

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад общеразвивающего вида №6 с приоритетным осуществлением деятельности
по физическому развитию воспитанников»
623300, Свердловская обл., Красноуфимск г, Буткинская ул., дом № 14

Сборник методических разработок «Образовательный терренкур в ДОО»



г. Красноуфимск, 2024 год

В сборнике представлен инновационный опыт работы педагогов МАДОУ детский сад 6, представляющий интерес для педагогической общественности по направлению «Образовательный терренкур»

Составители:

Дубакова Е.В., музыкальный руководитель МАДОУ детский сад 6, ГО
Красноуфимск

Матафонова А.А., заместитель заведующего МАДОУ детский сад 6, ГО
Красноуфимск

ОГЛАВЛЕНИЕ

Моховикова Т.В. Образовательный терренкур для воспитанников шестого года жизни «До свидания весна, здравствуй лето».....	4
Крашенинникова Г.Г., Телькова С.А. Образовательный терренкур для воспитанников пятого года жизни «Дошколята спешат на помощь».....	7
Рожкова Л. П. Образовательный терренкур для воспитанников третьего года жизни «Путешествие с куклой Машей».....	11
Дубакова Е. В., Телькова С. А. Образовательный терренкур для воспитанников шестого года жизни «Здоровый образ жизни».....	14
Телькова С. А. Образовательный терренкур для воспитанников шестого года жизни «Знатоки природы».....	18
Дубакова Е. В., Костарева И. В. Образовательный терренкур для воспитанников пятого года жизни «Поможем Ромашке».....	21
Дубакова Е. В., Телькова С. А. Образовательный терренкур для воспитанников седьмого года жизни «В поисках ромашки».....	24
Дубакова Е. В., Костарева И. В. Образовательный терренкур для воспитанников пятого года жизни «Айболит спешит на помощь».....	27
Кузнецова О. В. Образовательный терренкур для воспитанников четвертого года жизни «Я и моя семья».....	30

Образовательный терренкур для воспитанников пятого года жизни «До свидания весна, здравствуй лето»

Цель: укрепить здоровье детей, совершенствовать физические качества, создать у детей бодрое, радостное настроение.

Задачи:

Образовательные: закрепить представления детей о народных играх; совершенствовать двигательные умения и навыки при выполнении детьми различных упражнений и заданий, а также в процессе подвижных игр. Способствовать оздоровлению организма детей посредством выполнения различных видов физических упражнений на свежем воздухе.

Развивающие: развивать выносливость, развивать глазомер, быстроту реакции, развивать равновесие при ходьбе по ограниченной поверхности (прохождение лабиринта), координацию движений.

Воспитательные: воспитывать командный дух, доброжелательное отношение детей друг к другу; продолжать прививать детям интерес к физической культуре, играм, забавам.

Оборудование: игрушка медведь, полешки, костер, клубочек, обручи, кегли, палки гимнастические, стойки, канат, костюм Весны, Бабы-Яги.

Ход терренкура

1 Ведущий: Мы сегодня собрались с вами здесь, чтобы встретиться с летом. На улице солнышко сияет, птички поют, а самого лето нет. Может, надо, ребята ее позвать?

Дети: **Лето, лето приходи, да ребят повесели!**

(Под музыку вбегает Баба-Яга)

Баба Яга: Что смотрите? Да, это я! Сама БАБА-ЯГА к вам пришла! Заждались меня?

2 Ведущий: Да вообще-то мы Лето ждали, а не тебя...

Баба Яга: Чем же вам весна не нравится? Птички поют, цветы цветут, бабочки летают, пчелы мед собирают!

Дети: Мы хотим в речке купаться, загорать, в лес по грибы, по ягоды ездить.

Баба-Яга: А вы с весной попрощались? А то она обидится и не придет больше?

Ведущий: Ребята, давайте сделаем «Весеннюю зарядку» *(Проводится зарядка под музыку по показу)*

Баба-Яга: Передумала я, не отдам я вам лето. Ишь чего захотели! Не бывать этому! Я Лето ваше спрятала в надёжном месте. А вы останетесь здесь со мной и будете меня развлекать. А вообще я и колдовать умею, и пою шикарно, танцую, а выдумщица-то какая! Не соскучитесь со мной.

Вот и празднуйте давайте со мной, а то я вам покажу (*машет кулаком*)

1 Ведущий: Что же нам делать ребята? (*ответы детей*)

2 Ведущий: Правильно ребята. Нужно задобрить Бабу-Ягу, глядишь и покажет она, где нам лето искать. Давайте станцуем ей веселый танец!

Танец «Бабка-Ежка»

Баба-Яга. Ну, и повеселили вы меня ребята! Так и быть дам я вам волшебный клубочек, он вам покажет дорогу, где Лето искать. А я пойду по своим делам. (*Кидает клубочек. Дети передвигаются за ведущим бегом, боковой галоп*)

1 Ведущий: Клубочек докатился до остановки «Солнечная». Чтоб не замерзнуть, поиграем в игру с солнышком.

Игра «Солнце»

(*Водящий в маске солнышка становится в центре хоровода, кружится по часовой стрелке. Дети идут против часовой стрелки, говоря слова*):

«Гори солнце ярче, лето будет жарче,

А зимой теплее (*шаг в центр круга, поклон*)

А весна милее (*шаг назад*)

Водящий говорит: «Горю» (ловит детей, они разбегаются)

2 Ведущий: Поиграли с Солнышком, согрелись? Куда же дальше поведет нас волшебный клубочек? (*кидает клубочек*).

1 Ведущий. На пути у нас встретились какие-то препятствия! (*Дети бегут за ведущим, перепрыгивают через палки и оббегают стойки*)

2 Ведущий: Мы попали на остановку «Гори-гори ясно». В старину люди встречали лето народными играми и одна из них была «Перепрыгни через костер» нужно так высоко перепрыгнуть через костер, чтоб не обжечься. (*Дети выстраиваются друг за другом и перепрыгивают через бутафорский костер*)

1 Ведущий. Молодцы ребята. Все перепрыгнули? (*Ответы*) Далее следуем за волшебным клубочком. Снег растаял и на земле образовались огромные лужи. (*Дети перепрыгивают через обручи, далее бегут за ведущим до следующей остановки*)

2 Ведущий. Мы попали на остановку «Померяемся силой». Ребята, вам нужно поделиться на 2 команды и встать с одной стороны и с другой стороны каната. (*Дети перетягивают канат*)

2 Ведущий. Кто победил? Конечно дружба!

1 Ведущий: Ну, что двигаемся дальше? Куда же нас на этот раз приведет клубочек? (*кидает клубочек. Дети бегут за ведущим*)

1 Ведущий: Клубочек нас привел к какому-то домику. А, кто здесь живет, вы узнаете, если отгадаете загадку.

Спит зимой он, как сурок,

Ведь в берлоге сон глубок,

Но весна наступит вскоре:

Кто был рядом — тому горе. (*медведь*)

1 ведущий: Правильно, а попали мы на остановку «Мишкина берлога»

Медведь: Здравствуйте, детишки. И зачем вы меня разбудили?

2 Ведущий: Баба-Яга лето украла, а мы ее ищем. Помоги нам Мишка.

