**Методическая разработка**

Конспект

прогулка - поход с детьми старшего возраста по территории д.сада.

«Туристический поход».

 Инструктор по физической культуре

 Мышкина В.К.

Задачи:

* Дать представление о том, что такое туристический поход.
* Расширять представления о предметном мире, познакомить с назначением и использованием маршрутной карты.
* Закрепить навыки безопасного поведения: умение слушать и подчиняться правилам.
* Формировать коммуникативные умения и навыки: умение договариваться, желание помогать друг другу.
* Развивать любознательность, память, внимание.
* Развивать физические качества: выносливость, ловкость.
* Воспитывать желание участвовать в совместной деятельности.

Предварительная работа: Беседа о том, что такое поход, с какой целью ходят в поход, какая одежда удобна для похода, что берут с собой в поход.

Ознакомление с правилами поведения в походе: слушать команды взрослого, не мусорить, помогать товарищам.

Рассматривание предметов для похода: рюкзак, палатка, спальный мешок, котелок и т.д.

Рассказ о разных видах походов (туристический, экологический, военный).

Оборудование: рюкзак, термос с чаем, одноразовые стаканы, верёвки (спортивный инвентарь).

Содержание прогулки – похода:

Дети строятся в шеренгу.

И.Ф. Мы отправляемся в поход. Давайте вспомним как надо вести себя в походе (слушать взрослого, помогать друг другу, не мусорить, не толкать товарища). Всё правильно. Вы готовы к походу? Направо в колонне по одному шагом марш.

**Движение детей до привала.**

Дети обходят территорию детского сада один раз, затем возвращаются к началу похода, но встречают перед собой препятствия: ручей, который надо перейти по мостику (ходьба по ограниченной площади), «поваленные деревья» которые надо перешагнуть (перешагивание через барьер), болото – прыжки с кочки на кочку (прыжки из обруча в обруч).

**Привал.**

Остановиться, сесть на брёвна (скамейки). Предложить детям чай из термоса.

**Проводятся игры: « Хорошо – плохо»** - правила поведения на природе.

**Игра с мячом «Картошка»** - мяч перебрасывается по кругу друг другу. Ребёнок, не поймавший мяч, садится в круг и старается поймать мяч, при этом вставать нельзя. Если поймает, то встает в круг, а тот игрок, который не поймал, встаёт на его место.

**Упражнение на развитие дыхания «Затуши костёр».**

Детям предлагается затушить костёр. Для этого необходимо глубоко вдохнуть и сделать глубокий выдох, ровной струйкой в центр «костра».

Продолжение движения до конечного маршрута похода.

Обратить внимание детей на сбор вещей с привала, не оставлен ли где мусор.

Возвращение в д.сад.

Обходят оставшийся отрезок пути предложить вместе спеть песня.

Поинтересоваться настроением детей. Узнать, что детям понравилось.

Из похода мы вернулись

Дому мило улыбнулись.

Вкусный нас обед всех ждёт –

Что ж туристы, в сад вперед!