***Образовательный терренкур***

***«Путешествовать люблю и здоровым быть хочу!»***

**Цель:** Создание положительного эмоционально- психологического настроения и получить запас бодрости.

**Задачи:** 1.Совершенствовать двигательные способности детей, направленные на укрепление здоровья, развивать выносливость организма.

2.Закрепить знания детей, как в природных условиях можно очистить воду. 3.Закрепить представления детей о том, какая еда полезна для организма, а какая вредна.

4.Побуждать соблюдать правила безопасного поведения во время игр на природе.

**Интеграция образовательных областей:** «Физическое развитие», «Социально- личностное», «Познавательно- речевое», «Художественно- эстетическое».

**Оборудование:** гантели по количеству детей; мячи по количеству детей; канат; карта маршрута; рюкзак; схемы для выполнения движений; бутылочки, стаканчики, платочки по количеству детей; уголь, песок для очищения воды.

**Подготовительная работа.**

1.Изготовить карту маршрута, схемы для игровых заданий.

2.Провести беседы на тему «Путешествовать – это здорово!»;

3.Приобрести для экспериментально - познавательной деятельности «Чистая вода» бутылочки, одноразовые стаканчики, платочки, уголь.

**Ход мероприятия.**

**Воспитатель:** Дети приходят на участок, а там их ждет гость (сюрпризный момент). **Герой:** Здравствуйте, ребята. Я слышал, что вы дружные ребята. А вы дружные? Как можно проверить что вы дружные?

**Дети:** отправиться в поход

**Герой**: Вы хотите отправиться в поход?

**Дети:** Да.

**Герой:** Хорошо. Но с начала скажите мне, что нам нужно взять с собой в поход?

**Дети:**  Карту, компас, воду, еду, спички, фонарик, хорошее настроение, верных друзей и т. д.

**Герой:** Молодцы! Друзья, у меня есть гипотеза. В поход ходить полезно для здоровья?

**Дети:** Да.

**Герой:** Давайте эту гипотезу проверим. Я взяла с собой рюкзак, в который мы будем собирать все аргументы, которые помогут нам подтвердить нашу гипотезу. Прежде чем мы отправимся в путь, я предлагаю сделать зарядку. Подготовиться к долгому пути.

**ОРУ с гантелями (под музыку).**

**Герой:** Молодцы! Выберите картинку, на которой изображено,

каким видом деятельности вы занимались. (Дети ищут картинку, где дети делают зарядку) Кладём её в наш рюкзак и отправляемся в путь.

**Герой:** *Первая остановка.* « » Ребята, я забыла взять воду. Так жарко, хочется пить.

**Герой:**  Дети, скажите, где можно взять в воды? (Дети отвечают. В реке, в озере, в болоте.) Правильно! Эту воду можно пить? (Нет. В ней микробы. Она грязная. Если такую воду пить, можно заболеть.) Что нужно сделать, чтобы воду можно было пить. (Очисть.) Приступим к очищению воды. Для этого нам понадобятся бутылочка, платок носовой, уголь, песок и, конечно же, вода. Возьмите бутылочку, в верхнюю часть положите сложенный в четверо носовой платок. Найдите, уголь на нашей площадке, кладите немного сверху на платок. Теперь найдём песок кладём немного на уголь. Возьми стаканчики, наберите воды в водоёме, заливаем потихоньку в бутылочку. Вода пройдёт, через фильтр и очиститься. Теперь воду можно пить? (Нет.) Что ещё нужно сделать? Конечно, прокипятить? Где? (На костре) Молодцы! Ребята, выбирайте картинку! (Дети находят картинку, где изображён стакан чистой воды)

**Герой:**  Кладём картинку в наш рюкзак. Идём дальше.

*Привал спортивная площадка.* 1. Дети строятся в две колонны и перебрасывают мяч друг другу (снизу, от груди, из - за головы ); 2. Ходьба на равновесие приставным шагом правым и левым боком; 3.прыжки с продвижением вперед из обруча в обруч. Молодцы!

Ребята, выбираем картинку (с изображением детей занимающихся спортом), кладём её в рюкзак, в путь.

**Герой:** Привал « »

Ребята, вот вы говорили, что в походе очень нужны друзья. Когда рядом друзья, то настроение всегда какое? (Радостное, хорошее, весёлое….)

Давайте все вместе потанцуем. **Музыкальная игра «Вперёд четыре шага, назад четыре шага»**

(Дети выбирают картинку, где изображено много радостных детей)

**Герой:**  В путь. Следующий привал « »

Друзья, мы прошли долгий путь. Пора и подкрепиться. Скажите, какие продукты нужно есть, чтобы быть здоровым? (Фрукты, овощи, молочные продукты и т.д.) Хорошо! Сейчас я буду вас угощать разными вкусностями. Вы закройте глазки, жуйте медленно, чтобы почувствовать вкус и понять, что вы ели. Потом я буду вас спрашивать, а вы расскажите, что кушали.

Ребята, выбирайте картинку, которая нам подойдёт (на картинке изображена ваза с фруктами и овощами)

**Герой:**  Мы с вами вернулись к началу нашего пути. Давайте же выясним, верна наша гипотеза. Ходить в поход полезно для здоровья? (Инструктор достаёт из рюкзака все картинки, переворачивает их обратной стороной. С другой стороны сложилось слово ЗДОРОВЬЕ.) Наша гипотеза верна.

Друзья, спасибо вам за увлекательное путешествие! Я желаю вам здоровья и ещё много путешествий! До свидания!