

Туристический поход в осенний лес «Осенними тропами»

Задачи: 1. Оздоровительные

- 1.1. Способствовать укреплению здоровья детей на свежем воздухе в осеннем лесу, развить терморегуляцию
- 1.2. Содействовать укреплению кардиосистемы.

2. Образовательные

- 2.1. Продолжать упражнять в умении устанавливать причинно-следственные связи в процессе наблюдения за осенними явлениями.
- 2.2. Закрепить знания и выполнение правил поведения в лесу.
- 2.3. Упражнять в ходьбе широким шагом, приставным, в полуприсяде; в беге «змейкой», «галопом».
- 2.4. Упражнять в прыжках в длину с места, преодолевая естественные препятствия (канавка, ручеек). Закрепить навык энергичного отталкивания от опоры и правильного взмаха рук.
- 2.5. Закрепит навык метания вдоль правой (левой) рукой.
- 2.6. Закрепить навык равновесия в ходьбе по возвышенности прямо, боком, приставным шагом.
- 2.7. Формировать эстетическое отношение к природе.

3. Отношение к себе, своему здоровью и физической культуре.

- 3.1. Воспитывать чувство дружбы, взаимопомощи, любовь и бережное отношение к природе родного края.

Оборудование, атрибуты

1. Аптечка походная.
2. Рюкзаки: кружка, салфетки, бутерброды, чай.
3. Канат.
4. Карта маршрута.
5. Корзинки, ведерки.
6. Бадминтон, мячи, скакалки.

Дата: 1-я неделя октября.

Время отправления: 9.00

Расстояние: 2-3 км.

Сопровождающие взрослые: инструктор по физ.культуре, воспитатели, родители, которые готовят этапы задания.

Одежда детей:

Спортивные костюмы, ветровки, кроссовки, легкие шапочки.

Предварительная работа:

1. Повторить правила поведения в лесу.
2. Рассмотреть картину маршрута.
3. Вспомнить стихи загадки об осеннем лесе.

Перед выходом воспитатель загадывает загадку:
Дом со всех сторон открыт,
Он резною крышей крыт.

В разноцветный дом пойдём –
Чудеса увидим в нём! (дети отгадывают загадку).

Воспитатель: Сегодня нас ждут лесные, осенние тропы, которые приведут нас в гости к осеннему лесу. Вы готовы увидеть чудеса в осеннем Пермском лесу? (ответы детей).

Воспитатель: рассматривает с детьми карту маршрута, напоминает правила поведения в походе.

Проводится наблюдение за признаками осени: разноцветные листья на деревьях и земле, увядание травы, изменение цвета травы. Детям предлагается дотронуться до березы рукой, прислониться к ней щекой, понюхать, отметить шероховатость и гладкость ствола, обхватить березу руками, рассмотреть ее на расстоянии, полюбоваться ею:

Воспитатель: Посмотрите на русскую красавицу, которая стоит на лесной поляне: в желтой кофточке, в зеленом сарафане! Указание на быстрое построение вокруг берез

Хороводная игра «Во поле береза стояла!»

Далее продолжается движение по разработанному маршруту. Во время движения дети преодолевают естественные препятствия.

Ходьба до места стоянки:

- широким шагом;
- приставным шагом правым (левым) боком;
- в полуприсяде под ветками деревьев;
- бег «змейкой»;
- бег «галопом».

Остановка, привал.

Воспитатель: рассказывает детям о лесе, объясняет детям, как нужно беречь природу и все живое. Предлагает погулять по осенним тропам и найти лесные чудеса, позаботится о своей силе.

- Игры с «Лесовичком»:
 - Игра «Кто быстрее найдет свое дерево?»
 - Игра «Найди такой же лист!»
 - «Полоса препятствий»:
 - ходьба по поваленному дереву;
 - прыжки через пенечки (веточки);
 - метание вдаль.
 - подвижная игра «Лесной ловишка»

Самостоятельная деятельность детей на лесной поляне.
(перетягивание каната, игры в бадминтон, с мячом, с скакалкой)

Привал: чаепитие

Сбор детей и возвращение по кратчайшему пути.