



Управление по образованию и науке администрации города Сочи  
Муниципальное дошкольное образовательное бюджетное учреждение  
детский сад комбинированного вида № 67 г. Сочи



# Карты организации образовательной деятельности по физическому развитию дошкольников 5-6 лет



Сочи  
2020

**УДК**

**ББК**

**Авторы:**

*Ивашута Ольга Владимировна, воспитатель муниципального дошкольного образовательного бюджетного учреждения детского сада комбинированного вида №67 г. Сочи;*

*Голионцева Ирина Валерьевна, воспитатель муниципального дошкольного образовательного бюджетного учреждения детского сада комбинированного вида №67 г. Сочи;*

*Игнатова Татьяна Евгеньевна, инструктор по физической культуре муниципального дошкольного образовательного бюджетного учреждения детского сада комбинированного вида №67 г. Сочи;*

*Под редакцией Сарян Аллы Атоновны, заместителя заведующей по научно-методической работе муниципального дошкольного образовательного бюджетного учреждения детского сада комбинированного вида №67 г. Сочи*

**Рецензент:**

*Илюхина Юлия Валерьевна, доцент кафедры дошкольного образования ГБОУ ИРО Краснодарского края.*

В методическом пособии представлены примерные сценарии образовательных мероприятий по физическому развитию дошкольников средствами туризма. Содержание деятельности отражает практический опыт включения технологии детского туризма в систему физического развития и предусматривает его реализацию в части третьего физкультурного занятия на свежем воздухе. Данное пособие может быть полезно педагогам дошкольных образовательных организаций, инструкторам по физической культуре.

## ВВЕДЕНИЕ

Методологическую основу включения туризма в систему физического развития составляют исследования Т.П. Завьяловой, С.В. Кузнецовой, раскрывающие педагогическую технологию формирования у детей старшего дошкольного возраста представлений об основах пешего туризма в образовательной системе детского сада.

Туризм в детском саду – это большая серьезная игра, внутри которой присутствуют разные виды детской деятельности и каждому ребенку присуща своя роль или «туристская должность», а результат этой деятельности во многом зависит от качества и слаженности усилий каждого участника.

Содержание образовательных мероприятий направлено на развитие двигательной и познавательной активности дошкольников, формирование у них осознанного отношения к здоровью, ценностного отношения к природному и социальному окружению.

Проектирование образовательной деятельности предусматривает интегрированное образовательное содержание на основе активного использования ресурсов развивающей предметно-пространственной среды как средства приобретения нового опыта.

Организация туристских маршрутов проходит в различных формах и с использованием специального инвентаря и оборудования, которое замещает стандартный физкультурный инвентарь.

Программа «Юный турист» предусматривает включение туристской деятельности в совместную деятельность с детьми, что дает возможность усилить образовательную область «Физическое развитие» в части 3-го физкультурного занятия на свежем воздухе.

Для повышения интереса к деятельности педагог вместе с ребятами выбирают героя-туриста от которого будут исходить игровые задания, предложения, идеи для выполнения игровых заданий. В нашем детском саду – это футболист Забивака. Он «поселился» на территории и полюбился ребятам. Определили предмет-помощник ребят в поиске новой информации – это Дашин «Рюкзачок».

Образовательные мероприятия обозначаются «маршрутами». Для проектирования каждого маршрута предусмотрен ряд этапов. Это позволяет реализовать познавательный, социально-коммуникативный и физический компоненты в одном образовательном событии.

*Этап 1. Определяем задачи и форму проведения.*

Программа предусматривает реализацию образовательных мероприятий в вариативных формах организации. На данном этапе определяется наиболее

подходящая форма исходя их образовательных задач. Так, при изучении топографических знаков предусматривается организация цикла квест-игр.

*Этап 2. Куда пойдём и что будем делать?*

Здесь важно спроектировать маршрут таким образом, чтобы деятельность на каждом объекте вписывалась в нормативы физического развития и распределения нагрузки (СанПиН).

*Этап 3. Что предложить и для чего ребятам это делать?*

Определяем вариант мотивации и детскую цель.

*Этап 4. Как разнообразить и расширить?*

Проектируем варианты совместной деятельности: игры, наполнение среды для стимулирования самостоятельной деятельности, формы совместной деятельности, в том числе с семьями воспитанников.

**МАРШРУТ №1**  
«Как стать туристом?»

**Задачи:**

- создать условия для развития общения и взаимодействия ребенка со взрослым и сверстниками;
- создать условия для развитие физических качеств координации и гибкости через преодоление туристских препятствий
- создать условия для проявления желания заниматься туризмом, узнать о видах туризма, отправиться в поход.
- развивать умение прыгать на двух ногах с продвижением вперед между предметами;
- формировать умение сохранять устойчивое положение при ходьбе по бревну.

**Оборудование:** картинки с изображением разных видов туризма, рюкзак, спортивный инвентарь.

**Маршрутный лист:** 1. Спортивная площадка  
2. Бревно  
3. Спортивная площадка

**Вариант мотивации:** Забиваку пригласили в поход. Он ни разу не ходил и не знает, что это такое.

**Детская цель:** Помочь Забиваке узнать какие бывают виды похода и что же это такое.

Содержание ОД	Форма двигательной активности	Перспектива самостоятельной активности (в группе, на площадке, с родителями и сверстниками)
1. Спорт. площадка		
<p>Письмо от Забиваки: «Меня пригласили в поход, я не знаю, что для этого нужно».</p> <p>-Ребята, а вы знаете? (Варианты ответов детей)</p> <p>- Ребята, ничего не заметили? (Обращает внимание на Веселый рюкзачок лежащий неподалеку). Педагог достает из рюкзака карточки с видами туризма и рассказывает детям о них.</p> <p>-Ребята, в какой вид туризма пригласили Забиваку? (Варианты ответов). Почему вы так думаете? Так как же стать туристом?</p> <p><b>Педагог организует этап планирования, где способствует стимулированию желания пойти в поход.</b></p> <p>-Отличная идея! Готовы? На нашем пути будет немало испытаний! В путь!</p> <p style="text-align: center;"><b>Разминка</b></p> <p>Педагог случайно находит напутствие Рюкзачка:</p> <p>-Друзья, турист на своем пути встречает много препятствий. Поэтому турист сильный, выносливый, неунывающий. Чтобы таким</p>	<p>Построение в колонну по одному.</p> <p>Разновидность ходьбы и бега.</p> <p>Перестроение в круг.</p> <p>ОРУ без предметов.</p> <p>(Комплекс №1)</p>	<p>Игра «<i>Виды туризма</i>», игра «<i>Отгадай</i>».</p> <p>Нарисовать виды туризма.</p> <p><b>Сюжетно ролевая игра</b> Туристы</p> <p><b>Игра: «Мы идем в поход»</b></p> <p><u>Цель:</u> познакомить с таким видом отдыха, как поход, рассказать детям, что можно делать в походе. Развивать и обогащать словарный запас детей: Слова – предметы: турист, палатка, котелок, рюкзак, компас, пенка. Слова – действия:</p>

<p>стать надо тренироваться, заниматься физкультурой и спортом. Желаю успехов!</p> <p style="text-align: center;"><b>«Кочки»</b></p> <p>А вот и первое препятствие на нашем пути. Справимся?</p> <p>- Все справились? Двигаемся дальше?</p>	<p>Прыжки на двух ногах с продвижением вперед между предметами. (2 раза)</p>	<p>поход, привал, сбор, преодолевать. <b>Беседа</b> Кто такой турист</p> <p><b>Эстафета</b> «Ловкий турист»</p> <p><b>Конкурс «Знайка»</b></p>
<p>2. Бревно</p>		
<p>-Что это? А для чего оно? Как думаете? Я знаю один секрет. Он называется «Приставной шаг». Справитесь?</p> <p>- Все справились? Двигаемся дальше?</p>	<p>Ходьба по бревну приставным шагом.(2 раза)</p>	<p><b>ОБЖ:</b> Правила прохождения по бревну</p>
<p>3. Спортивная площадка</p>		
<p>-(Имя...), посмотри в Рюкзачок, ничего не находишь? Здорово! Поиграем?</p> <p><b>Рефлексия.</b></p> <p>-Ребята, что мы сегодня делали? Как помогали? (Индивидуально)..., какие были трудности? Как ты ними справлялась? Как вы думаете, что поможет Забиваке стать туристом?</p> <p><b>РИТУАЛ ЗАВЕРШЕНИЯ.</b> Педагог: раз, два Дети: три, четыре Педагог: три, четыре Дети: раз, два Педагог: всех дружнее в этом мире... Дети: в нашей группе детвора!</p>	<p><b>Эстафета</b> <b>«Ловкий турист»</b> Игра малой подвижности: <b>«Виды туризма»</b> Игра «Отгадай»</p>	

### Дополнительные материалы. Маршрут №1.

#### 1. Эстафета «Ловкий турист»

Надеть рюкзак, пробежать между разметкой змейкой, передать рюкзак следующему участнику.

#### 2. Игра «Виды туризма»

Детям раздаются карточки с изображением того или иного вида **туризма**. У педагога – иллюстрации с различным **туристским снаряжением**. Показывая их детям по одной, воспитатель предлагает отыскать у себя карточку с соответствующим видом **туризма**. Например, лодка с веслом – водный **туризм**, каска – горный, велосипед – велосипедный и т. п. Кто правильно и быстро справится с заданием, получает фишку. Выигрывает тот, кто наберет больше фишек.

#### 3. Игра «Отгадай»

На **туристский** слет съехались разные **туристы**: пешие, водные, **велотуристы**, **мототуристы** и т. д. (*их изображают дети*). По сигналу педагога они выходят на середину площадки и имитируют действия своих героев согласно принятой роли. Судья (*водящий*) должен узнать, какие **туристы приехали на слет**. Игрок, наиболее точно и выразительно выполняющий свою роль, становится водящим.

