (дети как бы поправляют лямки рюкзака)

И.п.: о.с.

1 – руки в стороны

2 – к плечам

3 – в стороны

4 – вернуться в и.п. (6-8 раз)

2. «Туристы-автомобилисты» (имитируют движения рук водителя)

И.п.: ноги врозь, правая нога чуть впереди.

Руки чуть согнуты в локтевых суставах перед грудью

3. «Туристы-водники» - водный туризм

И.п.: сидя на полу, ноги согнуты в коленях, колени разведены в стороны, руки перед собой (как будто держатся за вёсла)

Имитация гребли

4. «Туристы-лыжники»

И.п.: узкая стойка, ноги врозь, прямые руки вперед

1 – присесть, руки назад

2 – вернуться в и.п. (имитация спуска с горы)

5. «Пешеходный туризм», «Туристы-пешеходники»

И.п.: стойка на правой ноге. Руки согнуты в локтях

Прыжки с ноги на ногу (имитируют прыжки через кочки);

по 20-30 прыжков в чередовании с ходьбой

Игра «Попади в корзину» (метание шишек) → прохождение туристической тропы с препятствиями (полоса препятствий) → «лесной тропинкой» дети возвращаются домой (с посещением видовых точек на экологической тропинке)

Осенняя экскурсия

Октябрь



Цель: закреплять на практике основы безопасности поведения на природе, навыки преодоления препятствий.

Задачи:

1. Обогащать словарный запас детей: рюкзак, котелок, палатка;
2. Закрепить знания детей о съедобных и несъедобных грибах;
3. Закрепить знания детей о правилах поведения в лесу.

I часть.

- Сегодня мы отправляемся в туристический поход. Кого называют туристами?

Ответы детей.

- Правильно, туристы – это люди, которые любят путешествовать, любоваться красотой природы, исследовать неизведанное. Это сильные, ловкие, выносливые люди.

Туризм – это сила и много открытий,

И в жизни для нас интересных событий,

Спасибо тому, кто придумал его.

Иначе вовек не узнать ничего! *(читает ребёнок)*

Сбор детей

Вспомнить, что следует брать с собой в поход и правила безопасного поведения, дети идут парами в колонне в среднем темпе.

Речевка:

Кто шагает с рюкзаком? - Мы, туристы!

Кто со скукой не знаком? - Мы, туристы!

Нас вперед ведут... - Дороги!

Наш девиз: «Всегда вперед!»

Наши лучшие предлоги: «Через», «сквозь» и «поперек»!

Прохождение дорожки здоровья

(Бег 2 мин. Ходьба 2 мин.)

II часть.

Остановка на стадионе.

Перестроение в колонну по три.

Общеразвивающие упражнения «Туристы делают разминку»

1. «Прогнись»

И.п.: о.с.

1 – правую руку поднять вверх, левую ногу отставить на носок назад, прогнуться

2 – и.п.

3 – то же другой рукой и ногой

4 – и.п. (4-5 раз)

2. «Рывки руками с поворотом»

- И.п.: ноги вместе, руки перед грудью
1 – энергичный рывок руками с поворотом вправо
2 – вернуться в и.п.
3 – то же влево
4 – и.п. (4 – 5 раз)

3. «Наклоны»

- И.п.: узкая стойка, руки опущены
1 – наклоны вправо, руки скользят вдоль туловища
2 – вернуться в и.п.
3 – наклон влево, руки скользят вдоль туловища
4 – вернуться в и.п. (по 5 раз).

4. **Прыжки на месте** в чередовании с ходьбой на месте

5. **Спокойная ходьба** в колонне по одному, упражнение на расслабление с 2-3 глубокими вдохами.

- Чтобы добраться до лесной полянки, надо преодолеть много препятствий, но нас это не пугает, ведь мы регулярно тренируемся, любим заниматься физкультурой.

III часть. Преодоление полосы препятствий: перейти речку по мостику; пройти под еловыми ветками - подлезание под дуги; перелезание через бревно (упавшее дерево); прыжки через ручеёк; бег змейкой по извилистой тропинке (2-3 раза)

IV часть. Подвижная игра

Группа останавливается на маленькой полянке, располагается на пенечках. Воспитатель проводит с детьми беседу на тему «Осенняя экскурсия». Обращает внимание детей на красоту осенних деревьев, на изменения, произошедшие в природе, предлагает детям обратить внимание на растения, понаблюдать за насекомыми, птицами и т.д.; напоминает правила безопасного поведения в лесу.

