

*Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад «Чебурашка» п. Алябьевский»*

Семейный клуб

«Мы - туристы!»

Номинация: педагогический опыт

Заятникова Евгения Валерьевна
воспитатель, первая категория
Беспрозванных Виктория Олеговна
воспитатель, первая категория

Аннотация: Интенсивное развитие современного общества, возрастающие физические и психологические нагрузки на организм человека требуют пересмотра основных подходов в образовательной деятельности дошкольников. Это ориентирует педагогов дошкольных образовательных организаций на использование в своей деятельности более эффективных форм, методов и средств, позволяющих достигать целей дошкольного образования по физическому и познавательному развитию детей. Одной из таких форм является детский туризм

Туристические походы – одна из наиболее активных форм совместного отдыха детей и родителей, привлечение родителей к совместной деятельности дошкольного учреждения и семьи.

Туризм впервые появился в ДООУ как обязательная часть программы при внедрении ФОП ДО. Туристические прогулки оказывают ни с чем несравнимый оздоровительный эффект, получаемый в результате разнообразной деятельности, а также комплексного воздействия на организм природных факторов: солнца, воздуха, воды. Занимаясь пешим туризмом с элементами спортивного туризма, дети успешно овладевают разными видами ходьбы и бега, лазания, что способствует укреплению их здоровья. Походы стимулируют мыслительную деятельность, а также требуют наблюдательности.

Уникальность представленного опыта заключается в том, что туризмом можно заниматься в любое время года. Это способствует снижению простудных заболеваний, повышению уровня физической и двигательной подготовленности детей, решает ряд проблем их психического здоровья. Применяя технологию «детского туризма» решаются также задачи гражданско - патриотического воспитания: приобщения детей к истории родного края, объектам и явлениям природы малой Родины, объектам промышленного производства, памятным и достопримечательным местам поселка.

Содержание

1. Аннотация.....	2
2. Введение.....	4
3. Основная часть.....	7
4. Заключение	10
5. Список использованных источников	10
6. Приложение	11

Введение

*«Туризм-вид спорта- групповые походы,
имеющие целью физическую закалку;
вид путешествий, совершаемых для здоровья, отдыха
и самообразования»
С.И.Ожегов*

Современное общество диктует условия, в которых современным родителям, после тяжёлой рабочей недели всё меньше и меньше остаётся времени в выходные дни для своих детей. Родители забывают о пользе свежего воздуха и движения для организма ребёнка. Научно доказано, что для благоприятного и успешного физического развития дошкольника, на свежем воздухе он должен находиться от четырёх до шести часов в день, а в активном движении проводить не менее одного часа, не считая интервалы для отдыха. Одной из нетрадиционных активных форм работы по взаимодействию с семьями воспитанников является туристические походы, как форма активного отдыха.

Туризм – самая массовая и доступная форма активного отдыха, эффективное средство закалки и пропаганды здорового образа жизни. Туристические походы- это общение с природой, смена обстановки, психологическая разгрузка и физическая активность. Участие детей и родителей в походах способствует воспитанию у дошкольников чувства патриотизма, формирует бережное отношение к природе, способствует психологической разгрузке и физической активности. Походы сближают родителей, детей и педагогов, дают прекрасную возможность создания атмосферы взаимопонимания и сотрудничества.

В нашей стране все более популярным становится семейный туризм, который включает в себя пешие или велосипедные прогулки, прогулки на самокатах, «зеленый туризм» (туры выходного дня с ночевкой в палатках), в которых принимают участие родители вместе с детьми. Все это – формы активного отдыха, т.е. физической и культурнодосуговой деятельности, которые снимают усталость и напряжение, восстанавливают физические, психические и эмоциональные ресурсы, приобщают к здоровому образу жизни и ребенка, и взрослого. Специфика активного отдыха для дошкольника заключается в создании обстановки, побуждающей к творческому использованию двигательного опыта, проявлению физических качеств в процессе игрового общения со сверстниками и взрослыми.

Главным качеством, характеризующим эффективность туристской деятельности как досуга, является уровень самосознания и степень самореализации дошкольника. Он обозначает эмоциональную, познавательную и теоретическую насыщенность деятельности. Передовой педагогический опыт показывает, что воспитание подрастающего поколения в туристско-краеведческой деятельности успешно решается при условии комплексного подхода к этой проблеме. Это означает, что процесс воспитания детей тем эффективнее, чем полнее отражены в туристско-краеведческой деятельности принципы педагогики, научно обоснованы её содержание и методы.

Проблема. В современном обществе остро стоит вопрос сохранения и укрепления здоровья детей, приобщение их к здоровому образу жизни, к активному отдыху. В связи с этим происходит поиск инновационных подходов в физическом воспитании, которые могли бы одновременно повышать физические качества и развивать познавательные и умственные способности. Известно, что ребёнок показывает более высокое физическое развитие, если семья ведёт здоровый образ жизни. По наблюдениям дети сейчас много времени проводят у телевизора, компьютера, потребность в движении удовлетворяется не полностью, в современных квартирах не находится места спортивным уголкам.

Таким образом, возникла необходимость поиска эффективных и интересных путей оздоровления детей. Одним из таких подходов является применение элементарных средств туризма в работе с дошкольниками.

Цель: Приобщение дошкольников и родителей к здоровому образу жизни путём проведения совместно с родителями туристических прогулок - походов.

Задачи:

- Формировать у детей и родителей осознанное отношение к своему здоровью.
- Заинтересовать родителей детским туризмом, как средством активного совместного отдыха.
- Воспитывать бережное отношение детей к растительному и животному миру.