## КОМПЛЕКС № 1

1. И. п. - стойка ноги на ширине ступни, параллельно, руки на пояс.  
1—руки в стороны; 2 —руки вверх, поднимаясь на носки;  
3 — руки в стороны; 4 —вернуться в исходное положение. (6-7раз)
  2. И. п. — стойка ноги на ширине плеч, руки за голову.  
1 — поворот туловища вправо, руки в стороны;  
2 —вернуться в исходное положение. То же влево. (6 раз)
  3. И. п. — стойка ноги на ширине плеч, руки вниз.  
1—руки в стороны;  
2 —наклон к правой (левой) ноге, коснуться пальцами рук носков ног;  
3 —выпрямиться, руки в стороны;  
4—вернуться в исходное положение. (6 раз)
  4. И. п.— основная стойка руки на пояс.  
1—2 —присесть, руки вынести вперед;  
3—4 —вернуться в исходное положение. (6-7раз)
  5. И. п. — основная стойка пятки вместе, носки врозь, руки вниз.  
1 — правую ногу в сторону, руки в стороны; 2 — правую руку вниз, левую вверх;  
3 — руки в стороны;  
4 — приставить правую ногу, вернуться в исходное положение. То же влево. (6 раз)
1. И. п.— основная стойка руки на пояс.  
1 —прыжком ноги врозь, руки в стороны; 2 —вернуться в исходное положение.  
На счет 1—8 повторить 3—4 раза.  
Выполняется в среднем темпе под счет воспитателя или музыкальное сопровождение

## МАРШРУТ №2

«Как Забиваке подружиться с безопасностью?»

### Задачи:

- способствовать развитию самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий;
- создать условия для развития физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- развивать умения ползать в прямом направлении на ладонях и коленях;
- совершенствовать навык ходьбы по бревну приставным шагом боком;
- формировать навык прыжков в длину с места;
- развить у детей чувство ответственности за свое поведение, бережное отношение к своему здоровью.

**Оборудование:** маршрутная карта, рюкзак, карточки с правилами безопасности.

**Маршрутный лист:** 1. Спортивная площадка

2. Паутина

3. Бревно

4. Костровое место

**Вариант мотивации:** приглашение от Забиваки. Он был в походе и набрал много-много красивых ягод и грибов и приглашает всех ребят отведать неизвестные ягоды! В процессе диалога, возникает проблема: Забивака может отравиться.

**Детская цель:** рассказать Забиваке о безопасности в походе.

Содержание ОД	Форма двигательной активности	Перспектива самостоятельной активности (в группе, на площадке, с родителями и сверстниками)
<p>1. Спортивная площадка</p> <p>Ребята замечают письмо.</p> <p>«Юные туристы приглашаются на слет, чтобы отведать ягоды и грибы, которые я набрал в лесу. Очень красивые, названия не знаю. Высылаю маршрутную карту. Турист Забивака».</p> <p>-Дорогие друзья ! Что будем делать? (Предположения, если ребята хотят помочь – Я так рада вашему решению!) Кстати, в Веселом рюкзаке по-моему что-то было...(Имя), поможешь? (Ребенок достает из рюкзака карточки с правилами поведения и безопасности в походе).</p> <p>- Ребята, так как же быть? А что мы расскажем Забиваке? Тогда в путь.</p> <p style="text-align: center;"><b>Разминка</b></p> <p>-Куда же нам дальше держать путь? А что же это такое (Обращает внимание детей на тоннель).</p> <p>-Кто самый смелый и знает, как преодолеть нам это препятствие?</p> <p>-Не пора ли взглянуть на карту? Что же это такое? Ваня, покажи, как правильно прыгать!</p> <p>-Ребята, куда же дальше держим путь?</p>	<p>Построение в колонну по одному.</p> <p>Разновидность ходьбы и бега.</p> <p>Прыжки на двух ногах.</p> <p>Перестроение в три звена</p> <p>ОРУ без предметов. (Комплекс №2)</p> <p>Ползание на четвереньках в прямом направлении.(Через тоннель)-2 раза</p> <p>Прыжки в длину с места (2 раза)</p>	<p>Игра «Назови и расскажи»</p> <p><u>Цель:</u> Учить детей узнавать лекарственные растения, грибы: съедобные и ядовитые, растущие в родной местности. Учить правильно, собирать растения, не нанося вред окружающей среде.</p> <p>Игра «Назови правильно».</p> <p>Игра «Будь внимателен («Лото»)</p> <p>Подвижные игры: «Ловкий турист» (игра-эстафета)</p> <p>«Ловкий турист»(игра-эстафета)</p> <p>Игра: «Знатоки природы»</p> <p>Беседа: «Правила поведения на туристической тропе»</p> <p>Игра «Что будет если...»</p> <p>Консультация для родителей «Детский туризм - дело серьезное».</p>
<p>2. Паутина</p> <p>-Друзья, задание сложное будьте внимательны при прохождении этого этапа.</p>	<p>Передвижение над паутиной способом перешагивания.(2 раза)</p>	<p>Фотоальбом «Туризм - средство оздоровления и приобретения навыков безопасности».</p>
<p>3. Бревно</p> <p>-Что это? Кто помнит секрет ходьбы по бревну? <i>(Я так рада, что (имя) такой внимательный!)</i></p> <p>Двигаемся дальше?</p>	<p>Ходьба по бревну приставным шагом.(2 раза)</p>	<p>Макет «На туристической тропе».</p>



<p>4. Костровое место</p> <p>Посмотрите вокруг? Что вы видите? (На костровом месте лежат карточки с изображением ягод и грибов)</p> <p><b>Ритуал завершения.</b> Педагог протягивает свою руку, ладонью вверх и говорит: «Один за всех...» Дети по очереди кладут свои руки ладонью вниз, на руку педагога и хором говорят: «И все за одного!» Затем, руки вскидываются вверх с возгласом «Ура !!!»</p>	<p>Игра «Безопасность в лесу»</p>	<p>Подборка: Стихи, рассказы о безопасном поведении на полосе препятствий. План работы по ознакомлению детей с правилами безопасности на туристической тропе посредством художественной литературы</p>
---	---------------------------------------	--

### Дополнительные материалы. Маршрут №2.

#### **Игра «Безопасность в лесу»**

Детям раздаются игровые карточки с изображением различных предметов и ситуаций опасности и безопасности. Воспитатель предлагает внимательно рассмотреть изображения предметов и ответить на вопросы:

#### **«Что растет в лесу?»**

Цель: закреплять знания детей о растениях, произрастающих в лесу.

Ход: воспитатель выбирает несколько детей и просит их назвать, что растет в лесу. Воспитатель говорит: «Грибы» - дети по очереди называют виды грибов. «Деревья» - названия деревьев. Побеждает тот кто больше знает об этих растениях леса.

#### **Игра «Назови правильно»**

Цель: Закрепить понятие о топографических знаках, из значения. Различать топографические знаки на плане. Уметь

изготавливать карты-схемы турпохода

#### **Игра «Будь внимателен («Лото»)»**

Цель: развивать у детей внимание и познавательный интерес.

Ход: дети раздаются маленькие карточки, а у воспитателя карточки с крупным изображением. Например, «Весло – водный туризм», «Каска – горный туризм». «Велосипед – вело туризм».

#### **«Ловкий турист» (игра-эстафета)**

1. Одеть рюкзак.
2. Бег с рюкзаком между кубов змейкой.
3. Добежать до флажка и принести его следующему игроку (тот оставляет флажок на финише).

#### **«Кто быстрее» (Игра-эстафета)**

1. Прыжки на двух ногах до черты (кочки) с мячом в руках.
  2. Передача мяча из-за головы двумя руками следующему игроку.
- «Туристские препятствия» 1. Прыжки из обруча в обруч (расстояние между обручами — 30 см) — «кочки». 2. Пролезание в последний обруч способом снизу вверх — «между веток». 3. Бег по прямой до флажка (10 м). 4. Бег в обратном направлении змейкой между обручами — «кусты».

#### **Игра: «Знатоки природы»**

У воспитателя-карточки с изображением ядовитых и съедобных грибов и ягод; цветов и животных, занесенных в «Красную книгу». Показывая рисунки, он предлагает детям назвать растение (животное, гриб и т.п.) и рассказать все, что они о нем знают. За лучший рассказ ребенок получает фишку. Звание знатока и соответствующий значок получает тот, кто наберет больше фишек.

Беседа: «Правила поведения на туристской тропе»

## КОМПЛЕКС № 2

1. И. п.— основная стойка, руки на пояс.

1—правую ногу назад на носок, руки за голову;

2 — вернуться в исходное положение. То же левой ногой. (6 раз)

2. И. п. —стойка ноги врозь, руки на пояс.

1 —поворот вправо, правую руку вправо; 2 —вернуться в исходное положение.

То же влево. (6 раз)

3. И. п. — основная стойка руки вдоль туловища.

1 — выпад правой ногой вперед. 2-3 — пружинистые покачивания;

4 —вернуться в исходное положение. То же левой ногой. (6 раз)

4. И. п.— стойка на коленях, руки на пояс.

1-2 —медленным движением сесть справа на бедро, руки вынести вперед;

3-4 —вернуться в исходное положение. То же влево. (6 раз)

5. И. п. — стойка ноги на ширине плеч, руки вниз.

1 —руки в стороны; 2 — наклон вперед, коснуться пальцами рук носка левой ноги;

3 —выпрямиться, руки в стороны;

4 —вернуться в исходное положение. То же к правой ноге. (6 раз)

6. И. п. — основная стойка руки вдоль туловища.

Прыжки на двух ногах — левая вперед, правая назад; прыжком сменить положение ног.