- Ребята, посмотрите сколько грибов на нашей полянке. Но вы уже знаете, что не все грибы можно собирать и есть. Для того, чтобы не собрать несъедобные грибы, мы с вами сейчас поиграем в подвижную игру «Самый ловкий». Играют две команды. Первая команда будет собирать в корзинку съедобные грибы, вторая – несъедобные. Какая команда быстрее соберёт нужные грибы и не ошибётся – та и победит.

V часть. Привал

Детям дается время поиграть на спортивной площадке со спортивными игрушками по выбору.

Лесные приключения



Ноябрь

Цель: формировать представление о туризме, как средстве активного отдыха, оздоровления организма.

Задачи:

1. Знакомить дошкольников с предметами, необходимыми туристу в походе, с опасными и полезными растениями.
2. Учить пользоваться картой;
3. Воспитывать любознательность, ответственное отношение к природе.

Организация. На территории детского сада на расстоянии друг от друга отмечаются пункты туристического маршрута. На каждой детей будет ждать знакомый им персонаж с определённым заданием.

Оборудование. Удобная обувь, головной убор, рюкзаки с водой и сухпайком, палатка, лёгкая в сборке, знаки-правила поведения в лесу.

Воспитатель. Сейчас мы с вами отправимся в лес за приключениями. Но сначала нам следует уложить всё необходимое в рюкзак.

Котелок в походе нужен	Чтоб в пути не заблудиться,
Он с кострами очень дружен,	Не отстать от группы вдруг,
Можно в нем уху варить,	Компас точно пригодится
Чай душистый кипятить.	Знать, где север, а где юг.
Положи в рюкзак с собой	А чтоб жажду утолить
Необходимые продукты:	Надо фляжку положить.
Бутерброды с колбасой	Кружка тоже пригодится,
Овощи и фрукты.	Из ручья воды напиться.
Это фотоаппарат –	Чтоб облегчить себе путь
Нужная вещица,	Про фонарик не забудь.
Щелкнет раз – и помнит нас.	Себе дорогу освети,
В походе пригодится!	Не собьёшься ты с пути.
Чтоб любые два узла	От дождя и зноя
Связывались ловко,	Палатка нас укроет.
Вся команда бы взяла	Мы палатку развернем,
Прочные веревки.	Ловко колышки забьем.

Ходьба к началу маршрута с речевкой.

Прохождение туристической тропы (*полоса препятствий вдоль экологической тропы*)

Дети двигаются от пункта к пункту по стрелкам-указателям, развешенным в «лесу» на уровне глаз ребенка, сверяясь с картой.

1 пункт Отгадывание загадок (*Загадывает Елена Премудрая*)

- Два ремня на мне,
Есть карман на спине.
Коль в поход идешь со мной.
Я повисну за спиной (*Рюкзак*)
- В кармане моем
Замечательный друг:
Он знает, где север,
И знает, где юг. (*Компас*)
- Путник часто ранит ноги – вот и лекарь у дороги. (*Подорожник*)
- С шапочкой красной знаться опасно.
Даже муха-зуда не садится сюда. (*Мухомор*)

2 пункт. Найти картинки со съедобными и ядовитыми растениями, грибами. (*стоит Баба Яга*).

3 пункт. Предлагает вспомнить правила поведения в лесу. (*стоит Старичок-Лесовичок*)

4 пункт. Детям предлагают назвать лекарственные растения, и чем они полезны (*стоит Доктор Айболит*)

5 пункт. «Поиск сокровищ». Детям дается карта-схема двух участков, на которой крестиком обозначен пункт, где спрятано «сокровище», и дети по плану должны его найти (*стоит Пират*).

С инструктором выполняют задание: «Встань лицом к дереву с маркировкой, повернись направо, сделай 10 шагов, повернись налево, сделай три прыжка, а теперь ищи»

Ищем сладкое дерево

Декабрь



Цель: Воспитывать интерес к занятиям туризмом.