Актуальность заключается в том, что совместные туристические походы - одна из наиболее активных форм работы с семьей, совместного отдыха, привлечения родителей к совместной деятельности дошкольного учреждения и семьи, что способствует повышению педагогической культуры родителей, выработке правильных форм взаимодействия детского сада и семьи.

Новизна заключается в создании модели эффективного взаимодействия с семьей и вовлечение родителей в образовательный процесс как полноправных субъектов деятельности. Традиционные формы работы с родителями не всегда приносят положительный эффект. Одной из основных причин отсутствия активности родителей является отсутствие модели деятельности, включающей в себя интересные формы сотрудничества с родителями, где родители могли бы реализовать свои возможности.

Инновационный характер представленного опыта просматривается в том, что ведущей линией, интегрирующей все направления и аспекты туристско-краеведческой деятельности, является нравственное воспитание, цель которого – воспитание маленького гражданина – патриота своей малой и большой Родины.

Важное значение имеет экологический аспект: непосредственный чувственный опыт общения с родной природой. Это сложный психологический процесс, обеспечивающий формирование экологического сознания, мышления и экологической культуры, как части общей культуры человека.

Представленный опыт является инновационным, так как поднимает еще не освоенную в исследованиях, посвященных туризму, проблему, отвечающую задаче современного дошкольного образования.

Ценность представленного опыта. Туризм – это эффективная форма совместного активного отдыха детей, родителей и педагогов, которая позволяет при минимальных затратах времени, увеличить резервы здоровья, укрепить его средствами естественных сил природы (солнца, воздуха, воды), восстановить силы, работоспособность, обогатить двигательный опыт, удовлетворить познавательную активность детей, а также сформировать экологические представления и навыки рационального природопользования и природоохранной деятельности, безопасного поведения в природе.

Двигательная деятельность детей в природных условиях развивает у дошкольников интерес к занятиям туризмом и физической культурой, повышает мотивацию на здоровый образ жизни и безопасное поведение в природе.

Практическая значимость. Представленный опыт может служить основой для поиска новых педагогических решений для дальнейшей работы по развитию туризма малой родины среди дошкольников, приобщения детей и родителей к воспитанию патриотизма средствами туристской деятельности. Разработанные в ходе реализации проекта методические разработки, туристические маршруты имеют практическую ценность и могут

использоваться в образовательной деятельности педагогами дошкольных учреждений.

Основная часть

Основа формирования личности закладывается в детстве. Детям необходимо развивать кругозор, научить дружбе, целеустремленности, бережному отношению к природе, чувству прекрасного- в обычных условиях привитие этих качеств требует определенных условий и времени. Походы с детьми позволяют все это освоить в более короткие сроки.

Семейные походы- одна из форм семейного отдыха. С помощью семейных походов дети знакомятся с познавательной развивающей информацией: природными явлениями, интересными местами со своими историями, с богатейшими культурно-историческими традициями, тем самым воспитываются духовно- нравственные качеств.

В таких походах дети учатся опыту взрослых, перенимают туристические навыки, формируются первоначальные навыки «выживания» в природной среде: умение ориентироваться на местности, находить ветки для костра, разжигать его и тушить, оказывать посильную помощь товарищам. Особое место в походах занимает физическая нагрузка на организм. Свежий воздух, дальние расстояния, лесные маршруты увлекают детей в физкультуру.

При подготовке к походу тщательно изучали планировали и разрабатывали маршруты, подготавливали снаряжения. При участии в походе детей обязательным требованием являлась безопасность.

За круглым столом проводили беседы «Готовимся к походу», «Что необходимо взять с собой в поход». Решали вопрос о маршруте похода. Распределяли обязанности по организации мероприятия. Использование данной формы работы способствует установлению тесного сотрудничества педагогов и семьи. Родители помогают не только в организации мероприятия, но и предоставляют спортивно-туристический инвентарь. Результат мероприятия будет успешным только при условии, если педагоги и родители станут равноправными партнёрами. В основу этого союза положено единство стремлений, взглядов на образовательный процесс, выработанные совместно общие цели и образовательные задачи, а также пути достижения намеченных результатов.

В плане реализации активного отдыха работы с родителями показателей пример участия родителей и детей подготовительной группы «Капитошка» в семейном туризме.

План реализации активного отдыха работы с родителями

Месяц	Форма взаимодействия	Содержание
Май	Творческое задание «Как помочь ребенку запомнить свой домашний адрес»	Задание для родителей и детей «Нарисуй маршрут прогулки из дома до детского сада» Родители с детьми придумывают схематические знаки, обозначают направления движения, маячками отмечают опасности в пути.
Май	Клуб выходного дня «Путешествие в страну здоровья с велосипедом и самокатом» для детей старшего возраста. (Приложение 1)	Родители участвуют в организации клуба выходного дня. В рамках совместного мероприятия с семьями воспитанников организуются весёлые эстафеты, отгадывают кроссворды
Сентябрь	Фотовыставка «Любимые места семейного отдыха»	Родители принимают активное участие в организации фотовыставки.
Сентябрь	Клуб выходного дня «Экологическая тропа на реку Ейтъя» Тренинги «Как определить север, юг, запад, восток?», «Сложи костёр», «Преодолей препятствия» (Приложение 2)	Родители участвуют в организации экскурсии. В рамках совместного мероприятия с семьями воспитанников организуются весёлые эстафеты, конкурсы, проводят рыбалку Родители используют туристское снаряжение для решения предложенных педагогами задач
Октябрь	Помощь родителей в создании уголка туризма в группах.	Родители пополняют группу предметами и материалами туристского снаряжения.
Октябрь	Туристическая тропа «Вместе весело шагать и здоровья	Родители участвуют в организации туристической тропы на территорию туристического комплекса «Эссландия»