Выполняется под счет воспитателя 1-8 —затем пауза и снова прыжки (3-4 раза).

## МАРШРУТ №3

### «Остров сокровищ»

#### Задачи:

- создать условия для развития общения и взаимодействия ребенка со взрослым и сверстниками;
- познакомить детей с параллельной переправой;
- развивать умение детей держать дистанцию во время передвижения по территории детского сада;
- закреплять умение детей выполнять ОРУ по частичному показу педагога;
- совершенствовать умение детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по ограниченной площади опоры;
- формировать навык переползания на четвереньках, умение перешагивать через препятствия;
- развивать внимание, быстроту, скоростные качества, ловкость, ориентировку в пространстве;
- создать условия для формирования правильной осанки, содействовать закаливанию организма;

**Оборудование:** маршрутная карта, рюкзак, карточки для игры «Что возьму с собой в поход», сундук с сюрпризом.

**Маршрутный лист:** 1. Костровое место

2.Параллельная переправа

3.Ступени над пропастью

4. Кольца

5. Паутина

6.Спортивная площадка

**Вариант мотивации:** На костровом месте размещается импровизированный флаг пиратов. В группу ребятам приходит послание! Педагог надевает «пиратский атрибут» (шляпа, усы и т.д.)

**Педагог:** Внимание, внимание! Всех любителей приключений прошу прибыть на Пиратскую площадь!

**Детская цель:** отыскать потерянное сокровище.

Содержание ОД	Форма двигательной активности	Перспектива самостоятельной активности (в группе, на площадке, с родителями и сверстниками)
<b>1. Костровое место</b>		
<p>- Ааа, так это вы любители приключений? Вам послание, от главного пирата Черного моря. <i>«Высылаю пиратскую карту! Пройдите все испытания и найдете потерянное сокровище!»</i></p> <p>-А какие вещи мы с собой возьмем на остров? Игра «Посвящение в пираты»</p> <p>Разминка.</p> <p>-Где же наша карта? Что вы на ней видите? Что это значит? (Варианты ответов детей).</p> <p>-Внимательно карту изучили? Куда же нам теперь идти? (Варианты ответов детей).</p>	<p>Игра «Что возьму с собой на остров?»</p> <p>Разновидность ходьбы, бега, прыжков. Перестроение. ОРУ комплекс № 3</p>	<p>Игра «Что возьму с собой в поход». Рисунки «В походе пригодится».</p> <p>Беседа «Необходимые вещи в походе».</p> <p>Отгадывание загадок</p> <p>Эстафета: Дорога к острову</p> <p>Игра: «Построить корабль» (Распечатана картинка корабля и разрезана на пазлы)</p>
<b>2. Параллельная переправа</b>		
<p>-Ребята, задание сложное и опасное будьте очень внимательны при прохождении этого этапа.</p> <p>-Друзья, кто помнит наш маршрут? Уточним по карте? (Изучение и обсуждение дальнейшего маршрута). Вперед, друзья мы уже близко!</p>	<p>Знакомство с верхними и нижними перилами.</p>	<p>Игра: «Подметаем палубу» «Перетягивание каната» «Меткий стрелок» «Перенести жемчужины на корабль» «Разгадка таинственного письма» Беседа: Виды туризма</p> <p>Чтение детям: «Приключения Муравьишки» В. Бианки</p> <p>С. Р. И «Смельчаки» Чтение детям «Серая звездочка» Б. Заходер</p>

<p>3. Ступени над пропастью -Мы почти у цели! Это очень опасное задание, но, мы смелые, ловкие, умелые! Вперед!</p> <p>-Все справились? Куда же дальше держим путь?</p>	<p>Ходьба по деревянным ступеням различного размера держа равновесие. (2 раза)</p>	<p>Аппликация: «Что возьмём с собой в турпоход». (Коллаж из журналов) Сюжетно-ролевая игра «Мы – туристы»</p> <p>Стендовый материал для родителей «Как организовать туристический поход вместе с детьми».</p>
<p>4. Кольца</p> <p>-Друзья, мы уже пришли? А где же сундук? (Варианты ответов детей. Работа с картой, обсуждение). -Какие вы молодцы! Продолжаем преодолевать препятствия!</p> <p>-Что вы видите на карте? А где это? Тогда вперед!</p>	<p>Перешагивание из кольца в кольцо по одному (2 раза)</p>	<p>Беседы: семейные путешествия. (аквапарк, музеи, поездки в город, поход в лес, и т. д)</p> <p>Чтение детям: «Веселый турист» С. Михалков</p>
<p>5. Паутина</p> <p>-(Имя), много у нас еще заданий? А как ты думаешь, как можно преодолеть паутину?</p> <p>-Где же наша карта? Что же нам теперь делать? (Варианты ответов детей).</p>	<p>Переползание на четвереньках (2 раза)</p>	<p>Игра «Соберись в поход» Э.И: «Пузырьки»</p>
<p>6. Спортивная площадка</p> <p>Посмотрите вокруг? Что вы видите? (На спортивной площадке стоит сундук с сюрпризом).</p> <p>Для чего вы это делали? Какие были трудности? Что было самое необычное? Что понравилось больше всего? Ритуал завершения. Педагог, раскрывая объятия: если спросят, вы друзья? Говорим..... Дети, обнимая (все вместе) педагога: конечно, да!</p>		

**Дополнительные материалы. Маршрут №3.**

**Игра «Что возьму с собой в поход»**

Педагог предлагает вспомнить, какие предметы необходимо взять с собой в поход (Остров). После ответов достаются карточки. Дети по очереди берут карточки и обсуждают, пригодится или нет данный предмет.

## Загадки

Кругом вода, а с питьем беда. (**море**)

По морю идет, идет, а до берега дойдет -  
тут и пропадет. (**волна**)

Плаваю на корабле  
Иногда лежу на дне,  
Чтобы ветер не угнал,  
На волнах лишь покачал. (**Якорь**)

Я от ветра надуваюсь,  
Но ничуть не обижаюсь.  
Пусть меня он надувает,

Яхте скорость прибавляет. (**Парус**)

Шторм на море, иль туман,  
Но где краешек земли,  
Знает каждый капитан.  
Что горит ему вдали? (**Маяк**)

Чьи на море корабли?  
Из какой они страны?  
Эти разные квадраты  
Прицепляют на канаты  
И на мачтах поднимают,  
Семь ветров их развевают. (**Флаги**)

## Игра: «Подметаем палубу»

Нужно провести воздушный шарик веником между конусами

### «Перетягивание каната»

Воспитатель: «Меткий глаз – залог успеха. Объявляется испытание на меткость. В чьих воротах будет больше забитых голов, та команда получает еще одну золотую монету в свой сундук».

#### «Меткий стрелок»

Задание: забить мяч в ворота.

#### «Перенести жемчужины на корабль»

Нужно пробежать по мостику, взять жемчужину своего цвета, вернуться на корабль и надеть жемчужину на нитку. (Жемчужины сделаны из шариков для сухого бассейна и покрашены акриловой краской, сделаны дырки, чтобы нанизывать на нитку)

#### «Разгадка таинственного письма»

На листке бумаги восковой свечой сделать надпись: для 1-й команды – «Карта находится под пальмой», для 2-й команды – «Карта находится в сундуке».

(Железный сундук был поставлен на видном месте)

Дети акварелью закрашивают листок, рисунок проявляется и они ищут по подсказке карту.

#### Э.И.: «Пузырьки»

Цель: Способствовать формированию позитивных отношений между детьми; уметь сотрудничать.

Ход: Разделившись на группы по 3-4 человека, дети берутся за руки и, образуют круги-«пузырьки» и передвигаются по помещению группы или в бассейне так, чтобы не столкнуться с другими «пузырьками. Каждый «пузырек» придумывает свои движения.

## КОМПЛЕКС № 3

1. И. п.— основная стойка, руки на пояс.

1—2 —шаг вправо, руки через стороны вверх;  
вернуться в исходное положение. То же влево (6 раз)

2. И. п.— стойка ноги врозь, руки к плечам.

1—2 —поворот туловища вправо, руки в стороны;  
3—4 —исходное положение. То же влево. (6 раз)

3. И. п.— основная стойка, руки вниз.

1 —руки в стороны; 2 —мах правой ногой вперед, хлопок под коленом;

3 —опустить ногу, руки в стороны; 4 — исходное положение. То же левой ногой. (6 раз)

4. И. п. —стойка ноги на ширине плеч, руки вниз.

1—руки в стороны; 2—наклон вперед, коснуться пальцами рук правого носка;

- 3—выпрямиться, руки в стороны; 4—исходное положение. То же левой ногой. (6 раз)
5. И. п.— основная стойка, прыжки на двух ногах с хлопками в ладоши перед собой и за спиной на счет 1-8, затем пауза. Повторить 2-3 раза.
6. И. п. — стойка ноги на ширине плеч, руки на пояс.  
1 —руки в стороны; 2 —руки за голову;  
3—руки в стороны; 4 —исходное положение. (6-7раз)

### МАРШРУТ №4 «Мы – команда!»

#### Задачи:

- создать условия для формирования позитивных установок к различным видам спортивной деятельности;
- формировать умение встегивать и выстегивать карабин;
- создавать условия для развития физических качеств: силы, быстроты, выносливости;
- развивать умения ходьбы по бревну приставляя пятку к носку;
- развивать навык ползания по «паутине» на четвереньках.

**Оборудование:** пазлы (картинка карабина), мешочки с песком, 2 рюкзака, карабины.

**Маршрутный лист:** 1. Спортивная площадка  
2. Бревно  
3. Паутина  
4. Костровое место  
5. Параллельная переправа

**Вариант мотивации:** на площадке педагог случайно находит фрагмент пазла, который потерял Забивака, проходя туристские препятствия.

