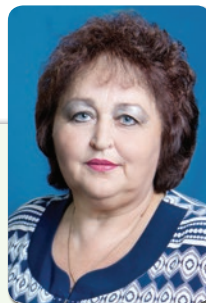




ПРОГУЛЯНКА В ПРИРОДУ — ЗДОРОВ'Я Й НАСОЛОДА

Велосипедний тур для дітей старшої групи та їхніх родин

*Лариса КОВАЛЬЧУК, директор;
Тетяна ПАВЛЮЧЕНКО, вихователь-методист,
ЗДО №2 “Ясочка”, м. Суми*



До вашої уваги — приклад організації фізкультурно-екологічного дозвілля дошкільнят та їхніх рідних — прогулянка вихідного дня на велосипедах. Така форма роботи чудово мотивує і дорослих, і дітей до активного відпочинку, оздоровлює і здружує дитсадківську спільноту.

Мета. Спонукаати дітей та членів їхніх родин свідомо ставитися до власного здоров'я, зміцнювати його, загартовувати свій організм. Формувати потребу в щоденній руховій активності. Вправляти в умінні дотримуватися правил безпечної поведінки за межами приміщення. Забезпечувати якість виконання основних рухів, загальнорозвивальних вправ. Розвивати фізичні якості: швидкість, спритність, витривалість. Сприяти становленню вміння діяти в команді. Формувати культуру поведінки в природному довкіллі. Прищеплювати навички природодоцільної поведінки, бажання брати участь у природоохоронній діяльності.

Матеріал. Демонстраційний: картки із зображеннями дорожніх знаків для велосипедистів (А5), світлини — зображення велосипедистів у різних ситуаціях на дорогах (А5). Роздатковий: картки із зображеннями лікарських рослин (А5). Інвентар: велосипеди для дітей та дорослих; три термоси з гарячим чаєм: м'ятним, липовим, малиновим; паперові стаканчики; килимки; м'ячки-“їжачки”; відерця для збирання камінців; кулі; м'ячі для проведення естафети — 2 шт.

Хід велосипедного туру

Діти й батьки збираються на території закладу.

Ведуча. Рада вас вітати цього чудового вихідного дня! Пропоную провести його разом — активно, весело, цікаво, а головне — з користю для здоров'я! Вирушимо на прогулянку в природу на велосипедах! До речі, велосипедний туризм — один з найпопулярніших видів активного відпочинку. Сьогодні й ми долучимось до когорти велотуристів. Та перед тим як рушати, пригадаймо правила безпечного пересування на велосипедах.

Дидактична гра “Безпечно — небезпечно”

Діти називають дорожні знаки та за допомогою світлин згадують правила дорожнього руху для велосипедистів, пояснюючи правильну та неправильну поведінку людей на фото.

Правила для велосипедистів

1. Дітям дозволено їздити на велосипедах лише по велодоріжках або тротуарах.
2. Щоб перетнути проїжджу частину, велосипедист має встати з велосипеда і перейти дорогу, ведучи його поруч. Переходити дорогу дозволено лише на пішохідних переходах чи за сигналом світлофора.
3. Велосипедисти, рухаючись групами, мають їхати одне за одним у колонах, щоб не заважати іншим учасникам дорожнього руху.
4. Під час руху в колонах першим і останнім учасником колони завжди має бути дорослий.
5. Суворо забороняється під час руху триматися за інший транспортний засіб, їздити, не тримаючись за кермо,
6. Під час пересування по території громадських закладів велосипед треба вести поруч.



Велосипедна доріжка



Доріжка для пішоходів і велосипедистів



Рух на велосипедах заборонено



Виїзд велосипедистів



ЗАВАНТАЖТЕ ФОТО ДО ГРИ:
dv.in.ua/2019-6/p27



Усі учасники заходу виводять велосипеди з території закладу на тротуар, шикуються в колону й одне за одним рухаються за ведучою. Проїхавши близько 1 км, зупиняються на зеленій галявині.

ЗУПИНКА НА ЗЕЛЕНІЙ ГАЛЯВИНІ

Ведуча. Погляньте навколо. Що ви бачите? (Дерева, кущі, квіти, траву). Як ми можемо назвати все це одним словом? (Рослини, природа). Як ви вважаєте, чи впливає природа на організм та здоров'я людини? Як саме? (Орієнтовні відповіді: рослини виробляють кисень, очищують повітря, ми вживаємо в їжу овочі, фрукти, ягоди тощо). А чи знаєте ви рослини, наділені надзвичайними властивостями, які є дуже цінними для здоров'я людини? Як називаються такі рослини? (Лікарські). Пошукаймо їх на цій галявині та зберімо для "Книги лікарських рослин", яку ми зробимо в садочку.

Дидактична гра "Знайди лікарську рослину"

Ведуча пропонує дітям узяти з кошика по одній картці із зображенням рослини (дуб, береза, липа, кропива, подорожник, чистотіл, кульбаба, конюшина) та з допомогою батьків знайти відповідну рослину на галявині. Діти мають підняти із землі відламану гілочку, листочок чи плід дерева або ж обережно зірвати трав'янисту рослину і покласти в кишеньку позаду картки. Кожна дитина називає рослину, яку знайшла, та розповідає з допомогою батьків про її цілющі властивості.

Усі рослини обережно складають у коробку для створення гербарію.

Ведуча. Що іще, крім цілющих рослин, додає нам здоров'я? (Відповіді дітей, дорослих). Щоб бути здоровим, треба багато рухатися! Цим і пропонуємо зайнятися.



**Ось ця симпатична рослина,
Я знаю тепер, — конюшина!**

(Це та наступні фото надані авторами)

Фізкультурні змагання

- 1. Естафета "Передай м'яч".** Передають м'яч у колонах одне одному.
- 2. Естафета "Найспритніший".** Переносять м'яч на двох палицях, знайдених у природі.
- 3. Естафета "Хто швидше?".** Перестрибують через природні перешкоди (палиці на землі, пеньки, каміння тощо) чи оббігають їх змією.
- 4. Вправа "Стрибуні".** Діти і батьки стають спинами одне за одним, за сигналом виконують три стрибки вперед, потім повертаються обличчям одне до одного й усміхаються.



СУЧАСНОМУ ДИТСАДКУ — СУЧАСНІ ЖУРНАЛИ!



ПЕРЕДПЛАТИТЬ КОМПЛЕКТ НА II ПІВРІЧЧЯ 2019 РОКУ:

- 👉 на сайті jmil.com.ua/peredplata (оберіть свій варіант вигідної передплати)
- 👉 у будь-якому відділенні Укрпошти (індекс комплекту — **95989**)