	набирать» (Приложение 3)	Родители используют туристское снаряжение для решения предложенных педагогами задач
Ноябрь	Тренинг «Идем в поход» (Приложение 4)	Родители участвуют в организации тренинга, подготавливают атрибутику для проигрывания мероприятия
Декабрь	Экскурсия «Семейная лыжня» (Приложение 5)	При подготовке к походу родители оказывают помощь в подготовке туристского снаряжения, берут на себя обеспечение продовольственными припасами, участвуют в разработке маршрута, определяют места для привала. В походе родители вместе с детьми участвуют в играх и заданиях. Взрослые показывают пример ценностного отношения к объектам живой и неживой природы, обеспечивают безопасность детей.
Январь	Квест- игра (Приложение 6)	Родители помогли атрибутикой для проведения данного мероприятия???
Март	Экскурсия «Главные улицы поселка»	Родители участвуют в организации экскурсии. Готовят информацию об улицах и старожилах поселка.

Любой активный отдых, а особенно туризм, оставляет в памяти след, к некоторым местам хочется вернуться, именно в таких моментах и воспитываются дети. Семейный туризм благотворно влияет на взаимоотношения в семье.

Родители на собственном опыте убедились, что совместная спортивная деятельность полезна и необходима не только ребёнку, но и взрослому. Увеличилось количество желающих родителей участвовать во всех формах организации физкультурно-оздоровительной работы, проводимой в дошкольном учреждении. Родители стали организаторами, активными помощниками и участниками в проведении различных спортивных мероприятий, прогулок - походов. Огромную пользу от такой формы работы с родителями получили не только взрослые, но и дети. Физические качества детей эффективно развиваются, повышается скорость формирования важных двигательных навыков детей, а здоровье укрепляется.

Заключение

Таким образом, туристические походы не только приобщают к здоровому образу жизни, развивают физические качества и навыки, но и экологически развивают детей. Взрослые и дети лучше узнают друг друга: особенности характера, мечты и способности. Создается микроклимат, в основе которого лежит уважение к личности человека, забота о каждом, доверительные отношения между взрослыми и детьми, родителями и педагогами, т.е. обеспечивается взаимосвязь физической, психической и социальной составляющих здоровья.

Список использованных источников

1. Федеральная образовательная программа дошкольного образования (далее ФОП ДО);
2. Николаева С.Н. Программа экологического воспитания дошкольников - М.: Новая школа, 1993. - 16 с.
2. Парциальная программа рекреационного туризма для детей старшего дошкольного возраста «Весёлый Рюкзачок» / А.А. Чеменева, А.Ф. Мельникова, В.С. Волкова. — 2-е изд. — М.: ООО «Русское слово — учебник», 2019. — 80 с. — (ФГОС ДО. ПМК «Мозаичный ПАРК»).

ВСТАВЬ СЮДА ЛИТЕРАТУРУ, КОТОРАЯ ПОДХОДИТ ИЗ ВАШЕЙ ПРОГРАММЫ

Приложение

Приложение 1.

*Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад
«Чебурашка» п. Алябьевский*

Клуб выходного дня

«Путешествие в страну здоровья с велосипедом и самокатом»

Аннотация: Велосипед и самокат не только источники положительных эмоций, но и хорошие тренажеры. Катание на велосипеде и самокате способствует профилактике заболеваний спины, и укрепляют мышцы тела. У детей развиваются быстрота, ловкость, чувство равновесия, глазомер, координация движений. Умение ориентироваться в пространстве и выносливость.

Цель: формирование навыков здорового образа жизни в семье, приобщение детей к активным занятиям физическими упражнениями;

Задачи:

- Привлечь родителей к ЗОЖ, интересам и потребностям ребенка.
- Формировать умение использовать велосипед и самокат в спортивных развлечениях.
- Создать атмосферу общности интересов, эмоциональной взаимоподдержки и взаимопроникновения в проблемы друг друга.
- Воспитывать чувство коллективизма, ответственности, сплоченности.

Оборудование: эмблемы команд, схематичные картинки, иллюстрации с изображением правил катания на самокатах\ велосипедах, грамоты, кегли, мешочки с песком, мячи большие, самокаты, велосипеды, Буклеты «Если ты велосипедист».

Предварительная работа: Нанесение разметки велосипедных дорожек. Изготовление буклетов и эмблем.

Место проведения: территория стадион спортивного комплекса «Авангард» п. Алябьевский.

Ход мероприятия

Дети под музыкальное сопровождение (подборка песен о спорте) собираются на стадионе, на котором отмечены - линия старта и финиша, выставлено спортивное оборудование для проведения игр и эстафет. В ходе мероприятия дети и родители выходят на территорию стадиона, распределяются на команды. Участники с личными самокатами или велосипедами.



Воспитатель: Наша Земля всегда была богата сильными и здоровыми людьми. И сегодня мы тоже покажем себя, подтвердим известную пословицу: "В здоровом теле - здоровый дух». Мы посоревнуемся в силе и ловкости, скорости и выносливости.

Велосипед и самокат не только источники положительных эмоций, но и хорошие тренажеры. Катание на велосипеде и самокате способствует профилактике заболеваний спины, и укрепляют мышцы тела. У детей развиваются быстрота, ловкость, чувство равновесия, глазомер, координация движений. Умение ориентироваться в пространстве и выносливость.





-Внимание! Внимание!

-Начинаем мы соревнования !