**Детская цель:** собрать все пазлы и отгадать что задумал Забивака?

Содержание ОД	Форма двигательной активности	Перспектива
1. Спорт. площадка		
<p>-Ребята, что это? Кто мог потерять? Что же нам делать? (Варианты ответов детей).</p> <p>-Прежде чем отправиться на поиски фрагментов, что необходимо сделать? (Варианты ответов детей).</p> <p>-Как думаете, куда мог отправиться Забивака? А почему вы так решили. (Стрелками указан путь Забиваки).</p> <p>-В какую сторону мы держим путь? Вперед!!!</p>	<p>Построение друг за другом. Разновидность ходьбы, бега, прыжков. Построение в 3 звена. Общеразвивающие упражнения комплекс №4</p>	<p>Отгадывания загадок</p> <p><b>Физминутка</b> «Сороконожка»</p> <p><b>Просмотр презентации на видео</b> «Что такое туризм?»</p> <p><b>Консультация для родителей:</b> «Детский туризм - дело серьезное»</p>

		<b>Игра – исследование:</b> Кто мой друг.
2. Бревно		
- (Имя), какие способы передвижения ты знаешь по бревну? Предлагаю использовать необычный способ (Пауза)... Интересно? Этот способ называется «Пятка-носок»  - Где же пазл? Ищем внимательней! - Какие молодцы! В каком направлении пошел Забивака?	Ходьба по бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой (2 раза)	<b>Выставка рисунков:</b> Если с другом вышел в путь..."  <b>Разучивание туристских речёвок, песен:</b> Речёвка «Мы туристы» Песни «Вместе весело шагать»
3. Паутина		
- А вот еще одно препятствие на нашем пути. - Сколько у нас фрагментов? Получается картинка? (Варианты ответов детей). Куда держим путь дальше?	Переползание на четвереньках. (2 раза)	<b>Игра:</b> Придумай и отгадай
4. Костровое место		
(На костровом месте лежат 2 рюкзака) - Ребята, а вы знаете игру с рюкзаками? А какую? Поиграем. (После игры находят последний пазл).  - Что же у нас получилось? (Картинка карабина). (Имя) посмотри, что же лежит в рюкзаках. (Карабины). А что это? А для чего? А как можно использовать?	Эстафета «Ловкий турист»	<b>Игра:</b> «Будь Внимательным»  <b>Игры-соревнования:</b> «Кто больше назовёт...!», «Кто быстрее»
5. Параллельная переправа		
- Для прохождения переправы необходим карабин.  - Ребята, что мы сегодня делали? - Что задумал Забивака? - Какие были трудности? <b>Ритуал завершения.</b> Кто считает, что мы здорово провели время, давайте свои «пятерочки!» (ладошки)	<b>Встегивание и выстегивание карабина в нижние перила</b>	

**1. Эстафета «Ловкий турист»**

Надеть рюкзак, пробежать между разметкой змейкой, передать рюкзак следующему участнику

**.ЗАГАДКИ О ТУРИЗМЕ И ТУРИСТАХ**

Он с тобою и со мной  
Шел лесными стежками,  
Друг походный за спиной  
На ремнях с застежками.  
Ты идешь с друзьями в лес,  
А он за плечи тебе влез,  
Сам идти не хочет,  
Он тяжелый очень.

Два ремня висят на мне,  
Есть карманы на спине.  
Коль в поход идешь со  
мной,  
Я повисну за спиной.  
**(Рюкзак)**

Он в походе очень нужен,  
Он с кострами очень  
дружен.

Можно в нем уху варить,  
Чай душистый кипятить.  
**(Котелок)**

На привале нам помог:  
Суп варил, картошку пек.  
Для похода он хорош,  
Да с собою не возьмешь.  
**(Костер)**

Не живая, а идет,

И от ветра и от зноя,  
От дождя тебя укроет.  
А как спать в ней сладко!  
Что это?  
В поход идут и дом берут,  
В котором дома не живут.  
**(Палатка)**

Не подвижна, а ведет.  
**(Дорога)**  
Метко сыплют игроки  
Мне ногами тумачи.  
**(Футбольный мяч)**

И в тайге, и в океане  
Он отыщет путь любой.  
Умещается в кармане,  
А ведет нас за собой.  
Где бы ты ни находился,  
Если только заблудился,  
Он укажет тебе, друг  
Путь на север и на юг.

В кармане моем  
Замечательный друг:  
Он знает, где север,  
И знает, где юг.  
На ладонь он ляжет весь.  
Не часы, а стрелка есть.  
Он в дороге пригодится,  
С ним нигде не заблудиться.  
Когда с тобою этот друг,  
Ты можешь без дорог  
Шагать на север и на юг,  
На запад, на восток.  
Качается стрелка туда и  
сюда,  
Укажет нам север и юг без  
труда. **(Компас)**

**КОМПЛЕКС № 4**

- И. п.— основная стойка руки на пояс.  
1—руки в стороны; 2 — руки за голову;  
3 — руки в стороны; 4 — исходное положение. (6-7раз)
- И. п.— стойка ноги на ширине плеч, руки на пояс.  
1 —поворот вправо, руки в стороны; 2 —исходное положение. То же влево. (6 раз)
- И. п.— сидя, ноги врозь, руки на пояс.  
1 —руки в стороны;  
2 — наклон к правой (левой) ноге, коснуться пальцами рук носков ног;  
3 —выпрямиться, руки в стороны; 4 —исходное положение. (6 раз)
- И. п. —лежа на спине, руки вдоль туловища.  
На счет 1—8 — имитация езды на велосипеде, пауза, повторить 2 раза.
- И. п.— основная стойка руки за голову.  
1—2 —присесть, руки вперед; 3—4 —исходное положение (6-7раз)
- И. п. — основная стойка руки на пояс.



1 — прыжком ноги врозь; 2 -прыжком ноги вместе.

На счет 1-8 —прыжки, затем пауза и снова прыжки.

Выполняется под счет воспитателя.

### **Физминутка «Сороконожка»**

Строим детей в одну колонну друг за другом. Наклоняемся и просовываем правую руку назад между ножек, а левой рукой возьмем за руку стоящего впереди. Вот какая длинная и красивая сороконожка у нас получилась. А теперь вперед обходя пеньки. Пеньки это конусы разложены в хаотичном порядке.

**Игра:** «Придумай и отгадай». Закрепить знания детей о туризме, умение из набора различных предметов выбирать необходимые для похода, которые удобно переносить в рюкзаке.

## **МАРШРУТ №5** **«Академия туриста!»**

### **Задачи:**

- способствовать развитию самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий;
- развивать умение держать равновесие при ходьбе по ограниченной площади;
- формировать умение перепрыгивания препятствия с помощью маятника;
- познакомить ребят с видами костров;
- способствовать приобретению опыта участия в ролевых играх и выполнения туристских должностей.

**Предварительная работа:** сюжетно-ролевая игра «Туристские должности», изучение видов костров.

**Оборудование:** Маршрутная карта, рюкзак, карточки с изображением должностей в походе, аптечка (бинты по количеству 1 шт на 2 ребенка), карточки с видами костра, бруски для выкладывания костра.

**Маршрутный лист:** 1. Спортивная площадка  
2. Болото  
3. Ступени над пропастью  
4. Кольца  
5. Маятник  
6. Костровое место

**Вариант мотивации:** на территории (объектах) размещаются карточки-должность в походе. Педагог предлагает ребятам поступить в «Академию туриста». Но для этого есть условие: пройти все испытания по карте и собрать карточки с основными должностями в походе.

**Детская цель:** поступить в «Академию туриста» и освоить действия в туристской должности.

Содержание ОД	Форма двигательной активности	Перспектива самостоятельной активности (в группе, на площадке, с родителями и сверстниками)
1. Спорт. площадка -Ребята, есть приглашение поступить в «Академию туриста»! Как вы думаете, что это такое? А что делают туристы? (Варианты ответов детей). А для чего эти должности?		<b>Сюжетно-ролевая игра «Туристские должности».</b>

<p>-Какие туристские должности вы знаете?</p> <p>-Ну, что готовы? К освоению новых профессий? Сегодня дежурным топографом будет (Имя). Что входит в его обязанности? (Варианты ответов детей). (Имя) сегодня будет вести группу по маршруту. А помогать ему будут (3-4 ребенка).</p> <p>-Готовы поступить в «Академию туриста»? Тогда в путь.</p> <p style="text-align: center;"><b>Разминка</b></p> <p>-(Имя) куда мы дальше держим путь? Почему ты так решил?</p>	<p>Сюжетно-ролевая игра «Туристские должности».</p> <p>Построение друг за другом. Разновидность ходьбы, бега, прыжков. Построение и перестроение. Общеразвивающие упражнения комплекс №5 с флажками</p>	<p><b>Рисунки</b> «Кем хочу быть в походе».</p> <p><b>Игра:</b> «Разложи костер»</p> <p><b>Игры состязания:</b> "Кто больше назовёт...!", "Кто быстрее"</p> <p><b>Ориентирование на листе бумаги.</b> Дидактическая игра «Проложи путь к туристу»</p> <p><b>Соревнование</b> «Самый ловкий».</p> <p><b>Беседа</b> «Знакомство с туристским снаряжением».</p> <p><b>Выставка рисунков</b> «Друзья познаются в беде»</p>
<p>2. Болото -А вот и первое наше испытание!</p> <p><i>На дереве висит картинка аптечки.</i> -Ребята, что вы видите? Что это может значить? (Варианты ответов детей). -А кто может быть медиком в походе? (Варианты ответов детей). -А зачем это нужно? Попробуем?</p> <p>-Кто будет медиком? (Если не могут договорится выбирается медик по считалке).</p> <p>-Топограф!!! Куда мы дальше идем? (Обсуждение движения по карте).</p>	<p>Перешагивание через кочки.</p> <p>Игра «Окажи первую помощь»</p>	<p><b>Просмотр презентации</b> «Что такое туризм?»</p> <p><b>Игра</b> «Сложи рюкзак»</p> <p><b>Презентация</b> "Туризм и туристы ". Беседа.</p> <p><b>Дидактическая игра</b> «Назови правильно».</p> <p><b>Консультация для родителей:</b> «Памятка туриста»</p>
<p>3. Ступени над пропастью -А вот еще одно препятствие на нашем пути.</p> <p><i>(Висит картинка фотоаппарата)</i></p>	<p>Ходьба по деревянным ступеням различного размера держа равновесие.</p>	<p><b>Дидактическая игра</b> «Разложи костер».</p>

