Частное образовательное учреждение
«Детский сад № 230 открытого акционерного общества
«Российские железные дороги»

Физкультурный досуг

«Пешая прогулка на берег Байкала» с участием родителей

Старший дошкольный возраст

Составил: Санданова Т.П.,

инструктор по физической культуре

2022 г.

Цель: Формирование у детей ценностей здорового образа жизни путём проведения совместно с родителями туристических прогулок - походов.

Задачи

Оздоровительные:

Содействовать укреплению правильной осанки у детей.

Обеспечивать тренировку правильного носового дыхания.

Обогащать двигательный опыт детей.

Развивающие:

Совершенствовать спортивные и двигательные умения и навыки, развивать ловкость, быстроту, выносливость.

Воспитательные:

1. Воспитывать любовь к окружающей природе, способствовать созданию благоприятного микроклимата и доверительных отношений между взрослыми и детьми, родителями и педагогами.

Предварительная работа:

1. Беседы об озере Байкале, его растениях, животных.
2. Чтение стихотворений, рассказов, легенд, сказок о Байкале.
3. Рассматривание иллюстраций «Байкал»

Инструктор по ф/к: Здравствуйте, ребята! Мы сегодня с вами отправимся в путешествие, а куда, вы узнаете тогда, когда отгадаете загадку.

В мире озеро есть такое,
Где вода в нём чиста и прозрачна.
Называем мы озеро – морем, Называем его мы (Байкалом)

I часть. Построение в шеренгу.

Инструктор: Равняйсь, смирно. Осмотр детей, беседа о передвижении.

Инструктор: Путь наш будет легкий и интересный. Все готовы?

Выход за территорию детского сада, в сопровождении родителей. Дети, родители и педагоги отправляются в путь. В ходе движения родители помогают детям соблюдать правила поведения. Движение проходит по разработанному плану маршруту, в ходе движения участники беседуют об окружающей природе.
Остановка, привал, закрепление правил безопасности на местности.

II часть.

Инструктор: Ну, вот и дошли до озера, а воздух свежий, сделайте глубокий вдох. Он благотворно влияет на наш организм, мы наполнимся силой и духом Байкала. Мы с вами на берегу озера Байкал. Слышите, как шумят волны? Байкал - это самое чистое, глубокое озеро в мире. Самое древнее. Вода в нём прозрачная. В нём обитают эндемики, такие как байкальская

нерпа, губка, голомянка. Для охраны создаются специальные территории. Борются с загрязнениями экологи, туристы, специальные организации. Байкал необходимо сохранить ведь это наша гордость. Вы наверно знаете, что Байкал населяет огромное количество различных рыб.

Инструктор по ф/к: А, сейчас проверим, узнаете ли вы рыб, о которых я загадаю загадки.

Загадки о рыбах:
Серебрист, подвижен, гибок,
Он вкуснее многих рыбок
Начинается на О (омуль)
Бледно-розова, нежна
Студёна вода нужна
А на солнце рыбка тает,
Рыбьим жиром истекает (голомянка)
Серебрист, подвижен, гибок,
Он вкуснее многих рыбок
Даёт ухе особый вкус
Байкальский (хариус)
Опасней всех она
Хитра, прожорлива, сильна
Притом, такая злюка
Конечно, это… (щука)
Молодцы ребята, всех рыб отгадали!

На разминку становись. ОРУ совместно с родителями.

Основные движения: Игровые упражнения на тренажерах. Родители помогают соблюдать безопасность во время игр.

Подвижные игры «Удочка», «Караси и щука», «Рыбы, грибы, ягоды, цветы»

Игра «Очистим берег»

Посмотрите, ребята, сколько мусора на берегу Байкала. Как вы думаете, что нам надо сделать, чтобы этот мусор не попал в озеро? (ответы детей).
Дети вместе с родителями собирают мусор в мешки для мусора.
Молодцы, ребята, вы так быстро и дружно убрали весь мусор на берегу. Если каждый из нас, дети и взрослые будут охранять природу, любить её, соблюдать правила поведения на природе, то тогда нам природа будет благодарна.

III часть. Дыхательные упражнения **«Звуки природы»** (Построение врассыпную)

Инструктор по ф/к: Тот, кто хоть раз побывал на Байкале, запомнит его навсегда. Он дарит людям радость общения с прекрасной сибирской природой. Давайте будем беречь голубую жемчужину с названием Байкал.
Вот и закончилось наше путешествие. Я думаю, что вы будете помогать беречь, охранять природу, а сейчас пришло время прощаться с озером и возвращаться из путешествия в детский сад.
Возвращение в детский сад по разработанному плану маршруту.