Медведь: Помогу, но и вы со мной поиграйте для начала. *(Дети играют в подвижную игру) «Мишка, что ты долго спишь?»*

Медведь: Идите прямо, а потом вокруг да около. *(Медведь показывает направление. Дети идут друг за другом, им навстречу выходит Весна)*

1 Ведущий: Здравствуй, Лето. Долго же мы тебя искали.

Лето: - Спасибо вам, друзья, что нашли меня. Баба-яга спрятала меня от вас, но вы не побоялись, преодолели все препятствия и пришли ко мне. Давайте с вами заведем летний хоровод и порадуемся теплу да солнышку.

Танец по показу «Летний хоровод»

Лето: А теперь пора мне уходить,
За цветами, травами следить,
Чтоб они росли и распускались,
Всеми соками земными наливались.

До свидания, друзья,

Через год вернусь к вам я. *(Лето прощается с детьми и уходит).*

2 Ведущий: Вот мы с вами и встретились с Летом. Ребята вам понравилось наше путешествие?

Кому понравилось прыгать через костер - похлопайте в ладоши!

Кому понравилось играть с солнышком -попрыгайте на месте!

Кому понравилось перетягивать канат - дотроньтесь до своего носа!

Но нам пора возвращаться домой.

Телькова Светлана Анатольевна,
Крашенинникова Галина Григорьевна
воспитатели МАДОУ детский сад 6
ГО Красноуфимск

Образовательный терренкур для воспитанников пятого года жизни «Дошколята спешат на помощь»

Цель: Оздоровление и укрепление организма воспитанников, повышение уровня двигательной активности, познавательной-исследовательской деятельности детей.

Задачи:

- Сохранять и укреплять здоровье детей.
- Формировать правильный стереотип ходьбы и навыков осанки
- Развивать выносливость, выдержку во время физических нагрузок.
- Воспитывать дружелюбие, коллективизм.
- Воспитывать у детей ответственность за сохранение и укрепление здоровья.
- Расширять знания детей об окружающем.

Ход терренкура

Мотивация.

К нам прилетела Каркуша. В лесу случилась беда, животные и птицы просят о помощи.

Ребята, вы готовы помочь лесным жителям? Тогда идём одеваться и поспешим в лес.

Выход на территорию садика

Помните, что нам нужно сделать?

Прежде, чем отправиться в путь я хочу вас проверить.

Разминка

Все здоровы?

К проверке готовы?

Все дышите, (3 раза).

Всё в порядке, отдохните,

Руки вверх вы поднимите, превосходно, опустите.

Наклонитесь, встаньте прямо, улыбнитесь.

Да довольна я осмотром, все действительно здоровы.

И к прогулке все готовы.

Встаём друг за другом, в пути нам могут встретиться небольшие препятствия. Готовы? Тогда, в путь, на помощь лесным жителям.

Вот и первое препятствие – лужи. Чтобы дальше нам пройти, надо эти лужи перепрыгнуть.

Прыжки через гимнастические палки (лужи) на двух ногах.

На пути у нас первая **остановка «Метеостанция»**

Ребята, может кто-то сможет сказать, для чего нужна метеостанция?

Правильно, для определения, уточнения погодных условий.

Давайте и мы с вами попробуем определить погодные условия сегодняшнего дня, позволяют ли они идти нам дальше.

1. Ветряной рукав поможет нам определить, какой сегодня день: ветреный или безветренный. Если есть ветер, то какой он силы: слабый, сильный.

2. С помощью измерительного стакана мы узнаем были ли сегодня осадки.

3. Пройдём к стенду и зафиксируем погодные условия дня.

4. Термометр поможет нам определить температуру дня. Зафиксируем её на доске (запишем).

Молодцы, ребята, справились с заданием, а сейчас поиграем в игру. Я буду начинать предложение, а вы заканчивать.

Игра «Подскажи словечко»

Зима ушла, а весна - пришла.

Зима холодная, а весна – теплая.

Зимой солнце морозит, а весной – греет.

Зимой надевают шубы, а весной - куртки.

Молодцы, все слова правильно подобрали.

Можем идти дальше.

На пути извилистая тропинка, пройдем по ней осторожно.

Ходьба «Змейкой» (конусы)

Привела нас тропинка на поляну с травами.

Остановка «Лекарственные травы»

Эти травы не простые – они лекарственные. Кто знает, почему их так называют? Может кто-то знает какие-нибудь лекарственные травы. Для чего нужны лекарственные растения? Как вы думаете, откуда берутся растения?

Предлагаю поиграть в игру «Росток» и показать, как появляются растения.

Игра на Релаксацию «Росток».

Росток появился из-под земли, маленький, слабенький.

(Дети сидят на корточках, обхватив колени руками)

Но вот пошел дождик, водичка стала поить росток, он стал расти, у него появились листочки, стебель окреп и вытянулся.

(Дети медленно встают)

Дождь закончился, светит солнышко.

(Радуются, улыбаются)

Пусть растения растут, радуются солнышку, а мы пойдём дальше.

Игровое упражнение «Комарики»

Дальше дружно мы пошли, налетели комары

(руки вверх).

Хлопок, другой - комарики над головой

(прыжки на месте, хлопая в ладоши над головой).

Комариков перебьём и к озеру мы подойдём.

Мы шагали, мы шагали, выше ноги поднимали.

Дышим ровно, глубоко, видишь, как идти легко.

Остановка «Озеро»

Догадались, где мы оказались?

Скажите, как нужно себя вести, находясь рядом с водоёмом? (не шуметь, без взрослых ходить нельзя, не бросать камни, разный мусор)

Посмотрите, у наших уток появились птенцы? Как их зовут? (утята)

На наше озеро вернулась цапля. Что вы можете рассказать о цапле? Чем она питается? Почему цапля стоит на одной ноге?

Посмотрите, как важно цапля стоит.

Попробуем также важно постоять на одной ноге, потом на другой.

Не будем мешать обитателям озера и отправимся дальше.

Ребята, кто напомним, куда и зачем мы идём?

Тогда поспешим...

На пути спуск с пригорка. Будем спускаться спокойно, осторожно, боком и приставными шагами.

Ходьба приставным шагом

Ну, вот, с горки мы спустились и в птичьем городке очутились.

Станция «Птичий городок»

Слышите, ребята, птицы встревожены. Видно у них что-то случилось.

Всё понятно. Мальчишки – шалунишки приходили, шумели здесь, кричали, птичий домик с дерева сорвали.

Интересно, откуда эти мальчишки взялись. Ребята, в нашей группе есть такие мальчишки – шалунишки.

Не волнуйтесь, мы всё исправим, домик поместим на место.

Ну, вот, всё исправили. А в нашем городке новые жильцы.

Кто это? (белки, ёжики?)

Что мы знаем об этих животных?

Молодцы, ребята. Чтобы успокоить жителей городка, предлагаю с ними поиграть

Мы ногами топ-топ,

Мы руками хлоп-хлоп,

Мы глазами миг-миг,

Мы плечами чик-чик,

Раз-сюда, два- сюда

(повороты туловища вправо- влево)

Повернись вокруг себя

Раз присели, два привстали,

Сели, встали, сели, встали,

Словно ванькой-встанькой стали,

А потом пустились вскачь

(бег на месте)

Будто мой упругий мяч

Раз, два, раз, два

(упражнение на восстановление дыхания)

Вот и кончилась игра.

