ТЕРРЕНКУР - Туристический поход по территории детского сада "В поисках карты"

Цели:

1. Воспитание у детей ответственного отношения к своему здоровью, как главной ценности человеческой жизни.
2. Воспитание у детей ответственного отношения к окружающей среде, умения следовать экологическим правилам.
3. Расширение экологически ценных контактов с объектами живой и неживой природы.

Задачи:

1. Развивать у детей выносливость и подготовку к длительным динамическим нагрузкам.
2. Способствовать формированию у детей знаний, умений, навыков в ориентировке и топографии.
3. Создание психологического настроя на новый вид деятельности.

Действующие лица:

1. Дети средней группы (12-15 человек)
2. Воспитатель(командир команды)
3. Инструктор по ФК

Оборудование:

Рюкзаки, карта, название остановок: «В гости к сказке», «Болото», «Служба спасения», «Остров Робинзона», «Поляна туристов», «Лабиринт».

**Ход занятия:**

Ведущий: Ребята, сегодня мы отправимся в необычное путешествие – в ПОХОД! А вы знаете, что к походу люди готовятся заранее. Мы должны быть в хорошей спортивной форме, дружные, организованные, смелые. В нашей команде есть маленькие дети, поэтому вы должны быть внимательными, чтобы никто не потерялся на нашей туристической тропинке.

А сейчас мы проверим, как вы умеете дружить с физкультурой: проведем походную разминку:

1. «Определим погоду» - поднести руку ко лбу и поворачиваемся то вправо, то влево.
2. «Надеваем рюкзак» - круговые движения рук плеча вперед, назад.
3. «Собери ветки для костра» - наклоны вправо-влево.
4. «Завяжи кроссовки» - наклоны то к правой, то к левой ноге.
5. «Перепрыгни через кочки» - вправо-назад-влево-вперед.
6. «Идем в поход» - ходьба на месте.

- А теперь нам необходимо собрать рюкзак для похода! Подойдите посмотрите, что можно положить в рюкзак, чтобы отправиться в поход. (Дети рассматривают, обсуждают и собирают рюкзак).

- В нашем рюкзаке есть карта, но от нее у нас имеется только одна ее часть, остальные мы должны будем найти на остановках, где будет указано направление в какую сторону нам идти и что необходимо выполнить на каждой станции. На нашем пути нам встретятся герои сказок; мы будем отвечать на вопросы и отгадывать загадки. Только после этого мы сможем получить следующую часть карты. А теперь – В ДОБРЫЙ ПУТЬ! А закончится наш поход на поляне туриста.

Воспитатель:

А теперь давайте рассмотрим нашу часть карты: что на ней изображено? (герои сказки «Колобок»). Значит, нам надо найти остановку «Колобок». Как вы думаете, куда нам надо идти? Что нам указывает путь? (стрелочки)

*Дети ползут через тоннель, пролазят сквозь дугу, перепрыгивают через палочки, как кузнечики. Подходят к станции «Колобок»*

Воспитатель: Ребята, мы получим вторую часть карты если ответим на вопросы, готовы?

* Назовите животных, которые залегают в зимнюю спячку (медведь, еж).
* Назовите самое длинношеее животное (жираф).
* Какая птица плавает, но не летает? (пингвин).
* Что птицам страшнее зимой: голод или холод? (голод).
* Назовите самого хитрого зверька, который встречается во многих русских народных сказках (лиса).
* Назовите птиц, которые служили в сказке Бебе Яге (гуси-лебеди).
* Назовите животное, которое может устроить носом фонтан из воды? (слон).
* Какая птица поет красивее других? (соловей)

*От станции «Колобок» по площадке средней группы дети продвигаются к полянке «Чистый воздух»*

Воспитатель: Путь к полянке лежит через болото, чтобы его пройти нужно прыгать с кочки на кочку.

( прыгают из обруча в обруч)

Ребята, чтобы получить третью часть карты нам с вами нужно выполнить следующее задание :

Очистить полянку от мусора, но не просто очистить, а весь мусор рассортировать по контейнерам.

(игра «Сортируем мусор»)

Воспитатель:

-Вот мы с вами и получили еще одну часть карты. Отправляемся дальше в путь! Нас ждет спортивная площадка.

Инструктор по ФК:

- Здравствуйте, ребята! Ребята, терренкур – это название вашего похода, а также это лечебная ходьба. Большее расстояние похода вы уже прошли, и это значит, что вы большие молодцы! Вот следующая остановка. Вы у меня в гостях. Сегодня такая замечательная погода, предлагаю устроить **водные соревнования**. Давайте разделимся на две команды и начнем соревнования.

1 Эстафета *«ВОДОНОСЫ»*

Первый участник одевает на себя спасательный круг, опускает губку в ведро с водой, бежит к финишной точке, выжимает воду из губки в прозрачный сосуд, бегом возвращается к команде и передает губку и круг следующему игроку. По окончанию эстафеты, оценивается наполняемость сосудов.

2 Эстафета *«Пронеси не расплескав»*

Первый участник, берет ложку, набирает в нее воду из ведерка и несет, преодолевает препятствия, выливает воду в ведро, возвращается назад, передает эстафету следующему. Побеждает та команда, которая больше всего донесет воды до ведра.

3 ЭСТАФЕТА *«Сделай мороженое»*

Первый участник бежит к тазику с водой, берет сочок и **старается**, как можно быстрей поймать с воды мячик, затем бросает его в *«вафельный стаканчик» и т.д. все участники*

Игра «Слушай внимательно!»

*Дети идут в колонне по одному и внимательно слушают инструктора.*

*1 свисток – прыжки на 2 ногах;*

*2 свистка – остановка;*

*3 свистка – ходьба в приседе.*

Отдает последнюю часть карты.

 *Дальше дети идут на Поляну туристов, ходьба по дорожке здоровья босиком, далее вышли на полянку, на которой разложены одеяла, на которые садятся дети и пьют воду.*

Воспитатель:

- Вот и подошел к концу наш поход. Мы с вами пришли на Поляну Туристов. Устали?

Дети:

-Да!

Итог:

1. Кого мы сегодня встретили в походе?
2. На какой остановке понравилось больше всего?
3. А что же самое ценное мы нашли с вами в нашем походе?