Задачи:

1. Уточнить и закрепить представления о зимующих птицах, о поведении животных в зимнем лесу;
2. Закрепить с детьми названия деревьев, их внешние признаки.

После завтрака дети получают записку из леса.

«Дорогие ребята! Приходите к нам в лес. Поищите чудо-дерево. У него растут на ветках разноцветные конфетки. Идите по маршруту «Дорожка здоровья»

Старичок Лесовичок.

После завтрака дети собирают рюкзаки и выходят по маршруту «Дорожка здоровья».

Первая остановка – «Опушка леса»

На опушке детей поджидает Старичок-Лесовичок.

Он здоровается с детьми и загадывает им загадку о лесе:

Дом со всех сторон открыт

Он резною крышей крыт

Заходи в зеленый дом,

Чудеса увидишь в нем!

Дети отгадывают загадку и вместе со Старичком-Лесовичком входят в лес. Лесовичок рассказывает о правилах поведения в лесу, о растениях и животных, занесенных в «Красную книгу».

От первой до второй остановки дети двигаются спортивной ходьбой.

Вторая остановка – «Лесная полянка»

Наблюдают за зимующими птицами (сороки, воробьи, вороны, синица, чиж, сойка). Лесовичок загадывает загадки.

Всё время стучит,

Деревья долбит,

Но их не калечит,

А только лечит.

(дятел)

В тёплый край не улетают,

На морозе распевают,

Эти птички-невелички

Называются ..(синички)

В серой шубке перовой

И в морозы он герой,

Скачет, на лету резвится,

Не орёл, а всё же птица.

(воробей)

Непоседа пёстрая,

Птица длиннохвостая,

Птица говорливая,

Самая болтливая.

Вещунья белобока,

А зовут её... (сорока)

От второй до третьей остановки двигаются по дорожке (бег с ускорением)

Третья остановка – «Лесной стадион»

На спортивной площадке дети метают по кругу летающую тарелку, попадают мячом в обручи, лежащие на земле. Попадают мячом в стоящие кегли. (если есть снег, попадают в цель снежками).

От третьей до четвертой остановки идут спокойным шагом

Четвертая остановка – «Лесная школа»

Лесовичок говорит ребятам, что в лесу тоже есть школа и учатся в ней не ребята, а зверята. Предлагает правильно назвать детёнышей животных, показывая картинки взрослых животных: ежа (ежата), зайца (зайчата), волка (волчата), лисы (лисята), медведя (медвежата), кабана (поросята).

Дети называют учеников лесной школы.

Игра «Хитрая лиса»

Дети от четвертой до пятой остановки идут, имитируя ходьбу животных: прыгают, как зайцы, семят маленькими шажочками, как ежи, идут вразвалку, как медведи, поднимают высоко колени, как цапли, крадутся, как волки.

Пятая остановка – «Лесная чаща»

Старичок-Лесовичок рассказывает детям о разных видах деревьев и кустарников, которые растут в смешанном лесу. Загадывает загадки:

Что же это за девица,
Не швея, не мастерица,
Ничего сама не шьет,
А в иголках круглый год? (*Ель*)

У меня длинней иголки, чем у елки.
Очень прямо я расту в высоту
Если я не на опушке, -
Ветви только на макушке (*Сосна*)

Стоит Алена – платок зеленый,
Тонкий стан, белый сарафан (*Береза*)

Что за дерево стоит:
Ветра нет, а лист дрожит? (*Осина*)

Дети отгадывают загадки и неожиданно видят маленькую елочку, украшенную гирляндами конфет, угощаются.

Благодарят Старичка-Лесовичка и прощаются с ним.

Шестая остановка – «Опушка леса» (конечный пункт туристического маршрута)

МЫ – ТУРИСТЫ

январь



Цель: обучать простейшим навыкам туризма;

Задачи:

1. Учить детей правилам поведения в зимнем лесу;
2. Воспитывать бережное отношение к природе.

Дети выстраиваются в шеренгу.

Воспитатель. Сегодня у нас с вами необычное путешествие – в зимний лес. Оно называется «Мы – туристы». Кто из вас расскажет, кто такой турист?

Ребята рассказывают. Воспитатель показывает несколько рисунков с изображением туристов.