<p>-Что это может значить? А какие обязанности у фотографа? (Варианты ответов)</p> <p>-(Имя), покажи карту. Куда мы держим путь дальше? Ребята, а вы согласны с (Имя). Тогда не будем терять время!</p>		<p><b>Дидактическая игра</b> «Что будет, если...? Собери и расскажи».</p> <p><b>Эстафета</b> «разожги костер»</p>
<p>4. Кольца</p> <p>-Ребята, задание здесь сложное и требует сплоченности и взаимовыручки. (висит картинка с изображением повара)</p> <p>- Ребята, а вот еще одна должность? Какая? Какие обязанности? (Варианты ответов детей). (Имя) сегодня будет завпитом. Он лучше всех справился с заданием.</p> <p>-А что нам скажет наш топограф и его помощники? Много на нашем пути еще препятствий? Куда мы дальше держим путь?</p>	<p>Переноска снаряжения через кольца.</p>	
<p>5. Маятник</p> <p>-Ребята, мы подошли к переправе. Перебираться на другую сторону будем методом «Вертикальный маятник». (висит картинка с изображением мастера)</p> <p>- Кто же это такой? А чем он занимается в походе?</p> <p>-(Имя) не пора ли взглянуть на карту!</p>	<p>Переправа методом «Вертикальный маятник»</p>	
<p>6. Костровое место. <b>(Висят картинки «Виды костров» и гитара)</b></p> <p>-Ребята, что это может значить? Какие должности в походе?</p> <p>-А костровыми сегодня будут все. Сейчас мы с вами соберем все виды костра.</p> <p>-Ребята, здорово мы сегодня путешествовали? Что больше всего понравилось? Какие были трудности?</p> <p>-Ребята, вы сегодня справились со всеми заданиями и поступили в «Академию туриста».(Педагог вручает свидетельство о вступлении в академию).</p> <p><b>РИТУАЛ ЗАВЕРШЕНИЯ.</b></p>	<p>Игра «Разложи костер»</p> <p>Походная песня</p>	

Кто считает, что мы здорово провели время, давайте свои «пятерочки»! (ладошки)		
---	--	--

### Дополнительные материалы. Маршрут №5

**Игра:** «Окажи первую помощь». Все дети делятся на две команды: пострадавшие и медики. Медики бинтуют пострадавших (голова, рука, нога) на время. Потом пострадавшие и медики меняются ролями.

**Игра:** «Разложи костер»

Материал: бруски для выкладывания костра, карточки с видами костра.

Содержание: Дети выкладывают то вид костра, который нарисован на карточке и называют его вид

### Должности (обязанности) в походе

Туристские	Краеведческие
Командир (капитан) группы	Главный краевед
Завпит (завхоз по питанию)	Историк древнего периода
Завснар (завхоз по снаряжению)	Военный историк
Ремонтный мастер (реммастер), ремонтник, механик	Историк современного периода
Медик (санитар, медбрат, медсестра)	Этнограф
Штурман (топограф, лоцман)	Физгеограф
Казначей	Экономгеограф (по сельскому хозяйству и промышленности)
Фотограф	Метеоролог
Кинооператор	Геолог
Ответственный за примусы	Ботаник
Гитарист	Зоолог
Ответственный за дневник (летописец)	Гидролог
Культорг	Фенолог
Физорг	Литературовед
Хронометрист	Искусствовед
	Эколог

Кроме постоянных туристских должностей (работают на протяжении всего цикла) существуют и временные: дежурный командир, дежурный штурман, дежурные по кухне, дежурный фотограф, дежурные по палаткам и т.д.

#### 1. ОБЯЗАННОСТИ КОМАНДИРА ГРУППЫ

Требования к командиру группы: туристский опыт, инициативность, ровные отношения с членами группы, авторитет. Это первый помощник руководителя группы и его заместителя.

До похода:

1. Распределить обязанности между участниками группы.
2. Распределить участников по отделениям.
3. Организовать подготовку похода участниками группы по их обязанностям.
4. Совместно с руководителем и штурманом принять участие в разработке маршрута.

5. Совместно с руководителем организовать техническую и физическую подготовку участников.
6. Составить график дежурств в походе.
7. Помогать руководителю в оформлении документации к походу.
8. Составить порядок построения в колонну для движения на маршруте.

В походе:

1. Руководить режимом дня группы.
2. Контролировать работу командиров отделений и участников похода по должностям.
3. Следить за дисциплиной, соблюдением правил безопасности, охраны природы.
4. Совместно с руководителем организовать разбор дня и похода в целом.

После похода:

1. Совместно с руководителем организовать составление отчета о походе.
2. Совместно с руководителем организовать разбор похода.
3. Совместно с руководителем составить характеристики на каждого участника.
4. Помочь руководителю в оформлении разрядов и званий.

## 2. ОБЯЗАННОСТИ КОМАНДИРА ОТДЕЛЕНИЯ

До похода:

1. Контролировать выполнение участниками своих обязанностей по подготовке похода.
2. Контролировать своевременную сдачу денег и медицинских справок.
3. Контролировать участие в тренировочных выходах и занятиях.
4. Иметь график дежурств в походе.
5. Организовать изучение своего участка маршрута.
6. Контролировать наличие личного снаряжения у участников.
7. Обеспечить общественное снаряжение для отделения.

В походе:

1. Помогать обучать участников своего отделения.
2. Командовать группой на своем участке маршрута.
3. Организовать работу отделения во время дежурств, описания маршрута и выпуска газет.
4. Организовать своевременную сдачу готового описания и газет.
5. Следить за выполнением правил безопасности и дисциплины, во время движения по маршруту следить за наличием членов своего отделения.
6. Организовать жизнь своего отделения во время перехода и бивачных работ.
7. Принимать дежурство у предыдущего командира отделения.

После похода:

1. При необходимости организовать доработку технического описания и газет.
2. Подготовить характеристики на участников отделения к разбору похода.

## 3. ОБЯЗАННОСТИ ШТУРМАНА (ГЛАВНОГО ТОПОГРАФА)

Штурман (от голл. *stuigman* - кормщик, рулевой) - участник похода, на которого возложены задачи ориентирования на маршруте. Для определения местонахождения группы обычно пользуется картой и компасом. При движении по маршруту он тщательно следит за ориентирами, ведёт отсчёт пути, задаёт скорость движения, хронометрирует прохождение отд. участков маршрута и т. д.; в лыжных походах по тундре, кроме того, следит за строгим соблюдением направления движения по заданному азимуту. Если практически отсутствуют какие-либо ориентиры, штурману, как правило, приходится использовать астрономические и

радионавигационные средства. В автомобильном походе штурман оказывает помощь водителю головной машины, контролируя прохождение маршрута, следя за дорожной обстановкой, предупреждая об опасных местах, указанных на схеме маршрута.

До похода:

1. Познакомиться по картографическому материалу, отчетам и краеведческой литературе, Интернету с районом похода.
2. Познакомиться с картами района.
3. Совместно с командиром и руководителем разработать нитку маршрута и график похода, запасные и аварийные варианты.
4. Оформить маршрутные документы.
5. Распределить участки маршрута между отделениями или участниками.
6. Организовать изучение участков маршрута.
7. Подобрать карты для похода (2-3 экз.).
8. Обеспечить упаковку и хранение карт в походе.
9. Собрать топонабор, проверить топонаборы в отделениях.
10. Провести консультации по составлению технического описания и хронометража.
11. Защитить маршрут похода в маршрутной комиссии.

В походе:

1. Выдавать ведущим необходимые карты.
2. Контролировать ведение хронометража на маршруте.
3. Своевременно контролировать составление технического описания.
4. Помогать писать тех. описание, редактировать его.
5. Сбирать и хранить хронометраж и тех. описание.
6. Вместе с ведущими дополнять и корректировать карту.
7. Показывать фотоаппаратам объекты съёмки.

После похода:

1. Составить в отчёт о походе: общее описание района, откорректированное техническое описание, график похода, дополненные карты с нанесённым маршрутом, рекомендации по составлению маршрута, его прохождению и особенностям района.
2. Сдать руководителю оставшиеся карты и описания участков.

#### 4. ОБЯЗАННОСТИ ДЕЖУРНОГО ТОПОГРАФА

(ведет группу по маршруту в течение дня)

До похода:

1. Изучить и составить описание заданного участка маршрута.
2. Познакомиться с картами на свой участок маршрута.
3. Подготовить топонабор (непромокаемый планшет для карт, таблица хронометража, блокнот, ручка, карандаш, компас).
4. Научиться вести хронометраж и составлять техническое описание.

В походе:

1. Знакомить группу с предстоящим участком пути.
2. Получить у главного топографа карты, обеспечить их хранение.
3. Вести группу по маршруту.
4. На маршруте вести хронометраж, дополнять карту.
5. Показывать фотоаппаратам объекты съёмки.

6. Своевременно составить техническое описание своего участка.
7. Сдать на хранение главному топографу хронометраж, техническое описание, карты.
8. В случае необходимости доработать тех. описание.

