

## "Прогулки-походы за территорию детского сада"

Прогулки-походы представляют собой один из важнейших организованных видов двигательной деятельности, в ходе которой решаются не только оздоровительные задачи, совершенствуются двигательные навыки и физические качества детей, но и воспитывается любовь и эстетическое отношение к природе, удовлетворяются их познавательные потребности.

Организация (возможно круглогодичных) прогулок-походов предусматривает планомерную их подготовку, регулярное (ежемесячное или еженедельное) проведение и овладение детьми определённым объёмом знаний и умений.

Пешие прогулки-походы могут включать в себя все или часть предлагаемых ниже составляющих:

- наблюдение в природе;
- сбор природного материала;
- чтение природоведческой литературы и беседа по содержанию (лучше если произведение будет посвящено тем объектам природы, которые находятся в зоне непосредственного наблюдения детей);
- выполнение имитационных движений (подражание действиям птиц, зверей, насекомых);
- подвижные и дидактические игры;
- физкультурное занятие или комплекс игр и физических упражнений;
- упражнения на дыхание, игры на внимание;
- самостоятельные игры детей (на привале);

Походы могут быть разными, в зависимости от сезонных и погодных условий определяются цели и задачи.

Детям обязательно сообщается конкретная цель предстоящей деятельности, например, "Сегодня мы будем собирать букеты из опавших листьев для украшения групп детского сада" или "Будем искать деревья, каких нет на нашем участке" и т. д.

**Важно, чтобы походы были насыщены разнообразным двигательным содержанием!** В содержание походов должны включаться хорошо знакомые детям игры и упражнения, освоенные ранее. С целью повышения интереса детей к данному виду прогулок и закрепления приобретённых умений и навыков могут быть проведены спортивные игры-развлечения (эстафеты).

Часть времени отводится для подготовки детей к прогулкам-походам. С этой целью воспитатель проводит цикл бесед, игр, занятий, на которых дети получают необходимые знания о туризме и предстоящих походах. Старшие дошкольники овладевают специальными терминами: турист, палатка, рюкзак, спальный мешок, компас, маршрут, карта и т. д.

Прогулки-походы организуются инструктором по физической культуре и воспитателем группы в первую половину дня за счёт времени, отведённого на утреннюю прогулку и физкультурное занятие на воздухе, что позволит детям реализовать свою потребность в ежедневной двигательной активности.

Продумайте инвентарь, необходимый для прогулки, а также для того, чтобы можно было принести в детский сад собранный природный материал.

### **Примерная структура прогулки-похода:**

- сбор и движение до первого привала (15-35 минут),
- остановка, привал (10-20 минут), природоведческая деятельность,
- комплекс игр и упражнений (25-30 минут).
- самостоятельная деятельность детей (15-20 минут)
- сбор детей и возвращение в детский сад (15-35 минут).

### **Инструкции по охране жизни и здоровья детей.**

При проведении прогулок-походов следует соблюдать определённые правила безопасности.

1. Маршрут должен быть тщательно изучен.
2. В проведении прогулки-похода должны участвовать не менее двух взрослых (а также родители).
3. Во избежание перегрева и переохлаждения одежда должна соответствовать сезону года и состоянию погоды.
4. Каждый взрослый должен хорошо знать содержание аптечки и уметь ею пользоваться.
5. При переходе улиц, дорог воспитатель следит за тем, чтобы дети соблюдали правила дорожного движения.
6. В поход желательно брать обычную кипячёную питьевую воду, одноразовые стаканчики, средства против укусов комаров, мошек.

