****

**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. Баба Яга
4. Кикимора
5. Робинзон
6. Спасатель
7. Инструктор по ФК

Оборудование:

Рюкзаки, карта, название остановок: «К Бабе Яге», «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? (дом на курьих ножках, Баба Яга). Значит, нам надо ее нейти. Как вы думаете, куда нам надо идти? Что нам указывает путь? (стрелочки)

*Дети ползут через тоннель, перелазят через лестницу-стремянку, перепрыгивают через палочки, как кузнечики. Подходят к домику Бабы Яги.*

Баба Яга:

- Здравствуйте, ребята, зачем ко мне пожаловали?

Дети:

- Нас привела в гости карта. На ней обозначен твой дом «На курьих ножках». А чтобы нам идти дальше, ты должна отдать следующую часть карты.

Баба Яга:

- Хорошо, я вам его отдам, только сначала ответьте мне на несколько вопросов:

* 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)

Баба Яга отдает часть карты.

*От Бабы Яги по площадке средней группы дети продвигаются в гости к Кикиморе (на болото).*

Воспитатель:

Посмотрите, впереди нас болото, здесь нельзя наступать на землю – засосет болото.

*(игра «С кочки на кочку»)*

*В конце болота детей встречает Кикимора.*

Кикимора:

- Здравствуйте, ребята, зачем ко мне пожаловали?

Дети:

- Нас привела к тебе карта, на ней было нарисовано болото. Мы отправились в поход и нам нужна следующая часть карты.

Кикимора:

- Вам нужна карта? А я думала вы со мной здесь останетесь, мне тут одной очень скучно. Ну ладно, отдам вам карту, только вы со мной сначала должны поиграть, согласны?

Дети:

-Да!

*Игра «Лягушки и цапли»*

*Кикимора отдает следующую часть карты*.

*Дети приходят на участок старшей группы «Служба спасения»*

*На площадке установлены скамейки, детям показывается сказка по пожарной по мотивам русской народной сказки «Теремок».*

*«Приезжайте в теремок, потушите огонек!»*

ЦЕЛЬ: Учить детей предвидеть и распознавать опасности, угрожающие их жизни, по возможности избегать их; воспитывать чувство ответственности за свои поступки.

(Звучит русская народная мелодия « Ах вы сени»)

РАССКАЗЧИК:

В чистом поле теремок,

Он не низок, не высок…

Каждый знает сказку эту,

Разошлась она по свету.

Только скажем по секрету:

Смысл другой у сказки этой.

Равнодушных  не оставит,

Призадуматься заставит….

Сказка «Теремок»

Стоит в поле теремок, теремок,

Он не низок, не высок, не высок.

В нем живем мы впятером, впятером,

И танцуем и поем, и поем.

Мышка белая крупу переберет,   (мышь перебирает крупу)

А лягушка воду с речки принесет, (лягушка приносит ведерки)

Печку вам затопит заинька-дружок, (заяц колит дрова)

Ну а белочка ватрушек напечет!  (белка показывает разнос)

А где же ёжик?  (голос за кадром)

Ёжик!!!  (все звери зовут, выбегает ёжик)

Ёжик двор ваш подметет!  (прибегает ёжик и кричит)

Стоит в поле теремок, теремок, (все поют)

Он не низок, не высок, не высок.

В нем живем мы впятером, впятером,

И танцуем и поем, и поем!

( После песни все звери занимаются своими делами. Лягушка плещется в воде, ежик подметает пол, заяц колет дрова, белка стряпает ватрушки, а мышка ходит по дому туда-сюда. В это время ведущий произносит свои слова. На фоне звучит музыка «Ах, вы сени»)

РАССКАЗЧИК:

Вот, живут они, не тужат,

И, представьте, крепко дружат!!!

Как-то вечером, в домишке

Не нашлось работы мышке. (Мышка пожимает плечами)

Чтоб без дела не сидеть,

Затопить решила печь. (В это время все звери садятся на лавочку)

Мышка к печке подошла,

Спички быстро там нашла.

МЫШКА:

Какая милая игрушка (рассматривает коробок со спичками)

РАССКАЗЧИК:

Сказала белая норушка.

Чтоб её спасти от бед,

Дали звери ей совет.

БЕЛКА:

Осторожно мышь-норушка,

Спички детям не игрушка!!!

Спичками нельзя играть,

Надо безопасность соблюдать.

Когда без присмотра оставлена печь,

Один уголек может дом целый сжечь!

Угольки хоть невелички,

Но опасны, как и спички!

ЛЯГУШКА:  
Если вдруг беда случилась,

В комнате твоей огонь!

Не теряйся никогда –

Рядом быть должна вода.

(ведерко с надписью «вода»)

ЁЖИК:

Если нет воды, дружок,

Значит, может быть, песок. (Ведерко с надписью «песок»)

ЗАЯЦ:

В рубашке ярко-красной,

В работе, безопасный

Огнетушитель тоже

В борьбе с огнем поможет. (Вручает огнетушитель)

МЫШКА:

А если это не спасет?

Огонь весь теремок сюжет? И что же делать? Всюду дым…

ВСЕ:

Вызывайте 01!!!

МЫШКА:

Надо срочно позвонить,

И пожарным сообщить: (берет телефон)

Приезжайте в теремок,

Потушите огонек!

Наша улица Лесная

Здесь она одна такая! (кладет трубку)

И пожарные приедут,

Потушить огонь сумеют.

ЁЖИК:

И я хочу пожарным стать,

Во всем и помогать,

Вот только надо подрасти,

И школу мудрости пройти.

*Ситуативный разговор по правилам личной безопасности.*

Воспитатель:

- За правильные ответы мы получаем следующую часть карты, которая нас ведет на остров Робинзона.