-Соревнования – необычные

-С самокатами и велосипедами -отличными!

-Для начала по порядку

-Вместе сделаем зарядку !

Сегодня дети и родители продемонстрируют, как они умеют кататься на велосипедах и самокатах.

- Приглашаю всех на весёлую разминку.

Спортивная разминка

Перед началом состязаний проведем спортивную разминку.

Руль на солнце серебрится, *(поднимем руки вверх и хлопаем в ладоши).*

И блещут, вращаясь, спицы. *(разводим руки в стороны , выполняем круговые движения руками).*

Так педали я кручу *(сгибаем руки в локтях, вращаем перед собой).*

И вперед стрелой лечу *(бег на месте).*

На песке оставит след *(прыжки с продвижением вперед).*

Быстрый мой велосипед! *(хлопаем в ладоши).*

Воспитатель: Команды поприветствуйте друг друга!

Команда «Дружные велосипедисты!»

Еще не рекорсмены мы,

Пока мы дошколята.

Растем мы все спортсменами.

Мы – дружные ребята!

Команда «Смелые велосипедисты!»

Стать чемпионами, мы знаем,
Задача сложная для всех,
Соревноваться начинаем,
И твердо верим в наш успех!

Воспитатель: Начинаем соревнования. Команды на старт!

Команды строятся на линии старта в две колонны. Проводятся эстафеты. Дети и родители проходят дистанцию на велосипеде, затем на самокате.

Эстафета «По узенькой дорожке»

По команде ребенок или родитель, по- одному, проезжает на велосипеде (самокате) по ограниченной дорожке, возвращается к месту старта и передает велосипед (самокат) как эстафету следующему участнику. Побеждает команда, члены которой первыми закончили эстафету и не сбили ни одной кегли.

–Какие же вы молодцы!

А у нас сейчас вторая эстафета!

Эстафета «Быстрое колесо»

Сначала команда детей, затем команда взрослых выстраиваются на линии старта и по сигналу воспитателя едут на велосипеде (самокате) до ориентира. Побеждает тот, кто прибыл к финишу первым. Затем на старт выходят следующие участники.

– А у нас еще одна эстафета запланирована.

Эстафета «Кто приедет последним»

Участники (дети и взрослые), сидя на велосипедах, должны проехать дистанцию как можно медленнее, не пересекая ограничительную линию, нанесенную на дорожку, и не останавливаясь. Побеждает тот, кто прибывает к финишу последним. Нарушивший правила считается проигравшим.



Эстафета «Восьмерка»

Члены команд поочередно проезжают на велосипеде (самокате) по площадке, на которой нанесена разметка в виде цифры восемь. Побеждает команда, члены которой не пересекли линию разметки.

Дети показали, что они мастерски владеют своими транспортными средствами. НО мы знаем, что кроме умения кататься, надо знать правила передвижения на велосипеде по улицам города. Родители не только должны в доступной форме рассказать о них своим детям, но и проследить за их исполнением. Настало время проверить знания родителей.

Кроссворд «Правила катания на велосипеде»

Воспитатель показывает схематичные картинки. Родители (члены команд) отгадывают кроссворд поочередно рассказывают о соответствующих правилах.

- Детский велосипед должен быть оборудован звуковым сигналом и светоотражателями. В правилах дорожного движения указано, что спереди двухколесный транспорт необходимо оснастить белым катафотом, по бокам оранжевыми, сзади красными.

- Перед катанием надо осмотреть велосипед, проверить исправность тормозов и звукового сигнала. Нельзя отправлять ребенка кататься на неисправном транспорте.

- Надо учить детей самостоятельно следить за техническим состоянием велосипеда.

- На ребенка следует надеть защитный шлем и наколенники.

- Одежда ребенка не должна стеснять движений и попадать в движущиеся части велосипеда.

- Дети до 7 лет могут кататься по тротуару, велосипедным дорожкам и паркам только под контролем взрослых.

- Нельзя на велосипеде пересекать проезжую часть дороги.

- Велосипедист должен уступать дорогу пешеходам.

- Во время езды на велосипеде нельзя отпускать руль или снимать ноги с педалей, перевозить других пассажиров.



-Дети настоящие спортсмены. А родители показали замечательные тренерские способности. Благодарим всех участников за старание. Надеемся,

что велосипед и самокат станут любимыми транспортными средствами всех членов семьи.

- Дорогие ребята! Наши соревнования закончены. Прошу команды построиться и сделать круг почета.

Проводится церемония вручения дипломов победителям соревнований, грамот и буклетов.

Предлагаем Вам закончить наше мероприятие чаепитием во время которого в дружественной обстановке все поделимся своими впечатлениями о совместном мероприятии!



Приложение 2.

*Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад
«Чебурашка» п. Алябьевский*

**Клуб выходного дня
«Экологическая тропа на реку Ейтья»**

Цель: формирование основ здорового образа жизни на свежем воздухе посредством эколого-оздоровительного туризма; формирование мотивации к самостоятельной двигательной и эколого-познавательной деятельности

Задачи:

1. Формировать у родителей и детей осознанное отношение к своему здоровью;
2. Продолжать знакомить детей с туризмом, как видом спорта;
3. Совершенствовать двигательные навыки, психофизические качества: быстроту, силу, ловкость, выносливость;
4. Расширить экологическую культуру родителей и детей;
5. Воспитывать интерес к совместным мероприятиям.

Оборудование и инвентарь: удочки, аптечка, рюкзаки, мячи, скакалки, цветные флажки, мешки, котелок, палатка, мангал.

Место проведения: территория реки Ейтъя, п. Алябьевский.