Игра «Отгадай» (дети отгадывают, какие виды туристических походов изображены на картинке).

Воспитатель. Мы с вами превращаемся в туристов и отправляемся в пеший туристический поход по зимнему лесу. Но прежде мы должны собрать свои рюкзаки и положить в них самые необходимые в походе вещи.

(Дети собирают и надевают рюкзаки).

Воспитатель. Все надели? Всем удобно? Встряхните рюкзак на спине. Ничего не мешает, никому не трет спину? В добрый путь.

В колонне по одному ребята вслед за воспитателем выходят на туристическую тропу (тропа здоровья), произносят речевку.

Воспитатель. «Мы сейчас в поход выходим, по тропинке в лес заходим»
(Ходьба по извилистой дорожке)

Воспитатель. «Мы по лесу тихо шли, на болото набрели. Перейдем преграду вмиг и по кочкам прыг-прыг-прыг» *(Дети прыгают на двух ногах по кочкам, руки на пояс)*

Воспитатель. «Шорох вдруг над головой. Лось стоит, какой большой... Смотрит добрыми глазами, мне он не грозит рогами. Снег для лося не преграда, ноги длинные, что надо. Высоко согнёт колени, перейдёт сугроб без лени» *(Ходьба с высоким подниманием бедра)*

Воспитатель. «Мы в пещеру залезаем, дружно все до трех считаем. Раз, два, три – вот пещеру мы прошли» *(Дети пролезают через обручи – 3 шт.)*

Воспитатель. «Сквозь пещеру мы прошли, вот и к речке подошли».

а) Мы в колонну подравнялись, за перила дружно взялись, на мосток легко
взошли – вот и речку перешли» (*Ходьба по гимнастической скамейке,
держась одной рукой за натянутый канат, верёвку*)

Воспитатель. «Только к лесу подошли – обнаружили следы. То не заяц,
не сохатый - это мишка косолапый» (*Ходьба на пятках, руки на пояс*)

Воспитатель. «Ну а это чьи следы, у березы, у сосны!? Это зайчика –
трусишка, что ж, попрыгаем детишки» (*Прыжки на двух ногах, руки на пояс*)

Воспитатель. «По заснеженной дорожке пробежимся понемножку» (*Легкий
бег, переходящий в ходьбу*)

Дети останавливаются под елью, рядом с которой стоит девочка, переодетая
в белку.

Воспитатель: «Здравствуй, белка! Как живёшь?

Как ты зиму проживёшь?»

Белка: «Я орешки припасла
Возле тёплого дупла.
Я по веткам поскачу,
Шишки с ёлочки схвачу»

Белка подаёт воспитателю корзинку с шишками.

Игра «Попади в цель» - метание в цель (шишкой попасть в обруч или сбить
кегли).

Воспитатель: «Ребята, отгадайте загадку»

«Что за зверь зимой холодной
Ходит по лесу голодный?
На собаку он похож,
Что ни зуб – то острый нож!
Он бежит, оскалив пасть,
На овцу готов напасть». (волк)

К нам из леса навстречу вышел волк, но для нас он совсем не страшный! Он
хочет с вами поиграть.

Игра называется «Волк во рву».

Очарован лес стоит...

февраль

Цель: доставить детям радость от ощущения своей ловкости, смелости, смекалки в интересной занимательной игре, сюжет и герои которой заимствованы из книги А. Волкова «Волшебник Изумрудного города»

Дети с воспитателем выходят на улицу и видят «Сороку» (девочка)

Воспитатель. «Сорока прилетела неспроста: недаром ее называют «лесным радио» или «лесным почтальоном».

Сорока. «Последние новости! Зима приготовила вам сюрприз, но злые феи Гингема и Бастинда унесли его в свои владения, а Страшилу, Льва и Железного Дровосека заколдовали: у Страшилы похитили ум, у Льва – храбрость, у Железного Дровосека – сердце».

Воспитатель. «Это ужасно! Сорока, им можно помочь?»

Сорока. «Можно, но для этого нужны ум, храбрость, смекалка, выносливость и доброе сердце!»

Воспитатель. «Дети, вы хотите помочь своим любимым героям? Вы ничего не испугаетесь?»