Скажем спасибо жителям птичьего городка и до новых встреч!

Встаём друг за другом:

*Мы шагаем, мы шагаем,
Ноги выше поднимаем,
А потом – всё бегом, бегом, бегом!*

Остановка «Хвойный лес»

Вот мы и в лесу. Давайте вспомним правила поведения в лесу.

Нас встречает один лесных жителей – волк. Осторожно пройдем глубже в лес.

Посмотрите, ребята, здесь действительно что-то случилось. Что же здесь произошло.

Спросим у животных. Оказывается, здесь отдыхали туристы, разбросали по всему лесу мусор. А мы ведь с вами знаем, что загрязнять природу нельзя. От этого страдают животные и птицы.

Ребята, как мы можем помочь? (собрать весь мусор)

Ну, вот, весь мусор мы собрали. Посмотрите вокруг, как стало в лесу сразу свежо, красиво и звери успокоились и хотят с нами познакомиться.

Кто же живёт в лесу?

Кого из животных называют – санитаром леса?

Кто уходит на зиму в спячку?

Кто меняет шубку 2 раза в год?

Какая из лесных птиц высидывает яйца зимой?

Кто из птиц подкладывает свои яйца в чужие гнёзда?

Как поёт кукушка?

Слышите, набежал шаловливый ветерок, запел свою песенку, зашелестели листочки.

Споём песенку ветерка: делаем глубокий вдох и при выдохе произносим звук ш-ш-ш.

Какая весёлая песенка у нас получилась.

Как вы думаете, смогли помочь животным и птицам леса?

Рефлексия:

Какое у вас сейчас настроение? Почему?

Что вам понравилось делать больше всего?

Что вам показалось сложным?

Прощаемся с жителями леса. Нам пора возвращаться в детский сад.

Скажем всем до новых встреч!

Релаксация «Домой»

«Теплый ветер гладит лица,

Лес шумит густой листвой.

Ель нам хочет поклониться,

И кивает головой.

До свидания, лес зеленый,

Мы уходим в детский сад.

Образовательный терренкур для воспитанников третьего года жизни «Путешествие с куклой Машей»

Цель: Оздоровление и укрепление организма воспитанников, повышение уровня двигательной активности, познавательно-исследовательской деятельности детей.

Задачи:

- Закреплять навыки детей в ходьбе, беге, прыжках, развивать координацию движений;
- Формировать потребность в здоровом образе жизни.

Маршрут. Спортивная площадка, хвойный лес, лекарственные растения.

Оборудование. Кукла Маша, зайчик, мишка.

Ход терренкура

Опытно - экспериментальная деятельность с песком:

погружение в игровую ситуацию – кукла Маша зовет на помощь;

Воспитатель: Ребята вы слышите кто-то зовет нас на нашей площадке, пойдемте посмотрим. (возле песочнице сидит кукла Маша)

Воспитатель:

Здравствуй Маша! Это ты нас звала?

Кукла Маша: Да, ребята я звала вас, чтобы вы помогли мне слепить пирожки, у меня ничего не получается, видимо я что-то делаю не так.

Воспитатель: Ну что поможем Маше? – Да

Для начала послушайте правила работы с песком:

1. Не разбрасывать песок из песочницы.
2. Не брать руки в рот.
3. Не тереть глаза
4. Не обсыпать друг друга.

Воспитатель: Давайте поздороваемся с песочком.

Здравствуй, здравствуй песок,
Здравствуй, здравствуй дружок,
Будем мы с тобой играть
И не будем обижать.

Воспитатель: Послушайте, песочек тоже с нами здоровается (высыпать песок из ведерка)

Опыт с сухим песком.

Воспитатель: Положите ладошки на песок и потрогайте его, погладьте, какой он? (шершавый, сухой)

Воспитатель: Давайте развеселим его, пощекочем. Сначала одной рукой, затем другой и двумя. Сейчас погреем его, наберем в руки песок и потрем его между ладоней. Что вы чувствуете?

А теперь поиграем в игру самый сильный. Возьмите немного песка в кулачок и крепко сожмите, чтобы не одна песчинка не упала. А теперь высыпайте его из кулачка. Что происходит? (песок сыплется)

Воспитатель: Песок состоит из песчинок, которые не прилипают друг к другу, поэтому он сыплется.

Какой песок? (сухой, сыпучий)

Воспитатель: Ну что попробуем слепить пирожки?

Кукла Маша: (радостно) Да!

Воспитатель: Ну что лепится (Нет)

А если пойдет дождик? (поливает песок из лейки)

-Посмотрите куда делась вода? Какой стал песок? (вода впиталась, песок стал мокрым)

Влажный песок хорошо сохраняет форму, поэтому из него легко лепить. Ну что слепим пирожки? (Да)

Кукла Маша: Спасибо ребята за помощь, мне пора на спортивную станцию, меня Зайка ждет.

Воспитатель: Ребята а давайте проведем Машеньку, чтобы она не заблудилась?

Переход к станции.

Воспитатель: Большие ноги шли по дороге топ- топ- топ- топ
Маленькие ножки бежали по дорожке...

1. Станция «Спортивная площадка».

Подвижная игра «Зайка серенький сидит» (замечают зайчика)

«Ух, ты! Ребята! А кто это? – Зайчик

- Поиграем с зайчиком (Да)

Зайка серенький сидит, и ушами шевелит,

Вот так, вот так, и ушами шевелит!

(Дети присаживаются на корточки и руками изображают, как зайка шевелит ушками)

Зайке холодно сидеть, надо лапочки погреть,

Вот так, вот так, надо лапочки погреть!

(Дети хлопают ладошку об ладошку).

Зайке холодно стоять, надо зайке поскакать!

Скок - скок — скок - скок, надо зайке поскакать!

(Дети прыгают на двух ногах, прижав руки к груди)

Кто - то зайку напугал, зайка прыг и убежал.

Переход к следующей станции.

Ребята смотрите «пенечки» - (кубики, нам нужно через них перешагнуть)

2. Станция «Хвойный лес»

Ребята, посмотрите кто нас встречает в хвойном лесу. Мишка

Воспитатель: Ребята, а какое сейчас время года? – **Лето**

Игра: «Что бывает летом»

Воспитатель: Отвечайте на вопрос «Да» или «нет»

Летом солнышко ярко сияет? (да)

Летом листья желтые опадают? (нет)

Летом радуга часто появляется? (да)

Цветы на клумбе распускаются? (да)

Летом дети в шубы одеваются? (нет)

Пчелка на цветке сидит? (да)

Бабочки красивые летают? (да)

Переход к следующей станции.

Переход к следующей станции.

Наши ножки устали ходить, дальше мы отправимся на машинах. (берут в руки обручи)

4. Станция «Лекарственные растения»

Воспитатель: Ребята я хочу рассказать вам об одном лекарственном растении. Это Мята. Из мяты получается великолепный мед.