Предварительная работа: Рассматривание иллюстраций. Беседы «Какие реки протекают в нашем округе?», «Обитатели водоёмов», «Кто такие рыбаки?», «Зачем люди рыбачат?». Беседа о технике безопасности на природе. Просмотр презентаций. Экспериментальная деятельность: «Из какого материала сделать поплавков?». Чтение художественной литературы: Е. Пермяк «Первая рыбка», Н.Носов «Карасики», О.Григорьев «Сом».

Ход мероприятия

Туристическое мероприятие проходит на берегу реки Ейтъя, в дневное время суток.

-Здравствуйте, ребята! Сегодня я хочу предложить вам стать туристами. Мы с вами отправимся в туристический поход за пределы детского сада. Ребята, а вы знаете кто такие туристы?

-А как они должны одеваться в поход? Давайте проверим готовы ли вы пойти в поход.

-Вижу у вас удобная обувь и одежда по сезону, рюкзаки за спиной. А что в рюкзаках мы сейчас тоже проверим. Все ли вы взяли в поход. Поиграем в

игру «Что возьмем с собой в поход» - это разминка для вашего ума. Встанем в круг ты мой друг и я твой друг. Встанем в круг.

Игра «Что возьмем с собой в поход».

Правила: если названную вещь нужно брать в поход, то хлопаем в ладоши, а если не берем — топаем ногами.

- Что в поход с собой возьмем,
- Если мы туда пойдем?
- Очень быстро отвечайте,
- Но смотрите, не зевайте!
- Называю я предмет он подходит или нет.
- Если «Да» - в ладоши хлоп,
- Если «Нет» - ногою топни.

(котелок, утюг, расческа, пылесос, сачок и соска, вездеход, бинокль, духи, две засушенные блохи, носовой платок, подушка, ласты, мяч, коньки и клюшка, молоток, веревка, нож. Ну, а соль с собой возьмешь? Спички, гвоздь и сала шмат, вот и собран наш отряд! Фонарик, кукла, ваза, лопата, топор, кошка, фотоальбом, компас, спальный мешок, шкаф, микроволновка, карта, палатка, холодильник, попугай, рюкзак, еда, пылесос, удочка, шторы).

-Вижу к походу готовы. Рюкзаки все правильно собрали.



Сегодня мы с Вами отправляемся в поход по экологической тропе. Маршрут нашего похода — это место, которое всем вам известно — это река Ейтя.

Мы, будем, проходить проезжую часть, давайте вспомним правила перехода.

Где нужно переходить дорогу? (По пешеходному переходу).

Если мы с вами пойдём в поход, то мы кто? (Туристы!)

-Какими должны быть туристы?

Туристы – это сильные, выносливые, неунывающие люди, которые не боятся трудностей, многое умеют. Чтобы познать необъятные просторы родного края, туристы много путешествуют. Все готовы? Все собрали с собой в поход только самые необходимые вещи? Все тепло одеты? Никого не забыли? Тогда строимся парами, берём своих родителей, и отправляемся в путь!



Правила поведения на природе.

-Прежде, чем мы начнем наше мероприятие, давайте вспомним правила поведения на природе:

- На природе ничего не ломать, не рвать просто так;
- Для костра собирать только сухостой;
- Не делать надписей на деревьях,
- Не отходить без разрешения взрослых на маршруте или стоянке (привале);
- Не брать в рот незнакомые растения;
- Не рвать цветы в большие букеты;
- Не пить воду из незнакомых источников;

А самое главное быть внимательным так как впереди нас ждет препятствия нашего леса.



Вот и добрались до знакомого излюбленного места. Расположившись, дружно накрыли импровизированный стол.



Немножко подкрепились и вспомнили виды костров



Дети называли какие бывают костры: «Таежный», «Колодец», «Шалаш» и т.д. Пробовали сами его собрать. Обсуждали какие костры более используются в походе.

Привал **«Помощник белочки»**

- Мы с вами пришли на полянку. На этой полянке белочка рассыпала шишки, которые собирала все лето. Поможем белочке собрать запасы? А чтоб нам было легче искать шишки, у меня есть подзорные трубы, разбирайте их. *(дети и родители собирают шишки в мешочек)*



- Очень хорошо.

Мы передадим это мешочек белочке. А нам с вами пора отправляться дальше.

Беседа **«Рыбалка»**

- Где можно ловить рыбу (*озеро, река*)
- Каких рыб вы знаете? (*карась, окунь, лещ, щука и т. д.*)
- Чем ловят рыбу? (*удочкой*)
- А кто ни будь ездил из вас с родителями на рыбалку?
- А на чем можно уехать на рыбалку? (*автобус, машина*)
- Хотите отправиться на рыбалку? (*да*)

Ну, что, ребята, пришло время приступить к самому интересному моменту нашего похода!

Мероприятие «Рыбалка»



Каждый из ребят попробовал закинуть удочку и попытался поймать рыбку.

Так же и не обошлось без любимых подвижных игр «Вышибалы»



Для семей был организован конкурс «Осенний букет», все участники получили грамоты за победу в номинациях.



-Молодцы! Замечательно мы с вами погуляли по осеннему лесу и порыбачили!

- Пришло время возвращаться, не забудьте за собой убрать мусор.

Приложение3.

*Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад
«Чебурашка» п. Алябьевский*

Мероприятие с родителями «Вместе весело шагать и здоровья набирать»

(территория туристического комплекса «Эссландия»)

Аннотация: Веревоочный парк для дошкольников это:

- захватывающая игра, участники которой могут повеселиться и расслабиться, получая удовольствие от самого процесса;
- игра, позволяющая лучше познать себя и своих сверстников, ощутить свои сильные и слабые стороны, открыть новые возможности для своего организма, получить опыт коллективного взаимодействия;
- игра дает возможность получить положительные эмоции.

