

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 корзину 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!