Муниципальное дошкольное образовательное автономное учреждение «Детский сад № 122»



**Мастер-класс**

«Хайкинг – пешие походы по территории детского сада для детей 5-7 лет»

Воспитатель: Ганина Я.А.

"Хайкинг" способствует укреплению здоровья, развитию экологического мировоззрения у детей, формированию простейших туристских навыков по пешеходному туризму. Физическая нагрузка, связанная с систематическими движениями на свежем воздухе в любую погоду, оказывает благоприятное влияние на нервную систему и весь организм ребёнка в целом. Данную технологию предлагаю посмотреть на примере конспекта туристического похода по общей территории детского сада.

Цель:

- знакомство с **общей территорией детского сада***(круговой обход)*

- путешествие по игровым площадкам, знакомство с игровым оборудованием (организация *«привала»* на площадках с веселыми играми)

- прохождение заданного маршрута из точки начала маршрута в конечную точку *(по карте с использованием рельефа местности)*

-путешествие на сказочную поляну *(в форме спортивного развлечения)*

Задачи.

Закрепление навыков безопасного поведения на природе.

- Воспитание бережного отношение к окружающей среде.

- Формирование основ здорового образа жизни.

Ход.

1. Прежде чем отправиться в **поход**, инструктор заходит в группу к детям перед завтраком, он одет **по-походному**, на плечах - рюкзак, на шее бинокль. Обращается к детям:

Я собираюсь в **поход**, хотите со мной?

Дети: Да!

Тогда подкрепитесь, съешьте весь завтрак, вам понадобится много силы, путешествие будет долгим.

Дети после завтрака выходят на улицу, где их ждет инструктор.

Инструктор рассматривает детей в бинокль:

Дайте я на вас посмотрю, вижу, все в хорошем настроении и готовы отправиться в **поход**.

Вы все подготовились к данному мероприятию: одели спортивную одежду и обули удобную обувь, молодцы!

Еще нам необходимо взять с собой хорошее настроение и хорошенько размяться перед дорогой. На пути нас ждет много нового и интересного. Чтобы преодолеть все препятствия, нужно быть дружными, смелыми и сильными, обязательно помогать друг другу, быть внимательными, чтобы не потеряться в дороге. И так, приглашаю всех на веселую разминку.

РАЗМИНКА *«Вместе весело шагать»*

Чтобы нам не растеряться

Надо быстро посчитаться

Отряд! Становись в ряд!

По порядку рассчитайсь!

И так, нас …. человек.

Молодцы! Начало положено хорошее, а теперь нам пора в дорогу.

Участники изучают схему маршрута и отправляются в путь.

Чтобы было веселей в пути

Надо пару себе найти.

Игра *«Найди себе пару»*

Дети строятся парами.

Отправляясь в путь, про друга не забудь, запомните свою пару, чтобы возвращаясь назад мы никого не забыли. А, чтобы в пути было веселей, давайте послушаем песенку **туристов**.

Дети идут за инструктором по физкультуре, слушают песенку из мультфильма

*«****Слоненок-турист****»*.

2. Доходят до стола медпункт.

Дети отвечают на вопросы инструктора.

1. Какие виды **туризма вы знаете**? *(велосипедный, пеший, лыжный, горный, автомобильный)*.

2. Какие части света вы знаете? *(Север, юг, запад, восток)*.

3. Где восходит солнце? *(На востоке)*.

4. Где заходит солнце? *(На западе)*.

5. Какие вы знаете съедобные грибы? *(Подберезовики, подосиновики, грузди, лисички, опята)*.

6. А несъедобные? *(Поганки, мухоморы, ложные опята, ложные лисички)*.

7. Какие лесные ягоды можно есть? *(Малину, землянику, ежевику, рябину)*.

8. А какие нельзя? *(Волчью ягоду, вороний глаз, бузину)*.

9. Каких зверей надо опасаться в лесу? *(Волка, кабана, медведя, лося)*.

10. Можно ли пить воду из рек, озер, из других источников? (Нельзя, воду можно пить только после фильтрации и кипячения, кипятить не менее 10 минут).

11. В чем несут все необходимое, когда идут в **поход**? *(В рюкзаке)*.

12. Где спят **туристы**? *(В палатке)*.

13. В чем готовят еду? *(В котелке)*.

14. Над чем висит котелок, когда готовят еду? *(Над костром)*.