Цель: развитие и саморазвитие физических качеств каждого ребенка через двигательную активность.

Задачи:

1. Расширять представление у детей и родителей о сохранении здоровья через активный отдых на природе.
- 2 Упражнять детей и совершенствовать у взрослых навык ориентировки на местности, разбираться в карте схеме маршрута, работать по компасу.
- 4 Развивать физические качества, обеспечивая высокую двигательную активность детей.
- 6 Создать атмосферу радости и дружелюбия, доставляя детям и родителям удовольствие от совместной двигательной деятельности.

Предварительная работа с детьми:

- Познакомить детей с компасом, его назначением и принципом работы.

- Побеседовать о типичных изменениях в природе в разные периоды весны.
- Закрепить название деревьев, насекомых, птиц, цветов и их предназначение в природе.
- Повторить правила поведения в природе.
- Разучить подвижные игры, дыхательные упражнения.

Предварительная работа с родителями:

- Обговорить план - маршрута туристического похода.
- Обговорить и распределить роли для родителей.

Оборудование: Рюкзаки, карта-схема, компас, шишки, два мяча, два флажка.

Место проведения: территория туристического комплекса «Эссландия»

Ход мероприятия

Ребята, посмотрите какая прекрасная погода! Что может быть лучше прекрасного отдыха на природе в Туристическом комплексе «ЭССЛАНДИЯ»

Дети с педагогами и родителями встречаются во дворе детского сада встают парами, проверка рюкзаков, головных уборов, одежды

Педагог: Сегодня мы с вами отправляемся в поход.

Много нас открытий ждёт.

А поход наш не простой,

Слёт туристов, вот какой!

С вами мы сейчас не дети

Взрослые туристы мы.

Справимся со всем отважно

Всё преодолеем на пути.

Наш туристический поход

Нам здоровье принесёт.

Взяли мы с собой рюкзаки со всем необходимым. Что ещё мы с собой возьмём? Внимательные глазки возьмём? (Да). Для чего нам нужны внимательные глазки в походе? (ответ детей). Что бы увидеть много интересного и удивительного в природе , что бы запомнить всё новое и необычное. Для чего нам пригодятся внимательные ушки? Чуткий носик? (ответ детей). Что бы послушать пение птиц, весеннее пробуждение насекомых. Что бы ощутить свежесть весеннего воздуха, аромат трав, листьев.

Мы отправляемся в поход с хорошим доброжелательным настроением. Мы должны улыбаться всему живому, радоваться весне. Получить заряд бодрости. Ведь это всё, наш организм сделает крепким, здоровым и закаленным.

Ребята, так как мы сегодня настоящие туристы то мы ещё с собой должны взять карту маршрута и компас. Для чего всё это нужно как вы думаете? По карте маршруту мы будем ориентироваться, идти к нашему привалу. Но перед тем, как мы с вами отправимся в путь, выполним дыхательное упражнение.

Дыхательное упражнение: «Ветер»

Цель: укреплять дыхательные мышцы, глубокая вентиляция легких.

И.п. – Стоя. Мышцы расслаблены. Сделать полный вдох носом, втягивая в себя живот. Сделать полный выдох, выпячивая живот и ребра. Задержать дыхание на 3-4 сек. Сквозь сжатые губы с силой выпустить воздух несколькими отрывистыми выдохами. Повторить 3-4 раза.

Ребята, а вы знаете, что настоящие туристы любят и оберегают природу.

У них есть несколько правил, которые они соблюдают, когда ходят в поход. Как вы думаете какие? (Дети и родители отвечают вместе)

1Любите и охраняйте родную природу.

2Тщательно тушите костёр, уходя с места вашего отдыха.

3Не оставляйте после себя мусор.

4Не засоряйте реки и родники.

5Не ломайте деревья они могут засохнуть и погибнуть.

6В 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.

Мы шагали, мы шагали

выше ноги поднимали.

Дышим ровно глубоко.

Видишь, как идти легко.

Прохождение трассы веревочного парка, началось с инструктажа отдельно для детей и родителей



Разминка для самых маленьких



Наши туристы, а ну-ка вставайте.
Есть у туристов свой закон.
Не плач, не ной, крепись, терпи.
И друга поддержи плечом.
Надёжным будь всегда в пути!
И обучение пройди!



Все готовы в путь пора с нетерпением ждут друзья!

Туристы дружный народ. Сильные, здоровые, ловкие. Хватит нам сидеть, а ну-ка немного разомнёмся. Прохождение трассы веревочного парка, состоящую из различных препятствий:





После прохождения трассы все счастливые и довольные продолжили путь до окончательного привала где ждали папы с жареными сосисками в

теплом уютном домике, 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.

А сейчас предлагаем немного отдохнуть и проверить вашу эрудицию

Дружно, весело и звонко отвечайте на вопросы, только громко!

Каждый правильный ответ приносит по шишке. Отвечают дети, а родители только помогают.

Вопросы:

-О каком дереве говорят: Белая нога, зелёная одежда, в ушах серёжки? (берёза)

-Назови весенние цветы? (ирис, подснежник, одуванчик, ландыш, тюльпан)

-Какой гриб растёт под осинкой? (подосиновик)

-Почему стрекозу называют хищницей? (она питается насекомыми комарами, мошками, хватает добычу на лету)

-Сколько лап у паука? (6)

-Какие насекомые опыляют цветы? (бабочки, пчёлы, осы, шмель)

-Кто в лесу строит муравейники? (муравьи)

-Как называется дом у пчёл? (Улей)

-Кто свой дом носит на себе (улитка)

-Как называется дом у белки? (дупло)

Молодцы, вы настоящие эрудиты!