После похода:

1. Сдать главному топографу готовый текст описания, откорректированные карты.

## 5. ОБЯЗАННОСТИ ЗАВЕДУЮЩЕГО ПО ПИТАНИЮ (ЗАВПИТА)

До похода:

1. Составить меню похода с циклом 3-5 дней с учетом условий похода и пожеланий участников.
2. При необходимости продумать перекус.
3. Составить список продуктов согласно меню и нормам.
4. Подсчитать вес и стоимость продуктов.
5. Выяснить возможность пополнения продуктов на маршруте.
6. Собрать мешочки и другую тару для продуктов.
7. Контролировать закупку и упаковку продуктов.
8. Распределить продукты среди участников.
9. Организовать питание в дороге (поезде).
10. При организации заброски продуктов скомплектовать и упаковать их, иметь список продуктов, находящихся в заброске (по упаковкам).
11. Составить график разгрузки рюкзаков участников.
12. Знать рецепты походных блюд и способы их приготовления.
13. Знать съедобные и ядовитые растения и грибы.

В походе:

1. Заранее выдавать дежурным необходимые продукты.
2. Утром объявлять участникам, какие продукты приготовить для перекуса.
3. Следить, чтобы не было перерасхода продуктов и не оставались лишние.
4. Периодически проверять сохранность продуктов.
5. Следить за равномерной разгрузкой рюкзаков и при необходимости перераспределять продукты у участников.
6. Контролировать пополнение продуктов на маршруте.
7. Сбирать освободившиеся мешочки от круп.
8. Организовать питание на обратной дороге.

После похода:

1. Собрать все мешочки от продуктов, постирать их и сдать следующему завпиту.
2. Составить список оставшихся продуктов, распределить их на хранение.
3. Сдать в отчет меню, список продуктов, рекомендации по организации питания, приобретению, хранению продуктов.

## 6. ОБЯЗАННОСТИ ЗАВЕДУЮЩЕГО ПО СНАРЯЖЕНИЮ (ЗАВСНАРА)

До похода:

1. Составить список группового и личного снаряжения с учетом сезона, особенностей маршрута.
2. Выяснить наличие и сохранность имеющегося снаряжения.
3. Организовать приобретение (покупка, прокат, экипировка на СЮТур) недостающего снаряжения.

4. Организовать ремонт снаряжения.
5. Распределить снаряжение между участниками группы.
6. Проверить готовность специального снаряжения перед походом.
7. Совместно с руководителем и командиром провести инструктаж участников по личному снаряжению в соответствии с особенностями похода.
8. Проконтролировать перед выходом в поход наличие в отделениях общественного снаряжения.

В походе:

1. Следить за сохранностью снаряжения, правильной эксплуатацией и его состоянием.
2. При необходимости перераспределить снаряжение.
3. Организовать профилактический осмотр и своевременный ремонт снаряжения.
4. По возможности организовать просушку снаряжения в конце активной части похода.

После похода:

1. Организовать просушку, чистку и ремонт снаряжения.
2. Организовать сдачу снаряжения.
3. Снаряжение собрать или раздать на хранение участникам группы.
4. Сдать в отчет списки личного и группового снаряжения с рекомендациями по его использованию.

## 7. ОБЯЗАННОСТИ РЕМОНТНОГО МАСТЕРА (РЕММАСТЕРА)

До похода:

1. Составить список ремонтного набора для похода с учётом возможных поломок и порчи имеющегося снаряжения.
2. Скомплектовать и упаковать ремнабор.
3. Научиться ремонтировать снаряжение.
4. Научить ремонтировать снаряжение других.
5. При необходимости принять участие в ремонте и подготовке снаряжения к походу.

В походе:

1. По требованию участников выдавать и собирать необходимые инструменты для ремонта личного и группового снаряжения.
2. Следить за сохранностью ремнабора, исправностью инструмента, не допускать потери инструмента.
3. Помогать ремонтировать групповое снаряжение.

После похода:

1. Сдать или обеспечить сохранность ремнабора.
2. Составить для отчёта список ремнабора с рекомендациями по его использованию.

## 8. ОБЯЗАННОСТИ МЕДИКА

До похода:

1. Составить индивидуальные карточки участников.
2. Собрать медицинские справки о здоровье участников (медицинские допуски на поход) и сдать их руководителю.
3. Составить список аптечки и согласовать его с медсестрой и руководителем.



4. Пройти курс оказания первой медицинской помощи в походе (у руководителя, школьной медсестры, врача поликлиники).
5. Укомплектовать аптечку с учетом индивидуальных особенностей участников, сезона, продолжительности похода, особенностей вида туризма и маршрута, удалить препараты с истекшим сроком годности.
6. Обеспечить упаковку и надёжное хранение аптечки в походных условиях.
7. Изучить район похода с точки зрения санитарно-эпидемиологической безопасности.
8. Познакомиться с лекарственными, ядовитыми и съедобными растениями и животными района путешествия.
9. Провести инструктаж с участниками группы о профилактике заболеваний в походе.
10. Во время тренировочных походов следить за соблюдением санитарно-гигиенических норм.

В походе:

1. Следить за состоянием здоровья участников.
  2. При необходимости организовать осмотр участников на наличие клещей.
  3. Следить за соблюдением санитарно-гигиенических норм: мытьем рук, умыванием, состоянием ног, чистотой посуды, при приготовлении пищи.
  4. Следить за хранением продуктов.
  5. Следить за сохранностью аптечки.
  6. Своевременно пополнять аптечку.
  7. Проверять чистоту питьевой воды.
  8. Докладывать руководителю обо всех случаях заболеваний и под контролем руководителя оказывать медицинскую помощь
- НЕЛЬЗЯ БЕЗ ВЕДОМА РУКОВОДИТЕЛЯ ВЫДАВАТЬ ЛЕКАРСТВА!**

После похода:

1. Составить для отчёта список аптечки с рекомендациями по ее составу и использованию, отчет о заболеваниях и применении лекарств.
2. Сдать руководителю остатки мед. аптечки.

## 9. ОБЯЗАННОСТИ ГЛАВНОГО КРАЕВЕДА

До похода:

1. Познакомиться по литературе с краеведческими возможностями района похода (экскурсионные объекты, памятники природы, интересные личности и т.д.).
2. Совместно с командиром распределить среди участников обязанности по краеведческим темам.
3. Обеспечить изучение краеведческих тем, контролировать накопление материала.
4. Навести справки о работе музеев, при необходимости совместно с руководителем заранее договориться о встречах с людьми, заказать экскурсии.
5. Провести консультации для участников.

В походе:

1. Помогать краеведам собирать дополнительный краеведческий материал.
2. Организовать знакомство группы с имеющейся информацией по различным темам.
3. Организовать знакомство всей группы с краеведческими особенностями похода.
4. При наличии краеведческого задания организовать работу группы по его выполнению.

После похода:

1. Составить для отчета список использованной литературы.
2. Редактировать, дополнить краеведческий материал.
3. Готовый краеведческий материал сдать в отчет.

## 10. ОБЯЗАННОСТИ КРАЕВЕДА ПО ТЕМЕ (ботаник, зоолог, историк и т.п.)

До похода:

1. Познакомиться по литературе со своей краеведческой темой.
2. Сделать выписки по своей теме.

В походе:

1. Собирать дополнительный краеведческий материал по своей теме в музеях, при опросах населения и т.п.
2. Знакомить группу с имеющейся информацией по своей теме.

После похода:

1. Сдать главному краеведу в отчет список использованной литературы и собранный материал на редактирование.
2. При необходимости доработать свой краеведческий материал.

## 11. ОБЯЗАННОСТИ КАЗНАЧЕЯ

До похода:

1. Участвовать в составлении сметы похода.
2. Организовать сбор денег на поход и оформление ведомости родительских взносов.
3. Вести записи выданных денег на закупки, вести ведомость закупленных продуктов и снаряжения.

В походе:

1. Вести записи затраченных денег во время похода.
2. Знать количество оставшихся денег.

После похода:

1. Составить для отчета смету расходов в походе по разделам: транспортные, питание, снаряжение, хозяйственные, почтовые и др.
2. Дать рекомендации по оптимизации сметы.
3. Вести учет оставшимся деньгам.

## 12. ОБЯЗАННОСТИ ОТВЕТСТВЕННОГО ЗА ПРИМУСА

До похода:

1. Составить и согласовать список примусного хозяйства.
2. Собрать примусное хозяйство.
3. Проверить надёжность работы примусов, паяльных ламп, герметичность канистр.
4. Провести с участниками группы инструктаж по работе с примусами.
5. Обеспечить упаковку и транспортировку примусного хозяйства.
6. Уметь ремонтировать примуса, паяльные лампы и т.п.

В походе:

1. Обеспечить и контролировать работу с примусами дежурных бригад во время: заправки примусов бензином, разжигания примусов, изменения режима работы (отклонения режима), окончания работы с примусами.
2. Контролировать расход бензина.
3. Регулярно проводить профилактический осмотр примусов
4. Исправлять неполадки, поломки примусов.
5. Следить за сохранностью примусного хозяйства, бережным расходом бензина, сухого горючего, спичек.

После похода:

1. Оставшийся бензин слить из примусов и канистр, обжечь их.
2. Сдать на хранение примусное хозяйство.
3. Сдать в отчёт список примусного хозяйства и рекомендации по его использованию.

### 13. ОБЯЗАННОСТИ ГЛАВНОГО ФОТОГРАФА

До похода:

1. Определить количество фотоаппаратов, вид и количество пленки, необходимые запчасти (батарейки, аккумуляторы и т.д.).
2. Организовать проверку работы фотоаппаратов.
3. Распределить фотоаппараты и обязанности между фотографами.
4. Совместно с командиром, краеведом и штурманом (топографам) определить необходимые для съёмки виды, участки маршрутов, панорамы для технического описания.
5. Купить, зарядить и упаковать фотоматериалы.
6. Подготовить дневник съёмки.