Мед собранный пчелами с цветов мяты ароматный, приятного вкуса и чуть охлаждающий (*во рту ощущается холодок*)

Хорошо знаком с мятой и зубной врач, лечащий зубы. Мятай полощут рот, ее добавляют в зубную пасту, так как она придает свежесть дыханию и уничтожает микробы.

Еще свежие листья мяты помогают при простудных заболеваниях, если у вас насморк или болит горлышко, листья добавляют в горячий чай.

Воспитатель: Нам пора возвращаться в детский сад (*прощаются с Машей*)

Дубакова Елена Владимировна,
музыкальный руководитель,
Телькова Светлана Анатольевна,
воспитатель МАДОУ детский сад 6
ГО Красноуфимск

Образовательный терренкур для воспитанников шестого года жизни «Здоровый образ жизни»

Цель: сформировать у детей представление о здоровом образе жизни, вызвать желание заниматься физической культурой и спортом.

Задачи:

1. Создать положительный эмоциональный настрой.
2. Закрепить знания детей об основных составляющих здоровья.
3. Развивать у детей любознательность, познавательную активность, речь.
4. Обогащать двигательный опыт детей, развивать ориентировку в пространстве, координацию движений.

Маршрут. Хвойный лес, метеостанция, спортивная площадка.

Оборудование: карточки «полезная и вредная еда», письмо.

Ход терренкура

Ведущий: Сегодня к нам в детский сад пришло письмо от самого Нептуна (*читает письмо*):

«Здравствуй ребята я подводный царь повелитель океанов, морей, рек, озёр, болот, ручейков, моё величество в 125 поколении Нептун, приглашаю вас на праздник в честь меня. Но только самые смелые, ловкие, умные преодолеют все препятствия на пути в мое царство. Если вы такие, то добро пожаловать».

Вот такое послание оставил нам царь морей Нептун, ну что - мы готовы пройти испытания? Вы не боитесь трудной дороги? Тогда отправляемся!

1 станция «Хвойный лес».

До хвойного леса мы сначала будем прыгать на двух ногах по нарисованным кругам, а дальше побежим змейкой.

Ребята, вот и пришли мы с вами в хвойный лес, почувствуйте как здесь пахнет свежим воздухом? А давайте мы с вами сделаем дыхательную гимнастику.

Дыхательная гимнастика «Елочка»

Цель: обучение детей делать глубокий вдох и усиленный выдох; укрепление мышц дыхательной системы, развитие дыхательной мускулатуры и речевого аппарата, тренировка силы вдоха и выдоха; благотворное влияние на общее развитие детей.

Смолою пахнет елочка (*вдох*)

Зеленая иголочка (*выдох*)

Мы любим нашу елочку (*вдох, обнять себя*)

Зеленую иголочку (*выдох*)

А сейчас мы с вами поиграем в игру «Елочки пенечки». Будьте внимательны, - игра на внимание.

Цель: развивать у детей умение правильно выполнять движения в ускоренном темпе, внимание, память.

Ход игры

Дети стоят в кругу. Под песню идут по кругу хороводным шагом. На слова «елочки» дети становятся на носочки, руки вверх. На слова «пенечки» - дети приседают.

На елках иголки тонкие и колкие

А пеньки смолистые, липкие, душистые

Стройная, пушистая, елка серебристая

А пеньки с сучками, а сучки с крючками

Елочки, пенечки, печки, елочки

Елочки-елочки, пенечки-пенечки

Елочки, елочки, елочки, пенечки

Пенечки, пенечки, елочки, пенечки

Молодцы. Мы свами подышали свежим воздухом, поиграли, и нам нужно двигаться к следующей остановке, а остановка называется - метеостанция.

Чтобы до неё добраться, нам нужно перепрыгнуть через кочки.

2 станция «Метеостанция»

Вот добрались мы с вами до метеостанции, и здесь для нас новое испытание.

Дидактическая игра «Полезные и вредные продукты»

Воспитатель объясняет правила игры: Каждый игрок выбирает карточку, и помещает ее на нужное игровое поле. Первый закрывший все ячейки игрового поля становится победителем.

Физминутка

Мы похлопаем в ладоши

Дружно, веселее.

Наши ножки постучали

Дружно, веселее.

По коленочкам ударим

Тише, тише, тише.

Наши ручки поднимайтесь

Выше. Выше, выше.

Наши ручки закружились,

Ниже опустились.

Завертелись, завертелись,

И остановились.

Какие вы молодцы. Ну нам нужно двигаться дальше и искать царство Нептуна.

(бежим легким бегом до спортивной площадки).

3 станция «Спортивная площадка»

Царь Нептун: Здравствуйте, ребята!

Я – царь Нептун.

Гордый я морей властитель,

рыб, дельфинов повелитель.

Спасибо вам, что пришли в наше подводное царство на праздник, преодолели все мои испытания!

Ведущий: Вам, спасибо, ваше величество, за то, что пригласили нас с ребятами.

Царь Нептун: В моих владениях живут и русалки, и дельфины, и осьминоги, и множество рыб. Ребята, а вы хотите поиграть со мной и с морскими обитателями?

Ведущий: Очень хотим, царь Нептун!

1 ИГРА «МОРЕ ВОЛНУЕТСЯ»

Все дети встают свободно на площадке, где проводится развлечение.

Ведущая, герои и дети читают слова:

«Море волнуется раз,

Море волнует два,

Море волнуется три –

Морская фигура замри!»

Задача детей: изобразить различные красивые фигуры, стараясь не шевелиться. Царь Нептун выбирает самые красивые морские фигуры.

2 ИГРА «ПОЙМАЙ РЫБКУ»

Вызываются две команды, дети встают друг за другом, впереди обеих команд находится большой синий обруч – это пруд, в котором находятся пластиковые рыбки с магнитиками. Возле команд стоят ведра с магнитными удочками, корзинки.

Задача команд: первый участник каждой команды бежит к «пруду» с удочкой и ведерком, ловит рыбку, кладет ее в ведерко, бежит к своей команде, перекладывает рыбку в корзинку, передает эстафету следующему.

3 ИГРА «НЕПТУН И ЛАДОШКИ»

Все дети вместе с ведущей встают в большой круг. Царь Нептун находится в центре круга. Он будет пытаться превратить детей в лягушат, хлопнув их по ладошкам.

Задача детей: стоять, выставив вперед свои ладошки, прятать их за спинку, как только будет приближаться Царь Нептун.

4 ИГРА «ДОСТАНЬ ЖЕМЧУЖИНУ»

Вызываются две команды, дети встают друг за другом. Рядом с каждой командой стоит корзинка, впереди общий таз с водой и «жемчужинами» - пластиковыми шариками.

Задача команд: по очереди подбегать к тазу, вылавливать из воды «жемчужину», складывать в корзинку своей команды.

Ведущий: Какие вы молодцы, ребята! Как много жемчужин вы наловили!

Царь Нептун: Ох, ребята, как же наигрался я с вами!

Водяная: Царь Нептун, а ты ничего не забыл?

Царь Нептун: Да - да, что-то припоминаю...

Водяная: Где же наш праздничный салют?

Царь Нептун: Салют? Ах да, как же мог я позабыть! Ребята, в нашем Подводном царстве на праздниках мы устраиваем необычный салют из ... воды. Вы мне поможете? Давайте устроим большой водяной салют из воды!
Дети достают водяные пистолеты, стреляют в воздух и в друг друга.

