**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №17» города Бийска**

****

****

**Физкультурно-познавательный досуг**

**«За здоровьем на природу»**

**(г. Бийск – оз. Канонерка)**

**(для детей старшей и подготовительной групп)**

**Выполнила: воспитатель Тупикина Марина Викторовна**

**Бийск 2013 г.**

**Физкультурно-познавательный досуг «За здоровьем на природу»**

**Цель:** создание условий для оздоровления детей на природе и привлечение родителей в данный вид деятельность.

**Задачи:**

1.Развивать игровую культуру общения родителей с детьми, желание вместе с детьми проводить время.

2.Расширять представление о природе.

3. Развивать выносливость и основные жизненные навыки в естественных условиях во время передвижения на длительное расстояние.

4.Совершенствовать навыки выполнения движений в естественных условиях.

5. Воспитывать интерес к подвижным играм, желание играть вместе с родителями.

**Оборудование:**Рюкзаки, термосы с чаем, печенье, аптечка, атрибуты для игр и эстафет (мячи – 6 шт., обручи – 4 шт., флажки – 4 шт., свисток, бубен.)

**Форма одежды:** по погоде.  
  
 **Длительность прогулки:** 2 часа.  
  
 **Участники:** дети 5 – 7 лет и их родители.

**Ход мероприятия:**

1. Вводная беседа о предстоящем походе. Рассматривание карты маршрута г. Бийск – оз. Канонерка (Приложение 1).

2. Поездка на автобусе до места начала маршрута.

Во время поездки, экскурсовод обратил внимание детей на достопримечательности г. Бийска, встречающихся на пути, провел краткую беседу о времени года, загадывал загадки про осень, вместе с детьми повторили правила поведения в лесу.

3. Ходьба по маршруту (полоса препятствий: подъемы, спуски, подлезания, перепрыгивания и т.д.).

По дороги до пункта назначения экскурсовод рассказал детям об уникальности озера Канонерка. Что в нем произрастают редкие растения, краснокнижные виды такие, как Чилим - водяной орех, Сальвиния плавающая, являющаяся водным папоротником. Это уникальные реликтовые растения, оставшиеся только здесь с доисторических времен. Можно встретить немало редких растений и на берегу.

4. Выход на поляну, проведение игр соревновательного характера.

**Игра «Мы - осенние листочки»**.

(Дети - «листочки» выполняют движения в соответствии с текстом).

Мы – листочки, мы – листочки,

Мы – осенние листочки.

*(Стоя, поднять руки вверх.*

*Покачивание туловища в стороны.*

*Присесть на корточки)*

Мы на веточке сидели,

Ветер дунул – полетели.

Мы летали, мы летали,

А потом летать устали.

(*Бег в разных направлениях)*

Перестал дуть ветерок –

Мы присели все в кружок.

*(Присесть на корточки)*

Ветер снова в друг подул,

И листочки быстро с дул.

*(Бег, медленно кружась на месте)*

Все листочки полетели

И на землю тихо сели.

*(Присесть на корточки)*

**Эстафета «Не урони мяч»**

Команды строятся колонной друг за другом, у первых участников в руках мяч. Участники передают друг другу мяч по верху, как только мяч окажется у последнего участника, он перебегает и встает в колонну первым и т.д., пока мяч не вернется к первому участнику.

**Эстафета «Кто соберёт больше шишек »**

За три минуты дети и родители собирают шишки. Выигрывает команда, собравшая большее количество шишек.

**Массаж с сосновой шишкой:**

1. Покатайте шишку между ладошками.

2. Подбросьте и поймайте шишку двумя руками.

3. Подбросьте шишку вверх двумя руками – поймайте правой рукой.

4. Подбросьте шишку вверх двумя руками – поймайте левой рукой.

**Эстафета «Попади шишкой в обруч»**

Команды становятся в колонну по одному за линией старта, у каждого участника в руках шишка, на расстоянии 3 м. лежат обручи. Первый

участник бросает шишку в обруч и встает в конец колонны. Побеждает команда, в обруче которой будет больше шишек.

**Эстафета «Кто быстрее»**

Команды становятся в колонну по одному за линией старта, у первых участников в руках флажок. По сигналу они должны добежать до дерева, обогнуть его и вернуться назад, передать флажок следующему участнику и встать в конец колонны.

**Эстафета «Гигантский прыжок»**

Участники делятся на две команды, каждый участник игры выполняет один длинный прыжок. Началом прыжка для последующих игроков (от второго до последнего) является место приземления предыдущего ребенка. Измеряется длина гигант­ского прыжка всех участников. Выигрывает команда, послед­ний участник которой дальше всех приземлится.

5. Пикник.

6. Возвращение к автобусу, возвращение в д/с, подведение итогов.

**Литература:**

1. Журнал Воспитатель ДОУ №4/2010. Экскурсия в городской парк с родителями. С. 73-78.

2. Утробина К.К. Занимательная физкультура в детском саду для детей 3 – 5 лет. Конспекты занятий и развлечений. Игры и тренинги: Пособие для воспитателей и инструкторов по физкультуре. – М.: Издательство ГНОМ и Д, - 2004. – 104 с.

3. Шебеко В. Н. Занятия по физической культуре в детском саду: Обучение и творчество: Ст. дошк. возраст: Пособие для педагогов дошк. учреждений / В. Н. Шебеко. – Мн.: Университетское, 2001. – 88 с.

Приложение 1

**Карта маршрута г. Бийск – оз. Канонерка**

****