*Команда идет на участок младшей группы. Там их встречает Робинзон.*

Робинзон:

- Меня зовут Робинзон, я моряк, который попал в кораблекрушение. Я очень долго прожил один на необитаемом острове. И так рад увидеть столько замечательных ребят! Ребята, а вы знаете, как себя вести около воды, чтобы не случилось беды?

1. Одному к реке или озеру не ходить, только со взрослыми.
2. В воде не толкаться, не кричать «Помогите!», если этого не требуется.
3. Не прыгать в воду, если не знаешь дна под водой, иначе можно удариться или зацепиться за подводные коряги и не выплыть из воды.
4. На солнышке всегда ходить в панамке, как я! Иначе голову напечет и случится тепловой или солнечный удар.

- Ребята, а вы умеете танцевать? Давайте вместе станцуем танец Робинзонов! (под муз.«Робинзон» дети танцуют по показу).

*В конце Робинзон отдает детям часть карты.*

Воспитатель:

- Наш поход продолжается, и мы с вами попадаем на свою площадку. А кто это у нас здесь поселился? (чучело Подсолнуха). Посмотрите, что это у нас за стенд на площадке? Здесь какие-то знаки. Я, кажется, поняла: это Подсолнушек принес нам правила поведения в лесу! Давайте их назовем.

*Дети рассматривают знаки и называют правила поведения в лесу.*

Воспитатель:

- Ребята, а вы помните, что мы сажали в наши клумбы? В одной у нас посажены цветы-первоцветы (ландыши, крокусы, пролески), а в другую мы сажали лекарственные растения (календула, чистотел и эхинацея, мята и ромашка). А почему они называются лекарственными?

Дети:

- Из них делают лекарство, ими лечатся.

Воспитатель:

- Давайте и мы с вами наберемся здоровья и сделаем дыхательную гимнастику.

1. «Крылья»

Крылья вместо рук у нас

И летим мы – высший класс!

*И.П. – ноги слегка расставлены, руки опущены.*

*1 – руки через стороны поднять вверх - вдох ;*

*2 – опустить руки вниз со словом «вниз» (выдох.)*

1. «Поднимемся на носочки»

Хорошо нам наверху,

Как же вы без нас внизу?

*1 – подняться на носки, одновременно поднимая руки, и посмотреть на них (вдох)*

*2 – медленно присесть (спина прямая), колени в стороны, руки опустить вперед и произнести звук «ш-ш-ш» (выдох).*

1. «Покачивание»

Покачаемся слегка,

Ведь под нами облака.

*И.П. – ноги на ширине плеч, руки опущены.*

*1 – наклон вправо «кач» (вдох)*

*2 – наклон влево «кач» (выдох)*

1. «Поворот»

надо посмотреть вокруг –

рядом ли летит мой друг?

*И.П. – ноги на ширине плеч, руки на поясе.*

*1 – повернуться вправо (вдох)*

*2 – И.П.(выдох)*

*3 – повернуться влево (вдох)*

*4 – И.П. (выдох)*

1. «Хлопок»

Солнце мы хлопком все встретим,

Так полет мы свой отметим!

*И.П. – ноги слегка расставлены, руки опущены.*

*1 – поднять руки вверх (вдох),*

*2 – хлопнуть в ладоши, сказав «хлоп» (выдох)*

*3 – развести руки в стороны (вдох)*

*4 – опустить руки вниз (выдох).*

1. «Приземление»

Приземлиться нам пора,

Завтра в сад нам, детвора.

*И.П. – ноги на ширине плеч, руки в замок внизу.*

*1 – руки поднять вверх (вдох)*

*2 – наклон вперед с одновременным опусканием рук и произнесением звука «ух» (выдох)*

Воспитатель:

-Вот мы с вами и вспомнили правила поведения в лесу, набрались здоровья 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. Я предлагаю вам поиграть в игру «Аистенок», которая помогает развивать координацию движений, укреплять мышцы позвоночника и мышцы ног.

Проводится игра «Аистенок»:

*И.П. – о.с.: встать прямо, правую ногу поднять назад вверх, руки в стороны, туловище немного наклонить вперед, голову приподнять. Удерживать равновесие как можно дольше, затем вернуться в И.П.*

*Повторить упражнение с другой ногой.*

- А теперь еще одно упражнение «Все спортом занимаются»

Скачет лягушонок – *руки согнуть в локтях, наклоны в стороны, в руках малый массажный мяч*

Ква-ква-ква! – *сжимать и разжимать массажный мяч*

Плавает утенок – *имитировать плавание*

Кря-кря-кря! – *сжимать и разжимать массажный мяч*

Все вокруг стараются – *одна рука вверх, другая – вниз*

Спортом занимаются – *менять положение рук*

Маленький бельчонок – *прыжки вверх*

Скок-скок-скок! – *прыжки на месте вперед-назад*

С веточки на веточку – *одна рука вверх, другая вниз*

Прыг-скок, прыг-скок! – *менять положение рук*

Все вокруг стараются,

Спортом занимаются! – *повторять 2-3 раза*

- А теперь я хочу проверить, какие вы внимательные.

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.*

- Ребята, какие вы молодцы! Но я не могу пока отпустить вас дальше в поход. Вам ведь нужна еще одна часть карты? Ее нужно найти.*(движение по стрелкам, карта спрятана в шарике).*

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

Воспитатель:

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

Дети:

-Да!

Воспитатель:

- Давайте теперь с вами разуемся и дальше пойдем босиком по лечебной дорожке, помоем ножки в пруду и отдохнем на привале.

*Когда дети попили сок, спросить, что нужно сделать с коробочками сока (выбросить в мусорный пакет и забрать с собой)*

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?