

# Оздоровительный поход

---



# ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ПОХОД

Целевая аудитория: старшие дошкольники

**Цель:** создание условий для укрепления здоровья и физических сил, обогащение новыми впечатлениями.

## **Задачи:**

- совершенствование основных видов движений, обогащение двигательного опыта; развитие выносливости и координационных способностей;
- формирование бережного отношения к природе, дружеских взаимоотношений.

## **Предварительная работа:**

- беседа с родителями о маршруте и длительности похода, об одежде и обуви ребёнка;
- беседа с детьми о правилах поведения в походе;
- обсуждение маршрута с администрацией (схема пути, местонахождение привала);
- подготовка аптечки.

**Материалы:** спортивный инвентарь, печеная картошка, вода, одноразовые стаканы по количеству детей.

---





Общий сбор возле детского сада

---





Если свет зажегся красный,  
Значит, двигаться опасно.

Свет зеленый говорит:  
«Проходите, путь открыт!»

Желтый свет – предупрежденье:  
Жди сигнала для движенья.

(С. Михалков)



Если вы в поход идёте,  
Не забудьте взять рюкзак,  
Без него в любом походе  
Обойтись нельзя никак.

И конечно же продукты,  
Дней примерно так на шесть,  
Нужно взять с собою маму  
Приготовить вам поесть.

Бутримова Ирина







Команды готовы к состязаниям

---



**«Ловкий наездник»** По сигналу дети бегут с зажатым между ног мячом, оббегают ориентир и возвращаются в команду.

---





**«Только перед»** По сигналу дети пролезают через обруч, оббегают ориентир и возвращаются в команду.

---





**«Жадный мишка»** По сигналу дети бегут к обручу с шишками, берут одну в корзинку и возвращаются в команду.

---





**«Сиамские близнецы»** По парам дети сцепляются руками, стоя спиной друг к другу, бегут до ориентира и держась за руки возвращаются в команду.

---





Перетягивание каната среди девочек

---





Перетягивание каната среди мальчиков

---



Перетягивание каната среди педагогов

---





Победила дружба!

---





После соревнований пора подкрепиться печёной картошкой.





Уставшие,  
но довольные и  
счастливые  
возвращаемся  
в детский сад!