Ведущий: Какой замечательный праздник! Спасибо большое тебе царь Нептун, за то, что пригласил нас к себе, за игры веселые спасибо!

Царь Нептун: Жду вас в следующем году. До свидания, ребяташки!

Телькова Светлана Анатольевна,
воспитатель МАДОУ детский сад 6
ГО Красноуфимск

Образовательный терренкур для воспитанников шестого года жизни «Знатоки природы»

Цель: организация содержательного и весёлого досуга для воспитанников ДОУ на природе.

Задачи:

- закрепить знания детей о растениях и животных;
- закрепить знания и навыки поведения в природе;
- развивать наблюдательность, эстетическое отношение к природе;
- воспитывать у детей желание беречь природу, способствовать осмыслению своего места в ней, ответственность за сохранения красоты и богатства родной природы.

Маршрут. Лекарственные травы, озеро, хвойный лес.

Оборудование: заштрихованные буквы, цветные буквы слова «ПРИРОДА», письмо.

Ход терренкура:

Сбор детей на игровом участке детского сада

Воспитатель находит письмо.

Ведущий: Здравствуйте, ребята! Сегодня я собрала вас, вместе вот по какому поводу. Когда я сегодня пришла на работу, то у дверей детского сада меня встретил почтальон, и он просил меня передать вам вот этот конверт. Это письмо, адресовано всем вам.

Давайте я вам его прочитаю:

«Здравствуйте, дорогие ребята! Я - Фея Природы. У меня случилась беда! Злой волшебник «Ураган» заколдовал моё волшебное слово и теперь птицы перестали петь свои песни, звери и лесные жители впали в спячку, насекомые и те разбежались. Помогите, пожалуйста, разбудить всех! А для этого вам нужно отправиться в интересное и познавательное путешествие в мир природы. Вам на пути встретятся разные препятствия и трудные задания, справившись с которыми, вы получите буквы. Собрав буквы, вы вернёте их в наше заколдованное слово и тогда мы сможем помочь всем.

Ведущий: Ну что поможем Фее? Отправиться на поиски потерянного слова? *(Да)*

В пути вам пригодятся знания и смекалка, дружба и находчивость, быстрота и аккуратность выполнения заданий.

Нас ждёт интересное путешествие и поиск пропавших букв.

Сейчас нам пора двигаться к нашей первой станции, а станция называется лекарственные травы.

1.Станция «Лекарственные травы».

До лекарственных трав мы сначала будем прыгать на двух ногах по нарисованным кругам, а дальше побежим змейкой.

Вот и пришли мы свами к нашим лекарственным травам где растёт много растений, которые помогают человеку.

Пальчиковая разминка «ЦВЕТКИ»

Наши алые цветки распускают лепестки, *(Медленно разгибать пальцы из кулаков)*

Ветерок чуть дышит, лепестки колышет. *(Покачивать кистями рук вправо-влево)*

Наши алые цветки закрывают лепестки, *(Медленно сжимать пальцы в кулаки)*

Головой качают, тихо засыпают. *(Покачивать кулаки вперед – назад)*

Ведущий: Молодцы вы справились с этим заданием, и получаете первый конверт с буквами. Дальше нас ждёт следующая станция озеро.

А до озера мы поедем паровозиком.

2. Станция «Озеро»

Вот и добрались мы свами до нашего озера и на озере хочу свами поиграть в игру «Озёра и ручейки».

Игра «Озера и ручейки.»

Цель: развитие двигательной активности, работы в команде, внимания

Описание игры. Все участники игры должны разделить на 2 колонны с равным количеством игроков. По сигналу «Ручейки, побежали!» каждая колонна бежит друг за другом в разных направлениях. По сигналу «Озера!» все игроки должны остановиться, взяться за руки и встать в круг.

Выигрывают те дети, которые построились в круг быстрее.

Участники игры должны бегать именно в своей колонне. Построиться в круг можно только по сигналу.

Ведущий: Молодцы ребята вы и с этим заданием справились и получаете конверт с буквами.

Дальше отправляемся в хвойный лес.

До хвойного леса мы пойдем боком

Станция «Хвойный лес»

Ведущий: Вот мы с вами пришли в лес, где растёт много деревьев.

Какие здесь растут деревья? (ответ детей)

Сейчас мы с вами поиграем в игру, а игра называется «собери и рассортируй мусор».

Игра «Собери и рассортируй мусор»

Перед каждой командой лежат коробочки, пакеты, пластиковые бутылки (все то, что может быть подразумевать мусор) по количеству участников в команде. Нужно добежать, взять мусор и положить в мусорное ведро, и вернуться обратно. До тех пор, пока не кончится мусор. Важное условие: мусор необходимо рассортировать по ведрам (в одно - пластик, в другое - бумагу).

Побеждает та команда, которая быстро и правильно уберет весь мусор.

Ведущий: И с этим заданием вы справились отлично. За выполнение этого задания вы получаете последний конверт с буквами. Теперь мы можем сами собрать слово и разбудить всех птиц и животных.

Ну что возвращаемся обратно в пункт назначения?

Рефлексия:

Ребята, чем мы сегодня занимались на прогулке?

На каких станциях побывали?

Где вам было особенно интересно?

Зачем мы собирали буквы?

Дубакова Елена Владимировна,
музыкальный руководитель,
Костарева Ирина Викторовна,
воспитатель МАДОУ детский сад 6
ГО Красноуфимск

Образовательный терренкур для воспитанников пятого года жизни «Поможем Ромашке»

Цель терренкура. Создать положительное эмоционально - психологическое настроение, получить запас бодрости во время прогулки.

Задачи. Систематизировать представления детей о семье. Учить давать полные ответы на поставленный вопрос. Развивать связную речь, наблюдательность, память, фантазию, воображение. Развивать в игре коммуникативные навыки, эмоциональную отзывчивость. Закреплять двигательные способности детей, направленные на укрепление здоровья. Закреплять умение ориентироваться в окружающем пространстве.

Маршрут. Метеостанция, цветочная клумба, спортивная площадка.

Оборудование. Ромашка со съёмными лепестками, обручи, колонка с флешкой, разборные ромашки.

Ход терренкура

Воспитатель. Здравствуйте, мои друзья!

Встрече нашей рада я.

Дети, точно знаю я,

Есть у каждого семья.

А что такое семья? *(ответы детей)*

Воспитатель. Скоро мы будем отмечать праздник – День семьи, любви и верности. А кто знает, какой символ у этого праздника? *(цветок ромашка)*

Совершенно верно. И сегодня у нас в гостях... Ромашка. *(достает цветок Ромашки, без лепестков)* Ой, а что это с Ромашкой? *(у нее нет лепестков)*

Что же случилось, куда пропали лепестки?

Звучит запись голоса Ромашки:

-Здравствуйте, ребята. Я готовилась к празднику – Дню семьи, любви и верности. Нарядилась в свои белые лепестки, но вдруг подул сильный ветер, сорвал их и куда-то унес. Помогите мне найти мои лепестки!

Воспитатель: Поможем, ребята Ромашке? Тогда отправляемся на поиски лепестков.

