

ОБОРУДОВАНИЕ:

- ✓ туристическое снаряжение (рюкзак за спиной, легкая палатка, легкий непромокаемый коврик), удобная одежда по сезону,
- ✓ головной убор,
- ✓ средства для обработки от комаров и клещей,
- ✓ емкость с водой, еда,
- ✓ влажные салфетки,
- ✓ аптечка,
- ✓ материал для творчества (альбом, карандаши, клей и т. д.),
- ✓ мячи, скакалки.



Предложите ребенку посмотреть видео и узнать у Маши и Вити, как сложить рюкзак.



Обсудите с ребенком предстоящий поход. Рассмотрите карту или составьте свой маршрут для похода. Соберите снаряжение для будущего похода. Вы можете использовать информацию, предложенную в буклете либо дополнить своей. Ждем ваши предложения.

Разминка перед походом:

Отправляемся в поход,
Сколько нас открытий ждет!
Мы шагаем друг за другом
Лесом и зеленым лугом.
(Ходьба друг за другом).
Крылья пестрые мелькают-
В небе птички пролетают.
Раз, два, три, четыре,
Полетели, закружились.
(Бег друг за другом).
Сколько выросло грибов
У осинки и дубов!
Мы грибочки собираем,
Но колени не сгибаем!
(Ходьба с наклоном вперед).
Видим, скачут по опушке
Две веселые лягушки.
Прыг - скок, прыг - скок,
Прыгай с пятки на носок.
(Прыжки на месте на двух ногах).

**Полезные советы в походе
от Вити и Маши**



Государственное учреждение образования
«Березинский детский сад Молодечненского
района»

МАРШРУТ ВЫХОДНОГО ДНЯ:

**ТУРИСТИЧЕСКИЙ ПОХОД С
ВИТЕЙ И МАШЕЙ**



Уважаемые родители!

Предлагаем вам отправиться с детьми
в туристический пеший поход с
препятствиями
В сопровождении наших героев
Вити и Маши!

*Маршрут рассчитан
на детей 5-6 лет*



Перед путешествием

Туристы Витя и Маша приглашают в туристический поход. Смотрите видео.



Карту маршрута с обозначенными препятствиями вы можете скачать здесь по QR-коду.



Как поэтапно разложить палатку вы можете посмотреть здесь



Ознакомьтесь заранее с пунктами прохождения маршрута и выберите необходимый инвентарь.

ЗАДАНИЯ В ПОХОДЕ:

- Самостоятельно укладывать рюкзак.
- Ухаживать за личным снаряжением (обувь, одежда, личный инвентарь);
- Помогать родителям в выборе места привала, установке палатки.

Пункты прохождения маршрута по парку, лесу

По пути до полосы препятствий, можно включить:

«Редкий цветок» - ходьба с перешагиванием через траву; ходьба, бег между кустами, меняя направление;

“Пень” спрыгивание с высоты 30–40 см с координацией движений рук и ног

Перед прохождением препятствий необходим «подгоночный привал» (дети и родители поправляют одежду, обувь, рюкзак, пьют воду);

Препятствия:

«Горная река» - передвижение приставным шагом, держась за верёвку, привязанную к двум деревьям.

«Скалолазы» - спуск с горки, небольшой крутизны, держась за веревку, привязанной к дереву;

«Болото» - прыгать с продвижением вперед по кочкам;

«Ручей» - упражнения для тренировки преодолению естественных препятствий, имеющих в ближайшем природном окружении ширина которых (до 90–110 см). Можно взять шарф или палантин для имитации.

«Широкая дорога» - ходьба по широкой дорожке к месту привала

Привал на стадионе (отдых, установка палатки, перекус, игры, разгадывание загадок)

Возвращение короткой дорогой.



НА ПРИВАЛЕ МАША И ВИТЯ ПРЕДЛАГАЮТ Загадки, конкурсы



Коль в поход идешь со мной,
Я повисну за спиной.

(Рюкзак)

В поход идут

И дом берут,

В котором дома не живут

(Палатка)

Игры

Экологические

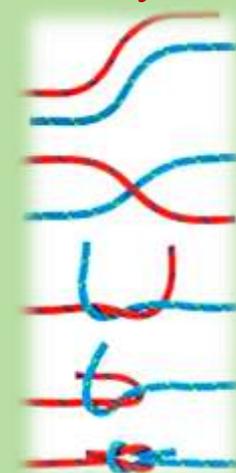
Подвижные

Семейные

Игры-забавы



Конкурс «Вязка узлов»



«Прямой»

**Ждем фотографии и видео!
Ваши Витя и Маша!**