В походе:

1. Фотографировать все необходимые виды, панорамы для технического описания.
2. Фотографировать краеведческие объекты.
3. Фотографировать бытовые сцены, участников похода.
4. Организовать работу фотографов.
5. Всегда иметь под рукой чистую плёнку, запасные батарейки, быть готовым всегда зарядить фотоаппарат.
6. Отснятые плёнки отметить и тщательно герметично упаковать.

**НЕ ДОПУСКАТЬ ПОРЧИ ФОТОМАТЕРИАЛОВ!**

После похода:

1. Отснятые плёнки проявить (самому или в мастерской).
2. Для ч/б плёнок напечатать контрольные отпечатки.
3. Цифровые фотографии перекинуть на компьютер, при необходимости отредактировать.
4. Совместно с командиром, топографами выбрать фотографии для тех.описания.
5. Организовать печатание фотографий для отчёта и для участников.
6. Бережно хранить негативы, слайды, создать в компьютере архив.

### 14. ОБЯЗАННОСТИ МЕТЕОРОЛОГА

До похода:

1. Познакомиться с климатическими условиями района похода.

2. Подготовить метеоприборы (термометр, барометр, анемометр).
3. Надёжно упаковать приборы.
4. Подготовить таблицу метеонаблюдений.
5. Познакомиться с признаками изменения погоды в районе путешествия.
6. Получить долгосрочный прогноз в Гидрометеоцентре на время похода.

В походе:

1. Трижды в день вести наблюдения за погодой и заносить их в таблицу.
2. На основе наблюдений и местных признаков изменения погоды составлять прогноз на следующий день.
3. Проводить опрос местного населения о признаках изменения погоды в данной местности.
4. Отобрать наиболее характерные признаки изменения погоды в данной местности.
5. Бережно обращаться с метеоприборами.

После похода:

1. Сдать в отчёт таблицу метеонаблюдений и список характерных признаков изменения погоды в данной местности.
2. Сдать метеоприборы.

## 15. ОБЯЗАННОСТИ РЕДАКТОРА ГАЗЕТЫ (ДНЕВНИКА) (ЛЕТОПИСЦА)

До похода:

1. Продумать содержание и порядок ведения дневника.
2. Составить список необходимых принадлежностей.
3. Купить бумагу для газет.
4. Расчертить рамки в газетах.
5. Собрать газетный набор, упаковать его.
6. Узнать у командира график выпуска газет.

В походе:

1. Организовать ведение дневника.
2. Собирать у участников впечатления, рисунки, сочиненные стихи и т.д.
3. Своевременно выдавать листы и набор.
4. Контролировать своевременность выпуска газет.
5. Собирать готовые газеты и обеспечить их сохранность.

После похода:

1. Провести необходимую доделку и оформление дневника.
2. Раздать недоделанные газеты и собрать их для переплёта.
3. В отчёт о походе сдать список набора и график, написать рекомендации.

## 16. ОБЯЗАННОСТИ ФИЗОРГА

До похода:

1. Подготовить комплексы утренней зарядки в соответствии со спецификой похода, климатическими условиями.
2. Подготовить спортивный инвентарь.
3. Запланировать спортивные мероприятия.

В походе:

1. Проводить утреннюю зарядку.
2. Организовывать и проводить спортивные мероприятия.

## 17. ОБЯЗАННОСТИ КУЛЬТОРГА

До похода:

1. Подготовить игры и способы организации досуга в поезде, на привале, на случай плохой погоды.
2. Подготовить необходимый инвентарь.
3. Запланировать мероприятия.
4. Подобрать и выучить песни, материал о бардах.
5. По возможности обучиться игре на гитаре.

В походе:

1. Проводить игры, конкурсы, викторины.
2. Организовывать и проводить вечера туристской песни.

### КОМПЛЕКС № 5

1. И. п.— основная стойка, флажки вниз.  
1—флажки в стороны; 2—флажки вверх;  
3 —флажки в стороны; 4 —исходное положение. (6-7раз)
2. И. п.— стойка ноги на ширине плеч, флажки внизу.  
1—поворот вправо, флажки вправо; 2 —исходное положение. То же влево. (6 раз)
3. И. п. — сидя, ноги врозь, флажки у плеч.  
1 —2 — наклон вперед, коснуться палочками флажков как можно дальше вперед;  
3—4 —исходное положение. (6-7раз)
4. И. п.— стойка ноги на ширине ступни, флажки у плеч.  
1—2 — присесть, флажки вперед;  
3—4 —исходное положение (6-7раз)
5. И. п. — основная стойка, флажки вниз.  
1 — прыжком ноги врозь, флажки в стороны;  
2 —прыжком вернуться в исходное положение, 8 прыжков, затем пауза и повторить 2 раза.  
Выполняется под счет воспитателя в среднем темпе.
6. И. п. — основная стойка флажки вниз.  
1 — шаг правой ногой вправо, флажки в стороны;  
2 —исходное положение. То же левой ногой. (6 раз)

### МАРШРУТ №6

#### «Сундук с сюрпризом»

#### Задачи:

- развивать физические качества при передвижении через переправу, приставным шагом боком;
- формировать умение правильно выполнять ОВД: ползание по-пластунски, прыжки через препятствие на маятнике;
- формировать коммуникативные навыки межличностного взаимодействия на примере работы в команде;
- способствовать овладению подвижным играм с правилами.

#### Предварительная работа:

**Оборудование:** Маршрутная карта, рюкзак, пазлы, туристское снаряжение

- Маршрутный лист:** 1.Центральная площадка у входа  
 2. Параллельная переправа  
 3.Паутина  
 4. Маятник  
 5.Спортивная площадка  
 6.Костровое место

**Вариант мотивации:** около Забивака лежит рюкзак, маршрутная карта и послание. Забивака прошел туристский маршрут, на каждой станции для ребят он оставил фрагмент пазла.

**Детская цель:** Пройти маршрут, собрать все фрагменты и найти сюрприз, который оставил для ребят Забивака.

Содержание ОД	Форма двигательной активности	Перспектива самостоятельной активности (в группе, на площадке, с родителями и сверстниками)
<p>1.Центральная площадка у входа</p> <p><i>-«Ребята, я прошел интересный туристский маршрут. На каждой станции для вас я оставил фрагмент пазла. В этот рюкзак я собрал снаряжение, которое вам сегодня пригодится. Соберите все части и узнаете, где я оставил для вас сюрприз!»</i></p> <p><i>-Вот это да! Пойдем? (Распределение должностей).</i> Звучит музыка</p> <p>Разминка</p> <p>(Имя) у нас сегодня топограф. Расскажи ребятам наш маршрут. А почему ты так решил? Ребята, а вы как думаете?</p> <p>Тогда в путь.</p>	<p>Построение друг за другом.</p> <p>Разновидность ходьбы, бега, прыжков.</p> <p>Построение и перестроение.</p> <p>Общеразвивающие упражнения комплекс №6</p>	<p>Беседа «Что такое карта».</p> <p>Игра-исследование «Что такое карта»</p> <p>Соревновательная игра «Кто быстрее прочитает карту»</p> <p>Мультимедийные презентации: Подружись с картой»;</p> <p>Беседа: «О туризме и туристах».</p> <p>Туристская викторина «Поляна загадок»</p>
<p>2. Параллельная переправа</p> <p>(Имя) каким способом можно передвигаться по параллельной переправе. (Ответ)</p> <p>(Имя) будет ответственным за фрагменты пазла.</p>	<p>Передвижение боком, приставным шагом. (Способ скольжения)</p>	<p>День здоровья «Ох и Ах идут в поход» (Познакомить с правилами поведения на туристической тропе)</p> <p>Туристический слет с участием родителей (Демонстрация туристских знаний и навыков детей, обмен опытом семейного активного отдыха)</p> <p>Конкурс «Туристская семья»</p>
<p>3.Паутина</p> <p>-А вот еще одно препятствие на нашем пути.</p> <p>Сегодня «Паутину» мы будем преодолевать необычным способом.</p>	<p>Переползание под паутиной попластунски.</p>	<p>Конкурс «Туристская семья»</p>

<p>(На каждом этапе находится фрагмент пазла).</p> <p>Ребята, что же нарисовано на карте? Куда дальше держим путь?</p>		
<p>4. Маятник</p> <p>-Ребята, задание на этом пункте нам знакомо. Кто может показать, как правильно переправляться?</p> <p>-Следующий этап в каком направлении?</p>	<p>Переправа методом «вертикальный маятник»</p>	
<p>5. Спортивная площадка</p> <p>(На площадке лежат туристское оборудование, мячи, обручи и тд).</p> <p>-Я знаю одну очень интересную игру! Поиграем?</p> <p>-Сколько у нас фрагментов? Что же получилось? (Костер). Кто догадался, где оставил Забивака для нас сюрприз?</p> <p>Тогда вперед!</p>	<p>Эстафета: «Что в походе пригодится»</p>	
<p>6. Костровое место.</p> <p>(На костровом месте стоит сундук, в нем лежит сюрприз).(Компас)</p> <p>-Ребята, что же это такое? А для чего? А кто знает, как определить где север, а где юг?</p> <p>-Посмотрите, а здесь и инструкция от Забивака . Кто хочет научиться работать с компасом?</p> <p>-Какие были трудности? Как с ними справлялись ?</p> <p><b>РИТУАЛ ЗАВЕРШЕНИЯ.</b></p> <p>Кто считает, что мы здорово провели время, давайте свои «пятерочки»! (ладошки)</p>	<p>Определение сторон света по компасу.</p>	

**Дополнительные материалы. Маршрут №6**

Эстафета: «Что в походе пригодится». Дети строятся в 2 команды от линии старта. Около каждой команды лежит рюкзак. На противоположной стороне в обруче лежат туристские принадлежности (фонарик, термос, спальник и т.д.) и игрушки, школьные принадлежности и т.д. По сигналу первый участник добегают до обруча, берет туристский предмет возвращается в свою команду (кладет туристский предмет в рюкзак), передает эстафету хлопком ладони и становится в конец колонну. И так каждый участник.