Сорока. «Тогда в путь! Я покажу вам дорогу в сказочный лес».

Воспитатель. «Проверьте свои рюкзаки, всё ли вы положили, отправляясь в трудный и опасный поход» (*перечисляет всё, что туристы кладут в рюкзак, отправляясь в поход*)

Сорока. «Вот и начало пути в сказочный лес. Когда вы зайдете в лес – первое, что вам надо сделать, это найти письмо от Гингема и выполнить ее задания. Тогда к Страшиле вернется ум. Ну а я с вами прощаюсь, мне пора».
(*Дети проходят туристическую тропу (дорожка здоровья) В конце тропы, на одном из деревьев, находят письмо Гингема.*)

Задание 1. Отгадайте загадки

- Без рук рисует, без зубов кусает (*Мороз*)
- С горки – коняшки, в горку – деревяшки (*Лыжи*)
Две новые кленовые
Подошвы двухметровые:
На них поставил две ноги –
И по большим снегам беги. (*Лыжи*)
- Он в походе очень нужен,
Он с кострами очень дружен.
Можно в нем уху варить,

Чай душистый кипятить. (*Котелок*)

Задание 2. Расскажите, какие деревья растут на том месте, где вы сейчас находитесь.

Задание 3. Докажите, что сейчас зима, а не осень.

(*После выполнения задания появляется Страшила*)

Страшила. Ура! Спасибо вам, что помогли мне вернуть ум, а теперь надо помочь вернуть Льву храбрость. Вам придется сразиться с Бастиндой и Людоедом. Дорога проходит через полосу препятствий.

Преодолев полосу препятствий, дети оказываются в нескольких метрах от крепости Людоеда. Он крепко спит, над крепостью возвышается его огромная шляпа.

Страшила. Ребята, вы же смелые?! (*Да*) Тогда это задание для вас. Необходимо сбить шляпу Людоеда, и тогда он вернет храбрость Льву.

Дети встают друг за другом и кидают в шляпу снежками (*если нет снега, можно использовать еловые шишки, мячи малого диаметра*).

Шляпа падает – появляется Лев.

Лев. Спасибо! Вы победили Людоеда, вернули мне храбрость, но в беде ещё Дровосек. Чтобы ему помочь, нужно сделать доброе дело.

Воспитатель. Доброе дело? Смотрите, сколько снега на дороге. Давайте его уберем, и тогда злые феи вернут сердце Железному Дровосеку.

Дети берут лопатки, веники и ведра, и расчищают тропинку, по которой идут дальше.

Воспитатель. Вот мы и добрались до царства Бастинды. Давайте ее позовем, тогда она поймет, что мы ее не боимся, и отпустит Железного Дровосека.

Дети троекратно зовут Бастинду. Появляется Железный Дровосек с башмачками Гингемы.

Воспитатель. Людоеда и злых фей мы победили, а вот сюрприза от Зимы так и не нашли. Дровосек показывает башмачки Гингемы: в них карта, на которой указано место, где спрятан сюрприз. Но карта разорвана.

Воспитатель. Вот незадача. Это опять козни злых фей.

Игра «Сложи карту»

Дети идут по маршруту, находят сюрприз.

Ранняя весна в лесу

март



Цель: воспитывать интерес к весеннему пробуждению в природе, проявлять заботу и внимание ко всему живому.

Задачи:

1. Уточнить знания детей об изменениях в природе, происходящих ранней весной;
2. Развивать любознательность, память, умение делать выводы;
3. Развивать двигательную активность детей, координацию, ориентацию в пространстве.

Воспитатель. «Пришла к нам весёлая гостья весна, и всё пробудилось от зимнего сна». Сегодня весеннее солнышко приглашает нас в лес. А раз у нас весна, то в какой же лес мы с вами пойдём? (*весенний*).

«Собирайтесь скорей в необычный поход,
Ждут нас тайны лесные,
В лес тропинка зовёт».

Сейчас мы как настоящие туристы отправимся в лес и будем преодолевать различные препятствия. Но сначала надо уложить рюкзак».