Славно мы повеселились, очень крепко подружились

Очень весело играли- Все вокруг друзьями стали!

Подводятся итоги туристического похода, организация чаепития на природе.



Природа – это не просто место для отдыха, это источник вдохновения, зарядки энергией и умиротворения для нашей души. Отдых на природе – это возможность насладиться красотами окружающего мира. Как сказал один мудрый человек: «Природа – это не место, где мы живем, это дом, в котором мы находимся»!

Приложение 4.

*Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад
«Чебурашка» п. Алябьевский*

Тренинг «Идем в поход»

Аннотация: Поход - это не только развлечение, но и серьезная работа на подготовительном этапе. Участники должны знать о маршруте, снаряжении и питании в походе, уметь выйти из различных непредсказуемых ситуаций.

Цель: повышение функциональных возможностей организма ребенка, формирование специальных умений, закрепление пройденного материала.

Задачи:

- создавать условия для укрепления здоровья детей, активного отдыха
- Способствовать развитию координационных способностей.
- Воспитывать чувство коллективизма, ответственности, сплоченности.

Оборудование: палатка, туристическая атрибутика: котелок, стульчик, посуда, хворост для укладки костра, иллюстрации с видами костров, компас.

Предварительная работа: рассматривание видов костров, просмотр мультфильмов, просмотр видеофильмов о туризме, подготовка сообщений

Место проведения: групповое помещение

Ход мероприятия

Ребята, предлагаю вам провести тренинг и тема звучит так: «Идем в поход».

Сегодня мы вспомним, как правильно укладывать вещи в рюкзаке, как предсказать погоду на завтра. Но для того чтобы идти в длительный поход нам нужно размять и разогреть свои мышцы. Проведем подвижную разминку.

Веселая разминка (под музыку)

-Молодцы, ребята, мы собрались в поход. Теперь проверим насколько хорошо вы знаете правила укладки рюкзака. Для этого попрошу вас ответить на вопросы.

-Верен ли следующий вывод: чем дальше от спины отодвинут рюкзак, тем тяжелее нести? (Да)

-Какие вещи лучше класть на дно рюкзака? (Мягкие: одеяла, полотенца.)

-Где в рюкзаке должны находиться самые тяжёлые вещи? (Под лямками вверху).

-Как с рюкзаком легче идти? (Слегка наклонившись вперёд).

-Почему в рюкзаке для хлеба определяется место вверху? (Чтоб не крошился).

-Определите место в рюкзаке для сыпучих продуктов. (В середине рюкзака).

Ну вот, ребята, вижу, что правила вы знаете и наконец, мы вышли в поход и нам нужно узнать, какая же погода будет завтра?!

Прогноз погоды.

-Вечерний ветер стих. Дым от костра поднимается столбом. К вечеру на траве появилась роса. У реки стало холоднее. Какая будет погода? (хорошая, солнечная).

-Вокруг луны появился большой белый круг, а звёзды на небе начинают мерцать. Что это значит? (Будет ненастная погода).

Птицы летают низко над землёй. Цветы сильно пахнут. К чему бы это? (К дождю).

-Молодцы, погоду на завтра мы узнали, теперь нужно собрать дрова для костра, чтобы приготовить пищу.

-Почему в пути привалы для отдыха у туристов должны быть непродолжительными? (Если отдыхать долго, мышцы ног твердеют, идти становится труднее)

-Почему туристам во время ходьбы рекомендуется дышать носом? (Меньше жажда)

-Что может служить туристу в походе подушкой? (Рюкзак, набитый травой)

-Что делает замыкающий в туристской цепочке? (Следит за тем, чтобы никто не отстал)

Кто хоть раз побывал в походе, приобретает гордое звание «Турист!». Предлагаю вам разбить палатку и закрепить ваши навыки на практике.



Сюжетно- ролевая игра «Поход»

Под веселую песню отправляются в путь.

Заблудились – как быть? Компас может помочь (мох на северной стороне дерева, с юга быстрее тает снег) «определяют» по карте и компасу, что нужно перейти через реку.

Как это сделать? (предложения детей: на лодке, на плоту, по мосту (из чего построить мост) и т. д.).

Все перенесли по мосту, который построили из досок. Ура! Привал!

Все проголодались. Предлагаю сделать привал и разжечь костер, чтоб приготовить еду.

Распределение ролей: собирают хворост (деревья рубить нельзя, разжигают огонь (правила безопасности, идут за водой, ловят рыбу, накрывают на стол на поляне *(и другие действия детей в соответствии с игровым замыслом)*).





Все очень вкусно, нужно отдохнуть, кто – то захотел спеть песню, станцевать, частушки вспомнить. Пора спать, тем более, что ночь уже наступила. Где заночевать? возле костра тепло, под елочкой, только травки положить помягче, и педагогу принести, она ведь не может.

Легли спать. Ночью ухала сова, утро - запели птицы (*звукозапись*).

Все просыпаются и идут умываться на речку, вода холодная.

Пора собираться домой, собрали вещи. Не забыть потушить костер (чем) водой и землей.

Рефлексия: Устали? Зато сколько впечатлений! Что вам запомнится больше всего? Мы уже в группе, раздевайтесь, умывайтесь, будем играть

И после нашего сегодняшнего «похода» можно сказать, что все вы туристы!



Приложение 5.

*Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад
«Чебурашка» п. Алябьевский*

**Клуб выходного дня
«Семейная лыжня»**

Цель: Установить доброжелательные отношения с родителями. Расширить знание родителей в вопросах охраны и укрепления здоровья детей.

Задачи:

- Привлечь родителей к ЗОЖ, интересам и потребностям ребенка.
- Создать атмосферу общности интересов, эмоциональной взаимоподдержки и взаимопроникновения в проблемы друг друга.
- Обогащать отношения детей и родителей опытом эмоционально-насыщенного общения.

Оборудование и инвентарь: лыжи, флажки, аптечка,....

Место проведения: территория лыжной трассы спортивного комплекса «Авангард» п. Алябьевский.

Ход мероприятия

В рамках клуба выходного дня педагоги совместно с родителями подготовительной группы «Капитошка» и с приглашением инструктора по ФК организовали оздоровительное мероприятие, на территории лыжной трассы спортивного комплекса «Авангард» п. Алябьевский. Семьи воспитанников подготовительной к школе группы провели выходной с пользой для всей семьи.

В выходной мы не скучаем,
Быстро лыжи надеваем,
В руки палки мы берём,
И родителей зовём!

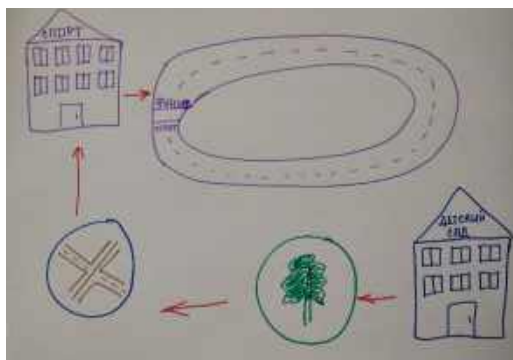
Ребята, на улице зима, кругом лежит снег. А вы зиму любите? А мороза не боитесь? Предлагаем Вам немного согреться.



Музыкальная игра «Мы погреемся немножко»

Дети и родители выполняли движения по показу под песню.

Бодрящая прогулка началась с зажигательной разминки и, затем «лыжный десант» дружно, весело, задорно выдвинулся на лыжню. На территории лыжной трассы стояла необычная тишина, в воздухе царили свежесть и чистота. Ребята и родители совместно с педагогами любовались красотой природы и вспомнили правила поведения на природе. А так же рассмотрели стенды «Экологической тропы», выставленные вдоль лыжной трассы.



Снег весело скрипел под лыжами и на румяных лицах детей было видно, что прогулка с мамой и папой вместе, им очень нравится.

Итак, все собрались и здоровы?

Бегать и играть готовы?

Ну тогда не ленись,

Не зевай и торопись!

Задание 1.

Ознакомление с тем, как правильно надо брать лыжи и переносить их к месту. Обучение (закрепление навыка) ступающему шагу, развитие «чувства лыж», игровые упражнения.

Задание 2.

Обучение быстрому подъёму после падения на снег, поворотам на месте способом переступания, ознакомление со стойкой лыжника, обучение подъёму на склон «лесенкой», спуску со склона в низкой стойке.

Задание 3.

Упражнение в поворотах на месте способом переступания, подъёму на склон «лесенкой», спуску со склона в низкой стойке.





Дети делали первые шаги на лыжах и у них не всё еще получается. После прохождения малого круга, уставшие, но счастливые ребята побежали на гору на перегонки скатываясь с неё, каждому хотелось показать свои умения перед родителями.



Прогулка выходного дня завершилась чаепитием на природе, во время которого в дружественной обстановке все делились своими впечатлениями о

совместном мероприятии.



Очень хочется чтобы, проведение семейного отдыха в выходные дни, смена обстановки, психологическая разгрузка и физическая активность стали нормой для детей и их родителей.

В мире нет рецепта лучше:

Будь со спортом неразлучен

Проживешь сто лет

Вот и весь секрет!

Молодцы! Вы были ловкими, смелыми, а главное - дружными!

Приложение 6.

*Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад
«Чебурашка» п. Алябьевский*

Квест- игра

«Зимняя рыбалка»

Цель:

Задачи:

- **закреплять знания о зимней рыбалке**; повысить образовательную мотивацию **детей**; развивать инициативу, самостоятельность; воспитывать бережное отношение к природе, доброжелательные, дружеские взаимоотношения **детей и взаимопомощь детей**.

Оборудование и инвентарь: аптечка, палатка, бур, удочки, рыбки, котелок, бруски для костра, термос, кружки, клеенка.

Место проведения: территория детского сада.

Ход мероприятия

Звучит песня о **рыбалке**. Дети получают карту квест –игры и отправляются на **рыбалку**.



Станция №1 «Собираемся на **рыбалку**»

Дети рассматривают атрибутику и выбирают, то что им пригодится на рыбалке. Задача: собрать только нужные вещи для **рыбалки**.



Станция №2 «Собири палатку»

Дети собирают палатку. Задача: собрать палатку для **рыбалки**.



Станция №3 «Костер»

Детям предложены бруски нужно из них сделать 2 вида костра «Таёжный» и «Колодец» Задача: сделать из брусков 2 вида костра



Станция №4 «Скорая помощь»

Детям предложена аптечка, окажи помощь забинтованную раненую руку. Задача: забинтовать раненую руку правильно, используя бинт.



Станция №5. «Ловись рыбка»

Используя бур нужно сделать лунку и поймать 8 рыбок удочкой. Задача: быстро вытащить 8 рыб из лунки.



По окончании игры дети с радостью согрелись горячим чаем.

