

Туризм – важная форма активного отдыха!

Туризм — самая массовая и доступная форма активного отдыха, эффективное средство закаливания и пропаганды здорового образа жизни. Участие детей и родителей, ДООУ в походах способствует воспитанию у дошкольников чувства патриотизма, формирует бережное отношение к природе, памятникам истории и культуры, а также приобщает к лучшим традициям российского туризма

Если вы решили провести туристический слёт на территории ДООУ, предлагаю несколько вариантов конкурсов и станций, игр.

1. Туристский маршрут по тропе природы — путешествие по станциям, расположенным на природе, с выполнением заданий.

На станции «Доктор Айболит» дети учатся распознавать лекарственные растения, отгадывают загадки об их свойствах, узнают об оказании первой медицинской помощи; участвуют в практическом задании по оказанию первой помощи при тепловом и солнечном ударе.

На станции «Туристы» требуется правильно поставить палатку (вместе с руководителем), сложить из поленьев костер (тип костра указывает судья этапа), установить на костре таганок и котелок; проявить осведомленность в знании традиций и законов юных туристов.

На станции «Деревья — лесные обитатели» нужно определить и назвать растения на определенной территории (площадка 5х5 м); отгадать загадки о деревьях, кустарниках, цветах, грибах, нарисовать отгадки.

На станции «Следопыт» проводится игра «Найди клад». В игре требуется проявить умение ориентироваться по указателям и отвечать на вопросы о природе и ее обитателях.

На станции «Ориентирование» проводится игра с использованием компаса и нахождением сторон горизонта. Для участия в игре требуется знать условные знаки на топографических картах, отгадывать загадки.

На станции «Краеведение» проводится викторина о своем городе.

2. Туристская полоса препятствий — прохождение туристских этапов на время. Возможные этапы: кочки, бревно, бабочка, мышеловка, маятник, паутина.

Движение по полосе препятствий — одно из самых захватывающих событий слета маленьких туристов. Организация полосы может быть разнообразна. Одно из важнейших условий выстраивания полосы препятствий с помощью веревок — их надежный крепеж. Лучше всего использовать для этого специальные карабины. Передвижение по веревкам в большинстве случаев требует страховки ребенка со стороны взрослого. Это тоже нужно учитывать. Но передвижение по полосе препятствий должно быть достаточно сложно. То есть препятствие действительно должно быть препятствием, которое надо преодолевать. Ведь способность к преодолению — главное качество настоящего туриста.

Препятствие «Бревно»

Самый простой вариант — когда бревно лежит на земле. Над бревном на уровне груди ребенка натянута веревка диаметром 10 мм. Это «гибкие» перила, за которые можно держаться, передвигаясь по бревну боком. Веревка крепится с помощью карабина.

Более сложный вариант — когда бревно перекинуто через небольшой овражек. Овражек не должен быть очень глубоким, так чтобы взрослый, стоя на дне, мог подстраховывать ребенка.

Еще более сложный вариант, если бревно тоже подвешено на некотором расстоянии над землей. В этом случае оно представляет собой довольно условную «твердую» опору, и двигаться по нему гораздо труднее.

Препятствие «Параллельные перила»

Это модификация препятствия «Бревно», где бревно заменено толстой веревкой.

Нижняя веревка натягивается над землей на расстоянии 30—50 см. Расстояние между нижней и верхней веревкой — в рост ребенка. Веревки натягиваются очень туго. Ребенок передвигается боком, держа руками за верхнюю веревку и переступая приставными шагами по нижней.

Препятствие «Бабочка»

Это усложненный вариант параллельных перил. Веревки натянуты не параллельно друг другу, а под углом друг к другу. Там, где расстояние между ними шире, двигаться легче. Там, где расстояние уже, двигаться очень сложно. Особенно сложно преодолеть само сужение в центре пути. На это решается не каждый юный турист.

Препятствие «Паутина»

Паутина — сеть из туго натянутых в разных направлениях веревок, по которым нужно пробираться из одного конца в другой, не касаясь земли. Очень трудное и очень захватывающее упражнение.

Препятствие «Мышеловка»

«Мышеловка» — тоннель из веревок. По нему необходимо проползти, не задев веревки над головой. Чем ниже «своды» тоннеля и чем он длиннее, тем сложнее по нему двигаться.

Подвижные игры на туристическую тематику

Игра «Походный суп» Дети делятся на две команды. Перед каждой командой ведро с водой, в нескольких шагах стоит кастрюлька. Первый участник команды набирает в ложку воду и несет ее в кастрюльку, возвращается и передает ложку следующему участнику.

Игра «Рыбалка» Дети делятся на две команды. В руках у первых участников по удочке, а в тазике рыбки. Первый участник ловит рыбку, приносит ее в команду, передает удочку следующему участнику. Побеждает команда, быстрее справившаяся с заданием.

Игра –эстафета «Ловкий турист»

- 1.Одеть рюкзак.
- 2.Бег с рюкзаком между кубов змейкой.
- 3.Добежать до флажка и принести его следующему игроку (тот оставляет флажок на финише).

«Кто быстрее»

- 1.Прыжки на двух ногах до черты (кочки) с мячом в руках.
- 2.Передача мяча из-за головы двумя руками следующему игроку.

Игры и задания по ходу движения

“Эстафета”

На одной ноге проскакать до финиша и вернуться обратно. Принимающий эстафету должен придумать и назвать одно растение на определенную букву:

К (клен, крапива, колокольчик, ковыль, кровохлебка, клевер и т.д.)

Л (ландыш, липа, лук, лиственница, лисичка, лилия и т.д.)

“Бег в мешках”

Эстафета на скорость (можно заменить на прыжки до финиша со связанными ногами). Участники прыгают до финиша, возвращаются обратно, передают мешок следующему игроку и т.д.

“Веселое дерево”

К двум деревьям с примерно равными по толщине стволами привязывают веревки одинаковой длины. Участники вызываются парами, по одному из каждой команды. По команде оба участника начинают бегать вокруг деревьев и наматывать на них веревки. Побеждает та команда, участник которой первый “намотался”

Игра «Дружба»

Дети встают в два круга напротив друг друга. - Я в походе, ты в походе, я веселый, ты веселый, - Я твой друг, ты мой друг, давай обнимемся. Внутренний круг сдвигается по часовой стрелке на одного игрока, игра продолжается до тех пор, пока не обнимутся все участники.

Игра «Смена ведущих»

Дети движутся в колонне по одному. Взрослый называет имя ребенка, который должен занять место направляющего.