15. Из какого дерева лучше разжигать костер? *(Из ели)*.

16. Что является постелью в **походе**? *(Спальный мешок)*.

17. Как называется предмет, с помощью которого мы узнаем части света? *(Компас)*.

Ребят посмотрите что лежит на столе. *(На столе лежат картинки с разными лечебными растениями)*

Эти растения используют **туристы** находясь в лесу и не имеющие рядом медицинской помощи.

Например, если вы нечаянно поранились о корягу, вы можете найти подорожник и приложить его к ране. Подорожник получил такое название, потому что он растет вдоль дорог. Найдите на картинке. Можно сорвать подорожник, протереть его и приложить к ране, кровь остановится, рана заживет быстрее. Попробуйте найти подорожник, только не рвите его напрасно, просто запомните, как он выглядит. В лесу много целебных трав.

Мать и мачеха -Листья приматывают гладкой стороной к ране, ушибу и прибинтовывают. Можно привязать лентой.

Ромашка аптечная лечит ожоги, в ее настоях пропитывают примочки., так же ромашка лечит насморк.

Мох сфагнум растет на болотах. Сухой мох в 4 раза сильнее впитывает влагу, чем медицинская вата.

Корень одуванчика Улучшают пищеварение, повышает аппетит.

Итак теперь вы знаете как обработать рану в лесу. Нам пора идти дальше.

3. Дети продолжают идти по периметру.

Подходят к площадке ПДД.

Инструктор задает вопросы касающиеся правил перехода через дорогу.

По какой стороне дороги двигаться.

4. Продолжаем **поход** и подходим к площадке со спортивным оборудованием.

Проходят все препятствия не снимая рюкзаки.

5. Дети продолжают идти по периметру. Подходят к большой клумбе.

Инструктор: Ребята, посмотрите, какая красивая клумба, на ней трудятся все сотрудники д/с. Ребята, а в знаете какие цветы растут на клумбе? Как за ними ухаживать.

Проводится подвижная игра *«Садовник и цветы»*

Цель — развить умение перебегать на противоположную сторону площадки, уворачиваясь от ловишки, развивать ловкость, быстроту реакции.

Ход игры. Дети-"цветы" находятся на одной стороне площадки, а водящий — "садовник" — на противоположной. Приближаясь к цветам, он произносит: "Я иду сорвать цветок, из цветов сплету венок". Цветы отвечают: "Не хотим, чтоб нас срывали / И венки из нас сплетали. / Мы хотим в саду остаться, / Будут нами любоваться". С последними словами дети бегут на другую сторону площадки, а "садовник" старается поймать кого-нибудь.

6. Дети подходят к запасному выходу. Там висит плакат с запрещающими знаками.

Ребята а вы знаете как вести себя в лесу? Давайте посмотрим знаки и что же они обозначают?

Ответы детей.

А что еще нельзя делать в лесу?

-ломать ветки, кидать в воду банки, склянки и мусор, сорить, нельзя кричать.

В остях у природы нужно вести себя вежливо и уважительно.

Инструктор: Давайте отправимся дальше. Помните, кто с кем стоял в паре, скорее посмотрите, все ли на месте, *(осматривает детей в бинокль)* все, ну тогда в путь!

7. Маршрут ведет на спортивную площадку.

Если ничего нельзя делать в лесу, то чем тогда заняться?

А давай-ка лучше поиграем.

Складываем свои рюкзаки и становимся в две колонны.

А сейчас я хочу посмотреть, какие вы ловкие, смелые и выносливые, для этого мы проведём эстафеты.

Придумайте себе название команд.

П/И *«Тропинка»*

Под музыку марша дети идут по площадке. По сигналу *«Деревья!»* они берутся за руки и поднимают их вверх, расходясь в стороны. Последний ребенок в колонне пробегает *«змейкой»* под поднятыми руками детей и встает впереди колонны, сделав такое же *«дерево»*. Игра повторяется до тех пор, пока все участники не выполнят задание.

Эстафета *«Пауки»*

Команды строятся за линией старта в колонну по два. Спиной друг к другу. По сигналу бегут первые, обегают конус, возвращаются назад, передают эстафету касанием рук и становятся в конец колонны.

Эстафета: "Что в **походе пригодится**?"