(Ходьба по нарисованным препятствиям на асфальте: прыжки через полосы, бег змейкой и т.д.)

1 остановка «Метеостанция»

- Ребята, скажите, пожалуйста для чего нужна метеостанция? *(Для того чтобы наблюдать за погодой)*. Какое время года? Давайте посмотрим, какой сегодня ветер, облака, небо. Сколько градусов?

- А сегодня наша метеостанция приготовила нам **загадки**. Давайте попробуем их отгадать.

Загадки.

1. Без чего на белом свете
Взрослым не прожить и детям?

Кто поддержит вас, друзья?

Ваша дружная... Семья.

2. Кто нежнее всех на свете?

Кто готовит нам обед?

И кого так любят дети?

И кого прекрасней нет?

Кто читает на ночь книжки?

Разгребая горы хлама,

Не ругает нас с братишкой.

Кто же это? Наша ... (мама)

3. Кто не в шутку, а всерьёз

Нас забить научит гвоздь?

Кто научит смелым быть?

С велика упав, не ныть,

И коленку расцарапав,

Не реветь? Конечно, ... (папа)

4. Кто любимей всех на свете?

И за всю семью в ответе?

От зарплаты до зарплаты

Что б мы делали без... (папы)

5. Все родные, с кем живете,

Даже дядя или тетя,

Неприменно вам друзья,

Вместе вы — одна... (семья)

- Молодцы! Вы выполнили первое задание, и посмотрите, появился первый лепесток Ромашки, давайте его прикрепим.

- Ну что, идем дальше?

2 остановка «Цветочная клумба». Ребята, посмотрите, какие красивые цветы растут на этой цветочной клумбе. И даже подружки нашей ромашки здесь тоже есть. Найдите их, пожалуйста. *(дети находят на клумбе ромашки)*

Опишите, как выглядят ромашки *(серединка желтая, лепестки белые)*

Ой, посмотрите – оказывается, ветер сорвал лепестки не только с нашей Ромашки, но и с других ромашек тоже. Давайте соберем их лепестки.

Подвижная игра «Собери ромашку»

По окончании игры, дети находят еще один лепесток и прикрепляют его к Ромашке.

Воспитатель. Ну, что ж, пора двигаться дальше.

Мы пришли на 3 остановку «Спортивная площадка» .

Воспитатель. Ребята, а вы знаете, что в семье очень важно помогать друг другу. Посмотрим, какие вы помощники. Стоит очень жаркая погода, на наших клумбах завяли цветы. Давайте польем их из лейки, поможем маме.

Эстафета «Мамины помощники»

Воспитатель: Вы молодцы, хорошо справились с заданием. Ищем, где же 3 лепесток Ромашки. *(Прикрепляем)*

А где живет ваша семья? *(дома)*

Подвижная игра «Займи свой дом»

Под музыку дети двигаются по площадке, по окончанию музыки должны занять свой «дом» - обруч. Обручей на один меньше.

Воспитатель: Отлично, и с этой игрой мы справились, ищем лепесток. *(Прикрепляем)* Давайте посчитаем, сколько лепестков мы уже вернули Ромашке (4) А сколько еще осталось? *(один)* Верно. Тогда - последнее задание – отвечайте мне друзья, чего в семье делать НЕЛЬЗЯ? *(жадничать, дразниться, ссориться)* А что можно? *(заботиться, любить, помогать)* Молодцы! А вот и последний лепесток! *(прикрепляем)*

Ромашка: Спасибо вам, ребята, за то, что помогли мне снова стать красивой, что вернули мне мои лепестки. Я поздравляю вас с праздником – с днем семьи, любви и верности, любите свою семью, своих мам, пап, бабушек и дедушек.

Воспитатель: Ну, и закончим нашу прогулку веселым танцем. А про кого этот танец, вы мне сейчас сами скажете. Отгадайте загадку:

Мамы старшая сестра

С виду вовсе не стара

С улыбкою спросит: как живете?

Кто в гости к нам приехал? *(тетя)*

Танец «Тетя – весельчак»

Рефлексия.

Вам понравилась наша прогулка?

Кому мы сегодня помогали?

На каких станциях мы сегодня с вами побывали?

Где вам было особенно интересно?

Расскажите дома родителям, как вы помогли Ромашке.

Дубакова Елена Владимировна,
музыкальный руководитель,
Телькова Светлана Анатольевна,
воспитатель МАДОУ детский сад 6
ГО Красноуфимск

Образовательный терренкур для воспитанников седьмого года жизни «В поисках ромашки»

Цель: Сплочение детского коллектива через игровую деятельность.

Задачи:

1. Формировать коммуникативные навыки.
2. Развивать координацию движений и общую моторику.
3. Развивать внимание, мышление, речь.

Маршрут. Хвойный лес, цветочная клумба, озеро.

Ход терренкура

Здравствуйте, ребята! Какой праздник мы будем отмечать 8 июля? Правильно, День семьи, любви и верности. А что это за праздник? Какой у него символ? Да, символом этого дня является ромашка - простой, но такой знакомый и родной нам всем цветок. Поэтому сегодня я приглашаю вас на прогулку «В поисках ромашки». Если мы пройдем все испытания, то сможем сами собрать ромашку!

1 станция «Хвойный лес».

До хвойного леса мы побежим змейкой.

Ребята вот и пришли мы с вами в хвойный лес, и нас здесь уже ждут животные, посмотрите, какие. *(дети называют)*

Вы все живете в семьях.

А у диких животных есть семья?

Игра «Кто с кем живет»

Конечно, у каждого животного есть семья. Сейчас мы узнаем, с кем живут животные и чья это семья.

- * С кем живет медведь? Медведь живет с медведицей и медвежатами. Это медвежья семья.
- * С кем живет еж? Еж живет с ежихой и с ежатами. Это ежиная семья.
- * С кем живет заяц? Заяц живет с зайчихой и с зайчатами. Это заячья семья.
- * С кем живет волк?
- * С кем живет кабан?
- * С кем живет лось?
- * С кем живет лис?
- * С кем живет белка?

Физминутка «Звериная зарядка»

Это заячья зарядка.

Раз - присядка, два - прыжок. (Присесть, подпрыгнуть)

А лисята, как проснуться, (Потереть кулачками глаза)

Любят долго потянуться, (Потянуться руками вверх)

Обязательно зевнуть, (Открыть рот, прикрыть его ладошкой)

Ну и хвостиком вильнуть. (Движения бедрами в стороны)

А волчата спинку выгнуть (Прогнуться в спине вперед)

И легонечко подпрыгнут. (Подпрыгнуть на месте)

Ну а мишка косолапый (Руки согнуты в локтях перед собой),

Широко расставив лапы (ноги на ширине плеч, переступать с ноги на ногу)

То одну, то обе вместе, (раскачивать туловище в стороны)

Долго топчется на месте.

А кому зарядки мало - (Хлопать в ладоши, подняв руки над головой).

Начинаем все сначала.

Молодцы. Вот наши первые 2 лепестка ромашки.

Двигаемся дальше и следующая станция у нас будет озеро. Мчимся к озеру вперед! (*лёгкий бег*)

2 станция «озеро».