Игра «Уложи рюкзак»

Речевка (*по выбору воспитателя*) с ходьбой в колонне по одному

Преодоление полосы препятствий:

- Вот узкая тропинка (ходьба по шнуру);
- Перешагиваем через пеньки (ходьба с перешагиванием через 5 кубиков);
- Здесь бежит широкий ручей (на земле лежат два шнура). Как мы его можем преодолеть? Мы его перепрыгнем (прыжки на двух ногах через шнуры);
- Вот деревья наклонились низко-низко и нам надо наклоняться (подлезание под дугу);
- Ребята, вот мы дошли до болота, на болоте нужно быть осторожными, если мы упадём в болото, то можем утонуть. Чтобы нам не упасть в болото, мы пойдём по кочкам. Идите аккуратно, осторожно друг за другом, не толкайтесь. Мы с вами преодолели все препятствия. Вот мы и очутились в весеннем лесу. Снимите свои рюкзаки и послушайте, как шумит лес, полюбуйте его красотой. Назовите деревья, которые растут в лесу. (*берёза, ель, сосна, рябина, клён и т. д.*)

Воспитатель. «Скажите, ребята, как называется лес, где растут берёзы, рябины, дубы? (*лиственный*). Как называется лес, где растут ели, сосны, кедр? (*хвойный*).

Перед тем, как продолжить своё путешествие, мы немного разомнёмся.

Комплекс общеразвивающих упражнений «Мы туристы»

1. «Наденем рюкзаки»

И.п.: ноги на ширине плеч,
руки вдоль туловища

- 1 – Руки согнуть к плечам
- 2 – 3 – Круговые вращения назад
- 4 – Опустить (7 – 8 раз)

2. «Определим погоду»

И.п.: ноги на ширине плеч, руки на пояс

- 1 – Правую руку согнуть в локте, поднести ко лбу (туристы смотрят на небо), повернуться направо
- 2 – и.п.
- 3 – то же в левую сторону
- 4 – вернуться в и.п. (по 4 раза в каждую сторону)

3. «Завяжем кроссовки»

И.п.: ноги на ширине плеч, руки на пояс

- 1 – наклониться к левой ноге, руками дотянуться до носка (ноги в коленях не сгибать)
- 2 – и.п.
- 3 – наклониться к правой ноге
- 4 – и.п. (4 раза)

4. «Перепрыгнем кочку»

И.п.: узкая стойка, руки на пояс

Прыжки на двух ногах с поворотом на 180° (во время поворота руки помогают движению) (по 2 раза)

А теперь наденем свои рюкзачки и продолжим своё путешествие по извилистой лесной тропинке. Бег и ходьба змейкой, остановка рядом с аудиоколонкой.

Воспитатель: «Послушайте, а что это за звуки раздаются по весеннему лесу?» (*звучит запись пения птиц*). Чему радуются птицы? (*солнышку, теплу, травке, возвращению в родные края*).

Воспитатель: «Дети, назовите птиц, которые прилетают к нам весной. (*скворцы, жаворонки, ласточки, стрижи и т. д.*) Как они называются одним словом? (*перелётные*). Весной в лесу просыпается не только природа, но и звери, которые спали зимой. В жизни животных тоже происходят изменения. Скажите, какие звери просыпаются весной? (*медведь, ёж, барсук*). А где медведь спал зимой? (*в берлоге*). Весной некоторые животные меняют свои шубки на более лёгкие, например, белка становится серой. А ещё какие животные меняют свою шубку? (*заяц*). Сколько интересного мы с вами сегодня узнали и увидели в весеннем лесу. Ещё, мы всегда должны помнить о правилах поведения в лесу. (*не шуметь, не разорять гнёзда, муравейники, не ломать веточки, не мусорить и т. д.*)

А теперь мы улыбнёмся, крепко за руки возьмёмся,

И друг другу на прощанье мы подарим обещанье: БУДЕМ С ЛЕСОМ МЫ ДРУЖИТЬ, ОХРАНЯТЬ ЕГО, ЛЮБИТЬ!

Путешествие по апрельскому лесу

Апрель

Цель: воспитывать смелость, выдержку, интерес к занятию туризмом.

Задачи:

1. Совершенствовать выносливость, ловкость, координацию движений;
2. Закрепить знания детей о весенних изменениях в живой и неживой природе;
3. Воспитывать заботливое отношение к пробуждающейся природе.