Дети стоят в двух колоннах за линией старта. На расстоянии 7 шагов разложены различные предметы – как необходимые в **походе**, так и совершенно не нужные: (свисток, фонарь, компас, бутылка с водой, кружка, ложка, чашка, фотоаппарат, продукты, карта, спальный мешок, спортивные гантели, конструктор и др.). По сигналу первый участник подбегает к предметам, выбирает необходимый для **похода предмет**, возвращаясь с ним, передают эстафету следующему. По окончании игры проверяют правильность выполненного задания, уточняют, для чего нужен тот или иной предмет.

Эстафета *«Не урони мяч»*

Команды стоят в колонне по одному за линией старта. У первых участников по два мяча в руках. По сигналу они должны добежать до конуса, обогнуть его и вернуться назад, передать мячи следующему участнику и встать в конец колонны.

Эстафета *«Преодоление препятствий»*.

Дети преодолевают болото по *«кочкам»*(обручам, перелазание через препятствие, встречающихся на их пути.

П/И *«Кто соберет больше шишек.»*

Дети собирают разбросанные шишки в обруч.

П/И *«У ребят порядок строгий»*.

Дети стоят в колоннах по сигналу *«На прогулку»* расходятся по площадке и гуляют. Инструктор: «У ребят порядок строгий, знают все свои места. Но трубите веселее. Дети: Тра-та-та, тра-та-та.»

По сигналу быстро строятся на свои места.

Молодцы, ребята! Теперь я вижу, что вы и умные, и смелые, и ловкие, умелые!

Продолжаем двигаться по маршруту.

8. Заходим на игровую площадку к детям средней группы и они с воспитателем предлагают отдохнуть и разгадать загадки.

В кармане моем замечательный друг,

Он знает, где север,

Он знает, где юг.

И в тайге, и в океане

Он отыщет путь любой,

Умещается в кармане,

А ведет нас за собой. *(Компас)*.

Он в **походе очень нужен**,

Он с кастрюлей очень дружен.

Можно в нем уху варить,

Чай душистый кипятить.

*(Котелок)*.

На привале нам помог,

Суп варил, картошку пек.

Для **похода он хорош**,

А вот в группу, не возьмешь.

*(Костер)*.

Весной одевается, осенью раздевается. *(Лес, парк)*

Летом вырастают, а осенью опадают. *(Листья)*

Ее всегда в лесу найдешь – пойдем гулять и встретим:

Стоит, колючая, как еж, зимою в платье летнем. *(Ель, сосна)*.

Продолжает движение.

9. Инструктор обращает внимание детей на игровую площадку где гуляют дети 2 младшей группы, давайте зайдем к ним в гости.

Детей встречает воспитатель группы с детьми.

Воспитатель группы:

Здравствуйте, ребята, далеко ли вы направляетесь?

Дети рассказывают, что они в **походе по территории детского сада**.

Воспитатель группы:

Мы рады, что вы зашли к нам в гости, а где вы уже побывали?

Ответы детей.

Инструктор. Ребята давайте покажем малышам каких животных вы знаете, а малышки будут угадывать.

Продолжаем двигаться по маршруту

Инструктор: отлично посоревновались, много интересного узнали, пора двигаться дальше, вспомните, кто с кем стоял, посмотрите, никто не отстал в **походе***(осматривает детей в бинокль)* мы продолжаем **поход**.

Знаете, ни один **поход** не обходится без привала, во время которого неплохо подкрепиться.

Организовывается привал, на траве расстилаются покрывала, дети рассаживаются и пьют сок из маленьких коробочек через трубочку. Музыка *«Милая моя»* или *«Изгиб гитары желтой»*

Инструктор:

Хороший привал не обходится без веселой песни.

Детям предлагается спеть песенки из знакомого репертуара *(ранее разученные на музыкальных занятиях)*.

Инструктор:

Хорошо отдохнули, много узнали, что вам понравилось в **походе**.

Ответы детей.

Инструктор:

Вижу, что наш **поход по территории детского сада вам понравился**, но теперь пора возвращаться в группу. Но перед этим давайте посмотри не остался ли после нас мусор.

Вставайте парами, проверьте, все ли на месте *(осматривает детей в бинокль)*.

Под музыкальное сопровождение *«****Тури тури туристы****»* дети возвращаются в **детский сад**.

Вот и закончился наш веселый **турпоход**, но вы, ребята, должны запомнить следующие правила поведения в природе.

• Любите и охраняйте родную природу.

• Тщательно тушите костер. Уходя из леса, не оставляйте после себя мусор.