Вот и пришли мы с вами на озеро.

На озере у нас живут утки с утятами, цапля и журавль.

Скажите пожалуйста у них есть семья?

Почему вы так решили?

Ребята, вот на озере живет семья уток.

Как зовут маму, папу, деток?

Мама – утка.

Папа – селезень.

Детки – утята.

Еще у нас есть журавль и у него тоже есть семья.

Мама-журавлиха.

Дети-журавлята.

А это кто у нас? (цапля)

А у цапли есть семья?

Как зовут маму?

Как зовут папу?

Как зовут их детёнышей?

Молодцы!

А еще очень часто на озеро прилетают гуси.

Давайте поиграем в игру «Белые гуси»

Правила

Дети ходят по кругу, а лиса спряталась в норке (в нарисованном круге)

Дети:

Белые гуси вышли на луга,

Крикнули гуси: "Га-га-га!"

остановились

Педагог:

- А из леса, из лесочка

Из зеленого кусточка

Вышла рыжая лиса.

(лиса выходит из норки)

Дети-гусята: - Подожди, лиса, не кушай, Нашу песенку послушай: Га-га-га!

Лиса: Надоело мне вас слушать, Все равно вас буду кушать!

Дети-гусята убегают, а лиса их ловит и уводит себе в норку.

Что развивает игра

Игра развивает смелость, решительность, умение следовать правилам.

Примечание

Следует сразу предупредить детей, что разбегаются они от лисы только по территории "своей площадки".

Вы и с этим заданием справились, и мы нашли ещё один лепесток, и пора нам отправляться к следующей станции, а станция называется цветочная клумба.

Ну что ребята пойдём гусиным шагом до цветочной клумбы.

3 станция «цветочная клумба».

Вот и пришли мы с вами к цветочной клумбе, и я предлагаю вам найти на этой клумбе символ предстоящего праздника.

(Дети находят на клумбе ромашки, рассматривают их, рассказывают, как выглядит этот цветок).

А сейчас давайте поиграем.

Подвижная игра «Собери ромашки»

По поляне мы пошли,

Вокруг ромашки обошли,

Ветер сильный подул,

Чуть ромашки все не сдул.

Ну-ка, быстро, не зевай,

Все ромашки собирай!

Действия детей в соответствии с текстом. Игра заканчивается, когда все ромашки собраны в корзину.

Я нашла еще 1 лепесток и серединку.

Вот и собрали мы с вами все лепестки ромашки.

Молодцы! А теперь давайте попробуем собрать ромашку из лепестков, которые мы собрали на станциях.

Рефлексия:

Ребята, чем мы сегодня занимались на прогулке?

На каких станциях мы побывали?

Где вам было особенно интересно?

А зачем мы собрали цветок ромашки?

Как можно поздравить родителей с праздником Дня семьи, любви и верности? *(подарить букет ромашек, или сделать их своими руками)*

Дубакова Елена Владимировна,
музыкальный руководитель,
Костарева Ирина Викторовна,
воспитатель МАДОУ детский сад 6
ГО Красноуфимск

Образовательный терренкур для воспитанников пятого года жизни «Айболит спешит на помощь»

Цель терренкура. Оздоровление организма воспитанников, повышение уровня двигательной активности, познавательно-исследовательская деятельность детей и взрослых.

Задачи.

Образовательные - познакомить детей с целебными травами. Закрепить фрукты и овощи.

Развивающие - развивать у детей воображение, наблюдательность, любознательность, стремление узнать больше нового, полезного, интересного;

Воспитательные - воспитывать волю к победе, любознательность, познавательную активность.

Маршрут: остановка «Огород», «Лечебные травы», «Хвойный лес»

Оборудование: аптечка, заяц, муляжи овощи и фрукты, 2 одеяла, костюм Айболита.

Ход терренкура

Воспитатель: Ой, ребята, слышите, мне кто-то звонит по телефону. Алло, здравствуйте, кто это говорит? Да, зайка слушаю... Что у тебя случилось зайка? Ты заболел? Хорошо зайка, мы приедем к тебе. Ребята, вы слышали? Мне позвонил Зайка, оказывается, он заболел и просит нас приехать к нему. Будем помогать зайчику?

Дети: Да

Воспитатель: Скажите мне, когда болеют люди, куда мы идем?

Дети: в больницу, к доктору.

Воспитатель: Правильно, а когда болеют животные, кто их лечит?

Дети: Доктор Айболит.

Воспитатель: Правильно, а еще его называют ветеринар, давайте позвоним доктору Айболиту и попросим его поехать с нами в лес к Зайчику.

(Звоним доктору Айболиту: срочно приезжай, нам нужна твоя помощь)

Появляется Айболит (с аптечкой)

Воспитатель: Добрый доктор Айболит!

Он под деревом сидит.

Приходи к нему лечиться

И корова, и волчица,
И жучок, и червячок,
И медведица!

Всех излечит исцелит добрый доктор Айболит.

Айболит: Здравствуйте, ребята. Да, я доктор Айболит. Что случилось, кому нужна помощь?

Воспитатель: Нам позвонил Зайчик, и попросил ему помочь, он заболел. Без вас никак не справится.

Айболит: Поспешим на помощь. Вы готовы?

Воспитатель: Отправляемся к Зайчику, а живет он далеко в лесу, и поедем мы к нему на паровозе.

(Едем на паровозе под музыку)

Первая остановка «Огород»

Воспитатель: Ребята посмотрите, куда мы приехали?

Дети: (ответы детей)

Айболит: Скажите пожалуйста, а овощи и фрукты полезные?

Дети: да, в них много витаминов.

Айболит: Правильно, чтобы быть здоровым и не болеть, надо кушать полезную еду, это овощи и фрукты. Но есть еще одно важное правило – фрукты и овощи надо обязательно мыть перед тем, как съесть. И руки перед едой нужно тоже обязательно вымыть. Вы соблюдаете эти правила?

Воспитатель: Конечно, мы моем руки перед едой обязательно. Посмотрите, а в нашей корзинке все овощи и фрукты перепутаны, их нужно рассортировать, вставляйте в две колонны и будем соревноваться.

Игра «Рассортируй овощи и фрукты»

Айболит: Какие ребята вы молодцы, все овощи и фрукты знаете, рассортировали правильно. Нужно обязательно взять овощи и фрукты зайчику на гостинцы.

Воспитатель: Отправляемся дальше.

(Едем на паровозе)

Вторая остановка «Лечебные травы»

Воспитатель: Ребята, мы приехали на остановку «Лечебные травы».

Посмотрите, эти травы целебные и очень полезные, давайте рассмотрим их и понюхаем, как они пахнут?

Дети: вкусно.

Айболит: Есть много полезных травок, с ними заваривают чай и пьют. Например, если кто-то много плачет и нервничает, тому можно заварить вот эту травку – пустырник. А если болит живот – то заваривают аптечную ромашку, вот этот цветочек. А вот этой травкой полощут больное горлышко – это шалфей.

Воспитатель: На этой остановке я предлагаю вам отдохнуть и полежать на одеялах, подышать свежим воздухом, и ароматом полезных лекарственных трав.

Дыхательная гимнастика (под музыку)

Воспитатель: Отдохнули, подышали свежим воздухом?