Воспитатель проводит с детьми беседу на тему «Апрель – середина весны». Предлагает полюбоваться яркой зеленью деревьев и кустарников, понаблюдать за птицами и насекомыми. Напоминает, как должен вести себя турист в лесу.

Построение в начале дорожки здоровья, ходьба в колонне по одному.

Воспитатель. Кто шагает с рюкзаком?

Все. Мы, туристы!

Воспитатель. Кто со скукой не знаком?

Все. Мы, туристы!

Воспитатель. Нас вперед ведут...

Все. Дороги!

Воспитатель. Наш девиз:

Все. «Всегда вперед!»

Воспитатель. Эй, ребята,

Все. Тверже шаг!

Воспитатель. Что турист берет в дорогу?

Все. Песню, ложку и рюкзак!

Воспитатель. Кто отстал?

Все. Не отставай!

Воспитатель. Кто устал?

Все. Не унывай

Воспитатель. Кто идти захочет с нами –

Все. Веселей в поход шагай!

Остановка на спортивной площадке

Комплекс общеразвивающих упражнений «Лесные картинки»

1. «Бабочки летают»

Ходьба и бег с опусканием и поднятием рук в стороны (2 круга)

2. «Нюхаем колокольчики»

Приседания, сопровождающиеся имитацией

3. «Кукушечка»

Ноги на ширине плеч, руки на поясе.

Вдох – наклоны вперед с медленным выдохом и с произношением «ку-ку»

4. «Ежик»

Основная стойка. Вдох – присесть с медленным выдохом и произношением «ф-ф-ф» обхватив ноги руками.

Воспитатель. Ребята, смотрите, какая чудная полянка за оврагом. Чтобы на неё попасть, надо перейти овраг по этому мостику. Встали все друг за другом, расставили руки в стороны для равновесия и потихоньку идём на другую сторону оврага. (*Ходьба по гимнастической скамейке*). На чудесной полянке разместились ребятки и решили немного поиграть. Ой, слышите, кто-то плачет? Бабочка – красавица, что в лесу случилось? Скажи, какое горе с тобой приключилось?»

Бабочка (девочка в костюме бабочки):

Мальчик злой меня поймал,
Крылышко мое помял.
Не могу теперь летать
Как же мне не горевать?

Воспитатель: «Где же этот хулиган?»

Бабочка: «Он лежит на полянке, под деревом, музыку слушает».

Воспитатель подходит к мальчику (всюду на полянке разбросан мусор, бумага, валяется сорванная трава разных видов, полевые цветы, мелкие веточки....

Подойди сюда, Егор,
Серьёзный будет разговор!
Много бед ты натворил,
Муравейник разгромил!
Поломал в лесу кусты,
На поляне рвал цветы
Бабочке крыло помял,
А ведь ты уже не мал.

Воспитатель обращает внимание детей на беспорядок на лесной полянке, на сорванную траву и цветы, разбросанный вокруг мусор. Ребята, давайте расскажем Егору, как надо себя вести в лесу. Дети по очереди рассказывают правила поведения в лесу. Затем предлагают Егору полечить Бабочку листом подорожника, который он сорвал и бросил. Егор прикладывает подорожник к крылышку Бабочки.

Подвижная игра на полянке «Бабочки»

В поисках сокровищ

май

Цель: продолжать знакомить с основами безопасного поведения на природе во время туристических походов.

Задачи:

1. Способствовать освоению простейшими туристическими умениями и навыками: совершать пеший поход, двигаться в колонне по одному с рюкзаками; преодолевать разнообразные несложные препятствия.
2. Формировать устойчивый интерес к природе.

Организация. Группа разделена на две команды, назначены капитаны.

Ведущий. Добрый день, дорогие туристы! Скажите, все ли из вас любят приключения? Сейчас мы с вами отправимся в путешествие за сокровищами. Давным-давно жил богатый царь Соломон, он жил в сказочной стране Умняшка. Это был справедливый и мудрый человек. Долго правил царь, и страна его процветала. Но вот однажды к границам подошла Темная Армия злого колдуна и потребовала отдать ей все богатства страны. Соломон не согласился. Он спрятал богатства страны, а колдун со своей армией начал войну. Сто лет длилась эта война, но злой колдун так и не нашел сокровищ. А все так обрадовались миру, что и забыли про них. И вот однажды люди нашли старую карту, где было указано место сокровищ. Но карта была старая и рассыпалась на кусочки. Вам предстоит собрать эту карту. И кто быстрее это сделает, тот раньше и отправится на поиски сокровищ!

