

# 25

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Средняя общеобразовательная школа № 25»

## Образовательный терренкур с элементами экспериментирования «Путешествуем и познаем»



Разработала:  
Роева О.Н., воспитатель  
Реализовывали:  
воспитанники старшей группы № 13

Бийск, 2024

## Образовательный терренкур с элементами экспериментирования «Путешествуем и познаём»

**Цель:** Создание положительного эмоционально-психологического настроения, получение запаса бодрости. Расширение представления природе Алтайского края.

**Задачи:**

- Совершенствовать двигательные способности детей, направленные на укрепление здоровья.
- Закреплять знания о пользе прогулок.
- Формировать представления о влиянии окружающей среды на организм человека, о том, что в природе всё взаимосвязано.
- Развивать быстроту, ловкость, внимание во время ходьбы, в прыжках, в подвижных играх.
- Развивать наблюдательность, мышление, слуховое внимание, диалогическую речь.
- Закреплять умение ориентироваться в пространстве.
- Воспитывать бережное отношение к природе.

**Предварительная работа:** наблюдения на прогулке за живой и неживой природой; беседы: «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья», «Правила безопасного поведения на прогулке летом», «Овощи и фрукты – полезные продукты»; труд на участке и в огороде детского сада; экспериментирования с водой, с песком, с воздухом, с растениями.

**Оборудование:** рюкзак, карта территории детского сада, картинки-подсказки, картинки с изображением растений в «Волшебном сундуке», мыльные пузыри по количеству детей, бутылочка, стаканчик, платок, уголь, песок, загрязнённая и кипячёная вода, одноразовые стаканчики по количеству детей, деревянная палочка, лейки, кусочки овощей и фруктов, ложки для каждого ребёнка, антибактериальные салфетки, вода для мытья рук.

### Ход терренкура:

**Воспитатель:** Ребята, вы любите ходить на прогулку? *(Ответы детей)*

**Воспитатель:** Как вы думаете, полезны ли прогулки для здоровья? *(Ответы детей)*

**Воспитатель:** Я предлагаю вам отправиться в увлекательное путешествие и подтвердить, что прогулки полезны для здоровья. Как вы думаете, что нам поможет ориентироваться на местности?

**Дети:** Карта. (Если дети затрудняются, воспитатель помогает им ответить).

**Воспитатель:** Ещё нам помогут подсказки, которые мы найдём по карте. Куда мы отправимся сейчас, в карте отмечено цифрой 1.

*(Находят на карте спортивную площадку. Вместе с воспитателем дети проходят на спортивную площадку)*

### На спортивной площадке.

**Воспитатель:** Прежде, чем отправиться в путешествие, я предлагаю вам сделать разминку, подготовиться к долгому пути, стройтесь друг за другом, запоминайте, кто за кем стоял, потом становитесь враспынную на площадке.

И.п. Основная стойка (пятки вместе, носки врозь), руки вдоль туловища.

Шаг на месте.

Выше ноги! Стой, раз, два! (Ходьба на месте)

Плечи выше поднимаем, потом их опускаем. (Поднимать и опускать плечи)

Руки перед грудью ставим. И рывки мы выполняем. (Руки перед грудью, рывки руками.)

*(Каждое упражнение выполнить по 3 раза)*

И.п. Основная стойка, руки на пояс. Десять раз подпрыгнуть нужно, Скачем выше, скачем дружно! (Прыжки на месте.)  
Мы колени поднимаем -Шаг на месте выполняем. (Ходьба на месте.)  
От души мы потянулись, (Потягивания — руки вверх и в стороны.)  
И на место вновь вернулись. (2 минуты)

**Воспитатель:** Вы чувствуете бодрость в теле? (*Дети отвечают*) Как вы думаете, разминка на прогулке полезна для здоровья? Сейчас внимательно посмотрите на карту и вокруг и найдите на площадке картинку с изображением разминки (*на обратной стороне картинки буква «З»*) Это первая подсказка. Положим подсказку в рюкзак и отправимся дальше, но сначала мы слушаем звуки природы.