Дети: Да

Воспитатель: Давайте сорвем шалфей зайчику, пускай чай попьет с лечебной травкой. *(срывает)*

(Отправляемся дальше на паровозе)

Третья остановка - станция «Хвойный лес»

Воспитатель: Вот мы и приехали в лес, а где же заяка?

Слышим в записи голос зайца, как он кричит и плачет.

(находим зайчика)

Айболит: Здравствуй, заяка.

Зайка: Здравствуйте, Доктор Айболит и ребята. Я заболел и не могу бегать по лесу. У меня болит горлышко и животик.

Айболит: Не переживай, Заяка. Сейчас я тебе помогу.

(достает аптечку и лечит зайчика)

Зайка: Спасибо вам доктор Айболит, спасибо ребятки. Мне уже лучше!

Воспитатель: Заяка, вот тебе вкусные овощи с нашего огорода, чтобы ты зарядился витаминами. А еще мы тебе привезли полезную травку – шалфей, заваривай с ней чай, и горлышко у тебя совсем перестанет болеть.

Зайка: Спасибо, ребята. Спасибо, доктор Айболит. А что еще мне нужно делать, чтобы не болеть?

Дети: закаляться, делать зарядку, кушать мытые овощи и фрукты и тд.

Зайка: хорошо, я вам обещаю, что буду закаляться, мыть овощи и фрукты, делать зарядку.

Ребята, а сейчас вы со мной теперь поиграете?

Дети: Да

Подвижная игра: «Зайцы и волк»

Зайцы скачут, скок –скок-скок,

На зеленый лужок,

Травку щиплют, кушают,

Осторожно слушают,

Не идет ли волк?! (бегут от волка)

Воспитатель: Спасибо заяка, что с нами поиграл, повеселил нас. А нам пора в детский сад. До свидания заяка.

Зайка: До свидания ребята, до свидания доктор Айболит, спасибо вам что помогли мне.

(поехали на паровозе)

Рефлексия:

- Скажите, кому мы помогали?

- Какая была первая остановка?

-Что мы там делали?

- Какая была вторая остановка?

-Что мы там делали?

- Какие правила надо соблюдать, чтобы быть здоровым?

Образовательный терренкур для воспитанников четвертого года жизни «Я и моя семья»

Цель: воспитание у детей чувства любви и уважения к родителям, гордости за свою семью, укрепление здоровья детей.

Задачи:

1. Формировать у детей представление о семье, о людях, которые любят и заботятся друг о друге;
2. Прививать детям чувство дружбы, любви и уважения к родителям к своим близким и гордость за свою семью;
3. Укреплять здоровье детей.

Маршрут: Озеро, метеостанция, цветочная клумба, прогулочный участок..

Оборудование: игрушки «медведи», кубики, ромашки, мяч, кольца и резиновые «кочки».

Ход терренкура

1. Вступление:

Ребята, мы рады видеть вас в этот солнечный день в нашем детском саду!

Так приятно, что мы собрались с вами большой дружной семьей, в честь праздника «День семьи, любви и верности», чтобы поговорить о семье и семейных традициях.

Что такое семья – понятно всем.

Семья – это дом. Семья – это мир, где царят любовь, преданность.

Это одни на всех радости и печали. Это привычки и традиции.

А ещё это опора во всех бедах и несчастьях. Это крепость, за стенами которой могут царить лишь покой и любовь.

И сейчас мы отправимся с вами в увлекательную прогулку по нашему садику, но сначала нам нужно подготовиться и набраться сил, а сделаем мы это с помощью физминутки.

Физминутка «Семья»

Раз, два, три, четыре (хлопки в ладоши)

Кто живет у нас в квартире? (повороты в стороны с подниманием плеч)

Раз, два, три, четыре, пять (Хлопки в ладоши)

Всех могу пересчитать; (указательным пальцем пересчитывают)

Папа, мама, брат, сестренка,

Кошка Мурка, два котенка,

Мой щегол, сверчок и я-

Вот и вся наша семья! (загибают поочередно пальцы на руке)

2. Станция «Озеро».

Семья – это мы. Семья – это я.

Семья – это папа и мама моя,

Семья – это Ваня, братишка родной,
Семья – это котик пушистенный мой.
Ребята, а в нашем садике тоже есть маленькая необычная семья, это семья уток, давайте посмотрим и найдем, кто из них мама- уточка, кто папа- уточка, а кто- их детишки- утята.

Давайте все вместе придумаем им имена.

Посмотрите, перед вами волшебная дорожка: кочки и мостики, нужно перепрыгнуть через них, чтобы добраться до следующей станции.

3. Станция «Метеостанция»

Семья – это важно!

Семья – это сложно!

Но счастливо жить одному – невозможно!

Семья – это радость, тепло и уют!

Семья – это дом, где тебя всегда ждут!

Ой, кто же это наш ждет там? Это мама-медведица и ее сынок- мишутка.

Они очень расстроены, ведь кто-то разбросал кубики на столе и сломал их домики.

Ребята, давайте заново построим домики для мамы Медведицы и ее сыночка (*тренировка понятий «высокий», «низкий», «большой», «маленький»*).

Молодцы ребята, а теперь нам пора на следующую станцию.

4. Станция «Цветочная клумба»

Ребята, а что наши мамочки и бабушки любят больше всего (ответ: цветочки).

Посмотрите, сколько чудесных цветов у нас выросло на нашей цветочной клумбе, их можно нюхать и просто ими любоваться.

Символом любви и верности стала ромашка – цветок русских полей и лугов. Как вы думаете – почему?

Ромашка – цветок Руси. А кроме этого, ромашка самым прямым образом относится к любви. Кто знает как?

Правильно! На ромашке гадали – *«любит- не любит»*. Для многих ромашка символ милой простоты и нежности, символ русской природы.

И наша прогулка сегодня никак не может обойтись без ромашки.

Упражнения на развитие дыхания «Аромат цветов»

Дети делают спокойный вдох через нос, стараясь не поднимать плечи, задерживают дыхание и на выдохе продолжительно произносят: «А-а-ах!»

Пальчиковая игра «Цветочный сад»

Есть у нас цветочный сад,
там волшебный аромат.

На клумбах садовые цветы,
необычной красоты.

До нашего участка осталось идти совсем недалеко, давайте дойдем до него волшебной змейкой.

5. Станция «Прогулочный участок»

У меня семья большая:

Мама Нина, баба Рая,

Папу Александром звать,

Он бабуле просто — зять!

Ну а я бабуле — внучка.

И еще собачка Жучка

У каждого в семье есть свое имя, и конечно, мы с вами уже знаем, как зовут наших мам и пап.

Давайте поиграем в игру «Мяч получай- имя называй.» (дети передают по кругу мяч, называя имя мамы и папы).

- Пусть дети старших никогда ни в чем не огорчают!

А мама с папой малышей заботой окружают!

Наш детский сад не зря зовется садом, здесь дети подрастают как цветы.

Чтоб этот сад был год от года краше мы не жалеем Света, Тепла и Доброты!

- берегите свои семьи, заботьтесь друг о друге, любите своих детей и родителей. Помогайте родным и близким! Будьте здоровы и счастливы!