Составление карты.

Капитаны должны собрать карты (*разрезанные на куски*), разложенные на столе.

Ведущий. Итак, карта восстановлена! Можно теперь отправляться в путь. Что для этого еще нужно? Правильно. Собрать рюкзаки. Вот этим-то и предстоит вам заняться.

Эстафета «Укладка рюкзака»

Каждый участник по очереди бежит с рюкзаком к столу, кладет в него предмет и возвращается к команде, передавая эстафету.

Ведущий. И так, рюкзаки собраны. Отправляемся в путь по нашей туристической тропе (*дорожка здоровья*): разные виды ходьбы, ходьба с упражнениями для рук, бег змейкой, прыжки с «кочки на кочку», медленный бег, переходящий в медленную ходьбу.

Ведущий. Прошли мы довольно много. Пора и отдохнуть, сделать привал и ответить на мои вопросы.

Игра «Знатоки природы»

1. У какого насекомого уши на ногах? (*у кузнечика*)
2. Что делает еж зимой? (*спит*)
3. Какие птицы прилетают к нам первыми? (*грачи*)
4. Сколько ног у паука? (*восемь*)
5. Кто был летом рыжий, а зимой становится серый? (*белка*)

6. Кто носит свой дом на спине? (*улитка*)
7. Какая птица подбрасывает свои яйца в чужие гнезда? (*кукушка*)
8. Какую птицу называют «лесное радио»? (*сорока*)
9. Как называется домик для птиц, сделанный руками человека? (*скворечник*)
10. Как называют человека, который охраняет лес, следит за порядком? (*лесник*)

Ведущий. Немного отдохнули. Но время не терпит, нужно идти вперед.

Полоса препятствий: перейти через реку (*ходьба по гимнастической скамейке*); проползти под упавшим деревом (*проползти под гимнастической скамейкой*); освободить путь от бурелома (*перенести и сложить мягкие модули в стороне от дорожки*); перепрыгнуть через ручеёк (*прыжки на двух ногах через две верёвки, положенные на расстоянии друг от друга*).

Ведущий. Преодолели мы все препятствия. Присядем, отдохнем, дух переведем. Хоть и ближе сокровище к нам стало, но еще долго нам к нему идти. Половину пути прошли мы. Еще немного – и клад у вас в руках! Но что это?! Что за шум!? На горе, к которой мы подошли, что-то происходит: дым, камни раскаленные летят, жар от горы невыносимый. Это извержение вулкана! Ну, вот, завалил камнями всю тропу. Придется разбирать, но учтите – камни горячие.

Эстафета «Разбор камнепада»

Участники должны с помощью гимнастических палок перенести все мячи, которые лежат на пути.

Ведущий. Все, ребята мы у цели. Вот она гора, где спрятаны сокровища. Но не будем спешить, ведь мы проголодались. Не пора ли нам подкрепиться? Доставайте свои яблоки, и пока вы будете есть, отгадайте несколько загадок.

Ведущий. А что нам нужно для приготовления пищи в походных условиях?! Вот послушайте загадки:

- * На привале нам помог: суп варил, картошку пек.
Для похода он хорош, да с собою не возьмешь (*Костер*)
- * Он в походе очень нужен, он с кострами очень дружен.
Можно в нем уху варить, чай душистый кипятить (*Котелок*)

Ведущий. Все поели, загадки отгадали, можно продолжить наш путь. Все подъем! Собираемся – и за сокровищами. Да только вот беда, царь Соломон так расставил ловушки, что теперь можно только по одному пройти в пещеру за сокровищами.

Эстафета «Клад»

Каждый участник берет столько мячей, сколько унесет, считают те мячи, которые удалось пронести, не уронив

Ведущий. Вот и подошли к концу наши поиски сокровищ. За время путешествия мы сдружились ещё больше, укрепили свои силы, испытали себя на прочность и приобрели профессию кладоискателя, поэтому всем вручаются дипломы.