Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

«Суксунский детский сад Улыбка» корпус №1

**Туристический квест «Слет туристов»**

для родителей и детей дошкольного возраста

в рамках работы «Школа любящих родителей»

Воспитатель

первой квалификационной категории

Бабушкина Татьяна Сергеевна

Инструктор по физической культуре

Шарова Татьяна Владимировна

Июль 2021г.

Цель: Формировать стремления детей и к здоровому образу жизни.

Изучить и закрепить основные навыки туризма, навыки поведения в чрезвычайной ситуации. Создать условия для сплочения семейного коллектива. Воспитывать любовь к природе.

Задачи:

1. Способствовать освоению простейшими туристическими умениями и навыками: совершать пеший поход, двигаться в колонне по одному по установленной дистанции; выполнять технически грамотно разнообразные несложные препятствия.

2. Совершенствовать двигательные способности, направленные на укрепления здоровья, развивать выносливость организма.

3. Воспитывать бережное отношение к природе родного края и дружелюбные взаимоотношения между детьми и взрослыми.

4. Вызвать положительный эмоционально - психологический настрой и получить запас бодрости.

**Ход мероприятия:**

Торжественное открытие и приветствие всех участников туристического квеста.

Воспитатель:

- Здравствуйте туристы! Сегодня мы с вами отправимся в туристический поход.

Туристы - это сильные, выносливые, неунывающие люди, которые не боятся трудностей, многое умеют. Чтобы познать необъятные просторы родного края, они много путешествуют.

**Инструктор по ФК:**

- Ребята, а вы знаете, что у туристов есть клятва (запреты, что нельзя делать в лесу). Давайте вместе вспомним и произнесем клятву туриста.

**Клятва туриста**.(стенгазета)

" На природе ничего не ломать, не рвать просто так;

" Для костра собирать только сухостой;

" Не рвать цветы в большие букеты;

" Не делать надписей на деревьях;

" Не отходить без разрешения взрослых на маршруте или стоянке *(привале)*

" Не брать в рот незнакомые растения;

" Не пить воду из незнакомых источников;

" Не купаться без разрешения взрослых;

" Не обижать насекомых и животные»

КЛЯНУСЬ! КЛЯНУСЬ!

**Инструктор по ФК:**

-А для того чтоб нам пройти испытания надо размяться.

**Разминка *«Мы туристы»*.**

Ходьба на месте.

**1. "Наденем рюкзак"**

и. п.: Узкая стойка, ноги врозь;

1 - руки согнуты к плечам;

2-3 - круговые вращения назад;

4 - опустить *(6-8 раз)*

**2. "Определим погоду"**

и. п.: Для ног тоже, руки на поясе;

1 - правую руку согнуть в локте поднести ко лбу (туристы смотрят на небо, повернуться на право;

2 - и. п.

3 - тоже в левую сторону;

4 - вернуться в и. п. *(по 4 раза в каждую сторону)*.

**3."Прогнись"**

И. п.; Ноги - осн. стойка, руки на поясе;

1 - Правую руку поднять вверх, левую ногу отставить на носок назад, прогнуться.

2 - вернуться в. и. п.

3 - то же другой рукой и ногой;

4 - вернуться в и. п.

**4. "Собери ветки" *(для костра)***

и. п.: ноги на ширине плеч, руки опущены

1 - наклониться к полу.

2 - выпрямиться *(6-8 раз)*

**5. "Выпады вперед"**

И. п.: о. с, руки на поясе;

В.: 1 - выпад вперед правой ногой, ладони рук положить на колено;

2 - вернуться в и. п. ;

3 - то же левой ногой.

**6. "Перепрыгни кочку"**

И. п.: узкая стойка ноги врозь, руки на поясе.

Прыжки на двух ногах с поворотом на 180 градусов *(во время поворота руки помогают движению)* *(по 2 раза)*.

**7. Дыхательная гимнастика.**

*«Раздуй костер»*

1- Вдох через нос.

2- Выдох через рот.

Воспитатель: Молодцы **туристы**. Вот мы размялись, можно начинать наш поход.

- Ребята, а вы знаете, что у туриста есть карта, на которой отмечается путь по которому пойдет турист и места привалов (отдыха).



- Посмотрите, какая у нас карта. А что на ней отмечено? (путь, привалы, начало и конец путешествия). А где мы сейчас находимся? ( Около флажка на цифре 1). На каждом привале нас ждет интересное задание и загадка- помощница, она подскажет куда дальше идти. Слушайте первую загадку.

**1 загадка**

Сто один брат-все в один ряд, вместе связаны стоят!

Наш участок ограждают! Нас с вами защищают!

(Забор)

Дети с родителями бегут к забору .

Воспитатель:

- Ребята, обратите внимание на карту, где мы с вами находимся? (показ детей место остановки 2)

- Мальчики, вы согласны со мной, что на карте показаны сборы в поход? (ответы детей)

**Инструктор по ФК:**

- Девочки, подскажите, что такое лежит у забора? (рюкзак)

- Для чего он нужен? (Ответы детей)

-Ребята, вы мне поможете собрать рюкзак в поход? Что понадобиться с собой?

**Задание «Собери рюкзак»**

- Наша с вами задача - собрать предметы, которые понадобятся в походе.

Дети строятся в 2колонны и собирают предметы, которые понадобятся в походе. (карта, палатка, компас и т.д.)

- Молодцы, справились. Слушайте вторую загадку.

**2 загадка**

От земли ты оттолкнись,

Быстро к небу поднимись.

Вверх взмывают выше ели

Наши детские…

**(Качели)**

**Все смотрят карту.**

**Инструктор по ФК:**

**- Перед нами гора, наша задача осторожно подняться и спуститься.**

**Задание «Подъем - спуск»**

- Ребята, перед тем как спуститься, нам нужно надеть специальное туристическое снаряжение. Показ инструктора по ФК.

Взрослые и дети отлично справились с заданием, слушайте следующую загадку.

**3 загадка**

Заезжает к нам машина –

Половинки разойдутся.

А задвижку кто накинет –

В одно целое сойдутся!

(Ворота)

Воспитатель:

-Ребята, посмотрите, сколько дров лежит на пути. Нам они пригодятся? (да)

- Для чего нужны дрова? (ответы детей)

-Правильно, можно сделать костер. Посмотрите, сколько разных костров бывает.

Хотите попробовать собрать костер. (да) Родители вам помогут собрать правильно костер.

**Задание «Собери костер»**

Дети с родителями бегут к воротам и собирают разные виды костров (представлены картинки с разными видами костров).

- Взрослые и дети справились с заданием замечательно. Следующая загадка укажет нам место стоянки нашего туристического слета.

**4 загадка**

Мы варим каши, супчики, мы лепим куличи!

И даже мальчик с чубчиком, состряпал пирожки!

Покормим кукол, зайчиков, а нам совсем не хочется.

Ведь наше заведение не кухня, а?

(Песочница)

Воспитатель:

- Вот мы с вами дошли до привала. Давайте вспомним, как мы прошли этот путь? (ответы детей)

- Костер собрали, а на костре, что готовят? ( ответы детей)

**Игра «Собери суп»**

- В чем будем суп варить?

На привале нам помог:

Суп варил, картошку пек.

Для похода он хорош,

Да с собой не понесешь..

(котелок)

Дети строятся в 2 колонны и по очереди бегут до линии, где лежат овощи и фрукты, берут один овощ и кладут в котелок.

Пока дети играют, взрослые накрывают стол. Затем все вместе пьют чай и поют песни под гитару с Сергеем Подборновым.

После чаепития на свежем воздухе дети и взрослые убирают место привала и отправляются домой.