Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад «Улыбка» п.Суксун

Эколого - оздоровительный поход

**«Осень на опушке** **краски разводила»**

с детьми подготовительной группы.

Бабушкина Татьяна Сергеевна

Инструктор по физической культуре

первой квалификационной категории.

26.10.2018

Задачи:

1. Приобщать детей к основам здорового образа жизни;
2. Закрепить знания о приметах осени;
3. Формировать умение устанавливать причинно- следственную связь между наблюдаемыми предметами;
4. Развивать навыки двигательной активности;
5. Продолжать учить технике дыхания при ходьбе;
6. Развивать внимание, наблюдательность, двигательную память;
7. Воспитывать любовь к родной природе.

Оборудование: Красные флажки, шпагат, эмблемы дерева и куста.

Снаряжение: личное (рюкзак, одежда, обувь), общественное (аптечка, запас воды)

Предварительная работа: подготовить схему маршрута, указать местонахождение остановок.

Участники похода: дети, воспитатель, инструктор по физической культуре.

**Организация эколого – оздоровительного похода**

**1.Подготовка к походу.**

Воспитатель проводит беседы в соответствии с порядком организации и сезоном.

**2. Организация похода.**

Воспитатель осуществляет действия в соответствии с алгоритмом организации похода.

**3. Содержание эколого – оздоровительного похода.**

Инструктор по физической культуре ведет участников похода в парк, показывая различные виды ходьбы:

- ходьба обычная в умеренном темпе

- ходьба в полуприседе

- ходьба с перекатом с пятки на носок

- ходьба с задержкой на носке («петушиный шаг»)

**1-я остановка «Осень в парке»**

Инструктор по физкультуре: Мы вошли в парк. Перед нами предстает осенняя природа во всей своей красоте. Осень – золотая пора. Посмотрите на наш парк: как он красив! Цвет листвы с каждым днем меняется. Многие из вас ходят в детский сад через этот парк и наверняка уже заметили, что растения изменяют свою окраску.

Осень.

Осень на опушке краски разводила,

По листве тихонько кистью проводила.

Пожелтел орешник, и зарделись клены,

В пурпуре осеннем дуб некогда зеленый.

Утешает осень: не жалейте лета,

Посмотрите, роща золотом одета! (З. Федоровская)

Дети повторяют стихотворение и инструктор предлагает детям составить орнамент из листьев.

Творческая деятельность «Орнамент из листьев»

**2-я остановка «Деревья и кустарники в парке»**

Интеллектуальная игра «Знатоки деревьев»

- Какие деревья вы знаете?

- Какие деревья называются лиственными, хвойными?

- Назовите деревья, кустарники в парке?

- Что общего у всех деревьев?

- Какие кустарники вы знаете?

- Чем отличается кустарник от дерева?

- Чем питаются деревья и кустарники?

- Какую пользу они приносят?

**3-я остановка «Полезная гимнастика»**

Динамическое упражнение «Листочки»

Мы листочки осенние,

На ветках мы сидим.

Дунул ветер – полетели.

Мы летели, мы летели

И на землю тихо сели.

Ветер снова набежал

И листочки все поднял

Закружились, полетели

И на землю снова сели.

Подвижные игры « К названному дереву – беги», «Осенние листочки», «Паук».

Дыхательные упражнения «Часики», «Дровосек».

**4-я остановка «Осенняя лужайка»**

Загадки

Дождик с самого утра,

Птицам в дальний путь пора.

Громко ветер завывает.

Это все когда бывает?(осенью)

Слетают с ветки золотые монетки. (осенние листочки)

Летом вырастают, а осенью опадают. (листья)

Воспитатель просит вспомнить стихи об осени, задает вопросы:

- Какие периоды бывают у осени?

- Назовите осенние месяцы?

- Какой месяц сейчас идет?

Инструктор по физ.культуре: Сейчас октябрь, месяц хмурый, мокрый. Его еще называют «листопадом». Октябрь – очень капризный месяц. За день погода может поменяться несколько раз. Все приметы осени были когда-то подмечены народом в результате постоянных наблюдений за жизнью природы. Давайте вспомним народные приметы: поздний листопад к продолжительной сухой зиме; сухие листья шуршат на деревьях к суровой продолжительной зиме; паутина стелется по растениям к теплу; перед непогодой пауки сами уничтожают сотканную ими паутину и забираются в щели.

А теперь мы как пауки сделаем «паутину» из шпагата и будем проходить ее чтобы не запутаться.

Возвращаться в детский сад легким бегом в колонне. Перед детским садом замедлить ходьбу и выполнить дыхательные упражнения.

**4. Подведение итогов похода.**

В группе воспитатель просит детей и родителей изготовить поделки из природного материала для выставки «Золотая осень»