**Игровое упражнение: «Угадай звуки природы».**

Закройте глаза и прислушайтесь. Какие звуки природы вы услышали? (*Дети отвечают: пение птиц, дуновение ветра, шелест листьев и т.д.*)

**Воспитатель:** Молодцы! Вы умеете слушать звуки природы. В окружающей природе все заняты своим делом. Можно ли кому-то мешать и почему? (*Дети отвечают*)

**Воспитатель:** посмотрите на карту и найдите следующее место нашей остановки, оно отмечено цифрой 2.

**Дети находят на карте участок группы «Ладушки».**

**Воспитатель:** Отправляемся на этот участок по «Змейке», нарисованной на асфальте (ходьба), а потом по «Лесенке», шесть линий, нарисованных на асфальте на расстоянии друг от друга в тридцати сантиметрах (прыжки на двух ногах, руки на поясе).

**На участке группы «Ладушки».**

Вот мы на участке, отгадайте **загадку:**

Всем оно нам нравится,  
Без него мы плачемся  
А едва появится –  
Взгляд отводим, прячемся:  
Уж очень оно яркое  
И жаркое – прежаркое.  
(Солнце)

**Дети отгадывают загадку.**

**Воспитатель:** Найдите на участке теньевую и солнечную стороны и определите, на какой стороне участка предметы нагрелись больше. Объясните, почему?

Что может произойти, если очень долго находиться на солнце?

Какие правила нужно соблюдать во время прогулки в жаркий солнечный день, чтобы не нанести организму вред? (*Дети отвечают*)

**Воспитатель:** Найдите на участке с помощью карты картинку с изображением солнца (*на обратной стороне картинки буква «Д»*). Это вторая подсказка. Наш путь дальше найдите на карте под цифрой 3.

**Дети:** Мы идём на участок группы «Знайки».

**Ходьба** по «Спиральке», нарисованной на асфальте, приставляя пятку одной ноги к носку другой, спина ровная, руки в стороны.

**На участке проводится подвижная игра: «Мы весёлые ребята».**

**Ход игры:** Выбирается ловишка. Дети располагаются на одной стороне площадки, ловишка на средней части площадки. Дети говорят хором:

«Мы весёлые ребята, любим бегать и скакать,

Но попробуй нас поймать».

После этих слов все стараются перебежать на другую сторону площадки, а ловишка ловит их. Пойманные дети не играют 1 раз, а потом присоединяются к остальным.

Игра повторяется несколько раз (3 мин.).

**Воспитатель:** Подвижные игры на прогулке полезны для здоровья? Почему? (*Дети отвечают*). Найдите на участке с помощью карты картинку с изображением детей, играющих в подвижные игры. (На обратной стороне картинки буква «О»).

Отгадайте загадку:

Он нам нужен, чтоб дышать,  
Чтобы шарик надувать,  
Он нам нужен каждый час,  
Но невидим он для нас.

(Воздух)

Дети отгадывают загадку.

**Воспитатель:** Как вы думаете, постоянно ли нас окружает воздух?

**Ответы детей.**

**Воспитатель:** Чтобы в этом убедиться, помашите руками возле своего лица. Что вы чувствуете?

**Ответы детей.**

Лёгкий ветерок, который вы почувствовали и есть воздух.

Может ли человек жить без воздуха? (*Дети отвечают*)

Закройте нос и попробуйте не дышать. Трудно это сделать? Вы убедились, что человеку, как и всему живому на земле, необходим воздух. Скажите, полезны ли прогулки на свежем воздухе? (*Дети отвечают*)

А если воздух загрязнён, полезен он для здоровья? (*Дети отвечают*)

**Воспитатель:** с помощью карты на участке подсказку, где изображены пузыри с воздухом. (На обратной стороне картинки буква «Р»).

**Воспитатель:** Я предлагаю вам поиграть с мыльными пузырями и убедиться, что воздух всегда внутри нас.

**Игра с мыльными пузырями.**

Вам понравилось играть? (*Дети отвечают*)

**Игра «Угадай и назови».** Дети с воспитателем проходят на веранду группы «Знайки» и находят там «Волшебный сундук», на замке сундука загадка, если её отгадать, сундук откроется:

Весной веселит,  
Летом холодит,  
Осенью питает,  
Зимой согревает.

(Дерево)

Дети отгадывают загадку.

**Воспитатель:** Сейчас посмотрим, что же лежит в «Волшебном сундучке».

Дети по одному подходят к сундуку, вынимают из сундука по одной картинке, на которой нарисован листик дерева, растущего на участке или рядом с участком группы «Знайки», говорят название дерева. У нескольких детей могут быть одинаковые картинки.