## КОМПЛЕКС № 6

1. И. п. — основная стойка, флажки в согнутых руках.  
1 — флажки вперед; 2 — флажки назад;  
3 — флажки вперед; 4 — исходное положение. (6-7раз)
  2. И. п.— основная стойка, флажки в согнутых руках  
1 — шаг правой ногой вправо,  
2 — флажки вынести вперед;  
3 — выпрямиться;  
4 — исходное положение. То же влево. (6 раз)
  3. И. п. — стойка ноги на ширине плеч, флажки за спиной.  
1 — поворот туловища вправо, флажки в стороны;  
2 — вернуться в исходное положение. То же влево. (6 раз)
  4. И. п.—лежа на животе, флажки в прямых руках перед собой.  
1-2 — прогнуться, флажки вперед-вверх;  
3—4 — вернуться в исходное положение. (6-7раз)
  5. И. п.— основная стойка, флажки в согнутых руках.  
1—2 — присесть, флажки вынести вперед;  
3—4 — вернуться в исходное положение. (6-7раз)
  6. И. п.— стоя, ноги вместе, флажки у груди.  
8 прыжков, затем пауза и повторить 2 раза.
- Выполняется под счет воспитателя в среднем темпе.

## МАРШРУТ №7

### «Туристские правила»

#### Задачи:

- Способствовать становлению целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере через ходьбу и ползание;
- формировать простейшие туристические навыки;
- отрабатывать навыки правильного и безопасного поведения в природе;
- отрабатывать навыки ориентировки в пространстве, ловкость, быстроту.

**Предварительная работа:** изучение правил передвижения в походе.

**Оборудование:** маршрутная карта, мешочки с песком, карточки с изображением правил поведения и передвижения, «Веселый рюкзачок».

**Маршрутный лист:** 1.Игровая площадка.

2. Ступени над пропастью
3. Болото
4. Кольца
- 5.Паутина

**Вариант мотивации:** От Забиваки пришло приглашение, пройти квест и на станциях собрать туристские правила, и сделать стенгазету «Волшебные правила».

**Детская цель:** пройти поход и узнать туристские правила.

Содержание ОД	Форма двигательной активности	Перспектива самостоятельной активности
1. Спортивная площадка		



<p>-Ребята Забивака предлагает юным туристам интересный квест! Пройдя его вы узнаете волшебные правила! Может кто-то из вас уже знает какие-нибудь правила? Расскажите!</p> <p>- (имя) ты у нас сегодня руководитель похода, распредели обязанности! (Распределение обязанностей, изучение карты, обсуждение маршрута).</p> <p>-Молодцы! Готовы? В путь!</p> <p>Во время следования от одного пункта до другого ребята разучивают речевку туриста:</p> <p>- Кто шагает с рюкзаком?</p> <p>- Мы туристы!</p> <p>- Кто со скукой не знаком?</p> <p>- Мы туристы!</p> <p>- Эй, ребята, тверже шаг!</p> <p>- Что турист берет в дорогу?</p> <p>- Песню, ложку и рюкзак!</p>	<p>Построение в колонну по одному. Разновидность ходьбы и бега.</p> <p>Прыжки на двух ногах.</p> <p>Перестроение тройками.</p> <p>ОРУ без предметов. (Комплекс №7)</p>	<p>Беседа: правила передвижения в походе, основные правила в туризме!</p> <p>Рисунки : походные правила.</p> <p>Игра-эстафета: «Что в походе пригодится?»</p> <p>Эстафета «Не урони мяч»</p> <p>Игра на внимание: «Ребятишки не зевайте, кто здесь спрятался, угадайте!»</p> <p>Консультация для родителей: «Отправляемся в поход»</p> <p>Конкурс рисунка «мы туристы».</p> <p>Беседа с детьми «Что такое туризм, чем он отличается от путешествий?»</p>
<p>2. Ступени над пропастью</p> <p>Первое правило: «Направляющий, замыкающий, дистанция в походе».</p> <p>Педагог зачитывает правила.</p> <p>-А вот и первое препятствие! Друзья, как же мы будем проходить этот этап? (Варианты ответов детей).</p> <p>-Друзья, задание сложное будьте внимательны при прохождении этого этапа.</p> <p>(Карточку с изображением правил передвижения забирают с собой).</p>	<p>Ходьба по деревянным ступеням с мешочком на голове.</p>	<p>Выставка работ «На привале»</p> <p>Дидактические игры: «Нарисуй игрушки на листе бумаги», «Где план, а где рисунок?».</p> <p>Игра «Турист – следопыт»</p>

<p>3. Болото Второе правило: «Преодоление брода». Педагог зачитывает и показывает, как правильно преодолеть брод с дополнительной опорой.</p> <p>-Кто самый смелый? Кто пойдет первым? (Не забываем правила передвижения).</p> <p>-Не пора ли посмотреть на карту? (Обсуждение дальнейшего маршрута).</p>	<p>Передвижение с использованием дополнительной опоры (жерди)</p>	<p>Игра: «Подумай и отгадай»</p> <p>Подвижная игра: «Туристские препятствия»</p>
<p>4. Кольца Третье правило: Один за всех и все за одного или каждый сам за себя? -Ребята нам здесь предстоит сделать выбор! А почему вы так решили?</p> <p>-А что получилось, если бы вы выбрали «Каждый сам за себя»? (Варианты ответов детей).</p> <p>-Тогда в путь, дальше покорять горные вершины. А какой у нас девиз ...Один за всех и все за одного!</p>	<p>Перешагивание в парах</p>	<p>Игра- драматизация: «Как зверушки лес спасали»</p> <p>Игры: «Ниточка – иголочка» «Туристические препятствия»</p> <p>Сюжетно-ролевая игра «Туристическое агентство»</p>
<p>5.Паутина Четвертое правило: «Мусор в природе». Педагог рассказывает правила. -Ребята, разве это все правила в туризме? Кто знает еще правила? (Педагог из конверта достает изображения с правилами).</p> <p>-Ребята у нас в Веселом рюкзаке есть ватман и клей! Что мы можем сделать? (Варианты ответов детей) . Изготовление стенгазеты.</p> <p>Ритуал завершения. Педагог протягивает свою руку, ладонью вверх и говорит: «Один за всех...» Дети по очереди кладут свои руки ладонью вниз, на руку педагога и хором говорят: «И все за одного!» Затем, руки вскидываются вверх с возгласом «Ура !!!»</p>	<p>Чередование способом переползания</p>	

### Дополнительные материалы. Маршрут №7.

#### 1. Эстафета «Подумай и отгадай»

Цель: учить детей различать туристическое снаряжение (аптечка, предметы туризма, походный инвентарь) .

Ход: детям предлагают иллюстрации с изображением туриста с рюкзаком, различными предметами туризма, туристического снаряжения, туристического инвентаря. Из этого многообразия выбрать те, которые могут пригодиться в походе. Выигрывает тот, кто безошибочно справляется с заданием.

**Под.игра:** «Туристские препятствия» 1.Прыжки из обруча в обруч (расстояние между обручами — 30 см) — «кочки». 2.Пролезание в последний обруч способом снизу вверх — «между веток». 3.Бег по прямой до флажка (10 м). 4.Бег в обратном направлении змейкой между обручами — «кусты».

### **Игры:**

**«Ниточка – иголочка»** Дети идут(бегут) в колонне по одному за воспитателем и по сигналу выполняют разнообразные задания: бег змейкой между деревьями, ходьба и бег по бревну, прыжки с пенька, подлезание под ветками и т. п.

### **«Туристские препятствия»**

1. «Кочки»- прыжки из обруча в обруч (расстояние между обручами-30см).
2. «Между веток» - пролезание в обруч способом снизу вверх.
3. Бег по прямой до флажка(10м).
4. «Через кусты»- бег в обратном направлении змейкой между обручами

### **КОМПЛЕКС № 7**

- 1.И.п. – стоя ноги на ширине ступни, флажки внизу.  
1-флажки в стороны. 2-флажки вверх, палочки скрестить.  
3-флажки в стороны. 4-вернуться в исходное положение. (6-7раз)
- 2.И.п. – стоя ноги на ширине плеч, флажки внизу  
1-поворот вправо (влево), флажки в стороны.  
2-выпрямиться, вернуться в исходное положение (по 3 раза)
- 3.И.п. – стоя ноги на ширине плеч, флажки внизу.  
1-наклон вперед, флажки в стороны. 2-флажки скрестить перед собой.  
3-флажки в стороны. 4-выпрямиться, вернуться в исходное положение. (6-7раз)
- 4.И. п.— лежа на животе, флажки в прямых руках перед собой.  
1-2 — прогнуться, флажки вперед-вверх;  
3-4 — вернуться в исходное положение. (6-7раз)
- 5.И.п. – стоя ноги на ширине ступни, флажки внизу.  
1-2-присесть, флажки вынести вперед.  
3-4-вернуться в исходное положение. (6-7раз)
- 6.И.п. – стоя ноги слегка расставлены, флажки внизу.  
Прыжки на двух ногах на месте с небольшой паузой

---

Данный продукт находится в стадии технической корректировки.  
Примерная дата выхода готового продукта – 20 февраля 2021 года.