**Воспитатель:** А, теперь найдите эти деревья на территории детского сада (растут близко к участку).

**Воспитатель:** Как вы думаете, почему на территории детского сада много деревьев?

**Ответы детей.**

**Воспитатель.** Да, деревья добавляют красоты и уюта и очищают воздух, поэтому надо бережно к ним относиться. Назовите деревья, которые растут в нашем крае, в нашем городе, на территории нашего детского сада? (*Дети отвечают*) Найдите на участке «Солнышко» с помощью карты картинку с изображением дерева. (С обратной стороны картинки буква «О»). Участок группы «Солнышко» расположен рядом с участком группы «Знайки».

## На участке группы «Солнышко».

**Воспитатель:** Отгадайте новую загадку:

Живую может быть и мёртвой,  
И жидкою и очень твёрдой...  
Таиться может в небесах  
И в глубине земли скрываться,  
И испаряться на глазах,  
И тут же снова появляться!

(Вода)

(Дети отвечают)

**Воспитатель:** Мы уже долго путешествуем, и уже всем хочется пить. А вы знаете, какие водоемы есть в нашем крае и нашем городе? (Дети отвечают: река Бия, река Катунь, озеро Яровое, озеро Малиновое) Скажите, можно ли пить из любого водоёма и почему?

**Воспитатель:** Воду из рек и озер пить нельзя, эта вода грязная, но её можно очистить. Для этого нам понадобится бутылочка, носовой платок, уголь, песок и неочищенная вода. На верхнюю часть бутылочки кладём, сложенный вчетверо, носовой платок, сверху кладём уголь, на уголь кладём песок, а сейчас заливаем неочищенную воду через получившийся фильтр в бутылочку. Вода очистилась. Можно ли её пить? Нет. Потому что в ней могут быть вредные микробы. Воду обязательно нужно прокипятить. Если вы на природе, это можно сделать на костре, соблюдая правила безопасности. Повторите, какие это правила. (Дети отвечают: аккуратно пользоваться спичками. Не находиться очень близко возле костра. Не держать над огнём пластмассовые, бумажные предметы, ткань. Обязательно тушить костёр перед уходом)

**Воспитатель:** Найдите с помощью карты картинку с нарисованным стаканом с водой (На обратной стороне буквы «В», «Б»). Найдите на карте место, куда мы отправимся дальше, оно обозначено цифрой 4. Да, это место, где растут цветы.

(дети идут к цветнику)

**Воспитатель:** Вот наши цветы. Скажите, как правильно называются растущие у нас цветы: полевые или садовые? (Дети отвечают)

**Воспитатель:** Какие условия нужны для того, чтобы цветы выросли?

**Дети:** Цветам необходимы воздух, солнце и вода.

**Воспитатель:** Значит, растениям, как всему живому на земле также необходимы. солнце, воздух и вода. Давайте определим, нуждаются ли цветы в поливе, что для этого нужно сделать? (Дети отвечают)

**Воспитатель:** Предлагаю вам полить цветы, будьте аккуратными. А сейчас обратите внимание на карту, место, куда мы отправляемся дальше, под цифрой 5.

**Дети:** Это участок группы «Подсолнушки».

**Воспитатель:** Отгадайте загадку, и вы узнаете, какие полезные продукты лежат в нашем рюкзаке:

Эти загадки выросли на деревьях в саду и в огороде на грядке.

(Ответы детей: овощи и фрукты)

**Воспитатель:** Найдите с помощью карты на участке картинку с изображением овощей или фруктов. (На обратной стороне изображена буква «Е»). Это последняя подсказка.

Вот и подходит к концу наше увлекательное путешествие. Давайте достанем из рюкзака наши подсказки.

«З» - разминка,

«Д» - солнце,

«О» - подвижные игры,

«Р» - воздух,

«О» - растения,

«В», «Б» - вода,

«Е» - овощи и фрукты.

Переверните картинки и прочитайте слово.

**Рефлексия.**

**Воспитатель:** Наше путешествие подходит к концу. Вам оно понравилось? Что вы узнали? Полезна ли эта увлекательная прогулка для нашего здоровья? Почему?

**Ответы детей.**

**Воспитатель:** Впереди нас ждёт много увлекательных путешествий, полезных для здоровья. А сейчас нам пора в детский сад.