**Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №38» Тополёк п.Бреды**

**Номинация:** Методическая разработка занятия.

**Тема:** Конспект НОД «Образовательный терренкур в зимний период «По сказочной тропе»

**Подготовила: Воспитатель**

Иванова Джамила Надеровна

**2022 год.**

Методическая разработка старшая группа.

Конспект НОД по Образовательному терренкуру в зимний период «По сказочной тропе»

Образовательный терренкур – специально организованный маршрут для детей по территории детского сада с благоприятными санитарно-гигиеническими условиями. При прохождении этого маршрута педагоги одновременно решают задачи оздоровления и закаливания детей, а также воспитательные, образовательные и развивающие задачи.

Прежде чем разработать образовательный терренкур, воспитатели определяют, какие станции на территории детского сада включить в маршрут. Станций должно быть несколько. Их количество зависит от возраста детей. В зимнее время года маршрут для детей старшего дошкольного возраста – 5–7 станций, продолжительность маршрута 25-30 минут.

Станции, по которым проходит маршрут зимнего образовательного терренкура, могут быть стационарными (например, «Спортландия», «Птичья столовая», «Правила дорожного движения», «Отдых») и мобильными («Ледяной городок», «Экспериментальная», «Снежный лабиринт», «В гостях у сказки»). Мобильные станции педагоги могут перемещать исходя из образовательной ситуации. При необходимости они изготавливают переносные макеты, таблички с названиями станций, указатели к ним, карты

Как организовать прогулку по зимнему образовательному терренкуру

Перед выходом на прогулку педагоги должны проверить, соответствует ли погодным условиям одежда и обувь дошкольников. Также важно учитывать уровень физической подготовленности детей, их общее состояние. Прогулки по образовательным терренкурам необходимо проводить регулярно. Однако не следует выходить на длинные маршруты, если в группе есть дети, которые долгое время не посещали детский сад из-за болезни.

Во время движения по маршруту важно соблюдать правила техники безопасности. Педагоги должны контролировать правильность выполнения физических упражнений, дыхание и осанку дошкольников. Нагрузка должна быть оптимальной, темп двигательной активности необходимо увеличивать постепенно.

При переходе от станции к станции дети выполняют физические упражнения, если сбилось дыхание – упражнения на его восстановление. Глубокое дыхание активизирует обмен веществ, физические упражнения укрепляют мышцы, обеспечивают подвижность суставов, гибкость, повышают тонус всего организма. Движение проходит по местности с разным углом наклона, что способствует повышению физической выносливости дошкольников.

Регулярные прогулки по маршруту укрепляют детский организм, увеличивают сопротивляемость к различным инфекциям.

Таким образом, образовательный терренкур – универсальный метод организации работы с детьми в зимний период, который не требует дополнительных финансовых затрат. С помощью образовательных терренкуров педагоги не только закаляют детей, укрепляют их здоровье, но и организуют познавательно-исследовательскую деятельность, повышают интерес детей к общению с природой, развивают творческие способности.

**Терренкур в старшей группе «По сказочной тропе»**

**Цель:** Формирование основ экологической и валеологической культуры, сохранение и укрепление физического, психического и социального здоровья детей.

**Задачи:**

-обеспечение физического благополучия детей и формирование сознательного отношения к собственному здоровью;

-вызывать у детей положительные эмоции; укреплять здоровье детей;

-Развивать связную речь, познавательные способности, интерес к исследовательской деятельности.

-счёт в пределах 10

**Интеграция образовательных областей:**физическое развитие,социально-коммуникативное развитие,познавательное развитие.

**Тип занятия:** закрепление пройденного материала

**Форма проведения:** групповая

**Оборудование:** Переносной макет с названием станций,термометр,таблички с примерами,кормушки и корм для птиц,санки 2 шт.,одноразовые стаканчики,салфетки.

**Список используемой литературы:**

1. <http://enc-dic.com/efremova/Terrenkur-108095.html>
2. Малая медицинская энциклопедия. — М.: Медицинская энциклопедия. 1991—96 гг.
3. Чепракова Н. В. Терренкур — маршрут оздоровления. Из опыта работы. Инновационные формы оздоровления детей дошкольного возраста [Текст] // Актуальные вопросы современной педагогики: материалы IV Междунар. науч. конф. (г. Уфа, ноябрь 2013 г.). — Уфа: Лето, 2013. — С. 67-70.

**Ход терренкура:**

**Воспитатель.** -Ребята сегодня пойдём по сказочной тропе, куда она нас приведёт вы узнаете. Двигаться по тропе я предлагаю на паровозе. Я локомотив , а вы вагоны. Приготовились и поехали.

**Станция №1 « Экспериментальная»**

Дети на паровозе едут к березе, к которой прикреплён термометр.

Беседа с детьми

**Воспитатель -** Как называется прибор который измеряет температуру на улице

**Дети –** термометр

**В.-** Давайте рассмотрим термометр. Основные его части- стеклянная трубка, наполненная подкрашенной жидкостью и шкала (пластина с делениями). Каждое деление на шкале означает 1 градус. В середине шкалы ноль. Это граница между градусами тепла и мороза. Конец столбика жидкости в трубке термометра указывает: сколько градусов. (демонстрирует на модели)Если шкала выше нуля то это +,если ниже нуля это -.

**В.-** Посмотрите и скажите, какая сейчас температура на улице сегодня

**Д.-** записывают на листе карандашом

**В.-** Как вы думаете, под снегом так же холодно?

**Д.-** ответы детей,дети кладут термометр на землю и засыпают его снегом

Результат смотрим в конце прогулки

**Станция № 2 « Сказочная елка»** Наблюдение за ёлкой.

Рассказ про ельник

А вы знаете, что зимой в густом еловом лесу теплей, чем в любом другом.  Дети, а какие мы знаем леса?  Правильно, смешанный лес, березовая роща, сосновый бор.  В еловом лесу теплее, потому что сюда не проникает ветер. Высоченные деревья-ели, мохнатые ветви до земли, густой еловый подлесок, как мощный заслон  встают на пути даже самого злого ураганного ветра. Знаете, как интересно еще, что в глуши под старой елью, где сухая подстилка из хвои, устраивает в марте уютное гнездышко сообразительная кабаниха. У такой умницы-мамы  Укрывание стволов деревьев на участке снегом, чтобы они не вымерзли все 5 или даже 7 новорожденных кабанят не замерзнут, не изрежут свои ножки о колючий, острый, как бритва, наст. А еще в чащобе, в гуще еловых ветвей строят зимой гнезда клесты и выкармливают птенцов еловыми семенами.

Вопросы к детям

**В.-**Скажите елочке ,какая она

**Д.-** зеленая,пушистая

**В.-** На какую фигуру она похожа

**Д.-** на трегольник

**В.-** Есть ли листья у ели,?

**Д.-** у ели иголочки

**В. -**Что можно сказать про иголочки.

**Д. -**  зелёные, жёсткие и острые

**Станция 3 «Согревательная»**

Воспитатель показывает 2 цифры. Их нужно сложить и выполнить задание.

**В.-** Сколько раз в ладоши хлопнем( 1+3)

**Д. – 4(хлопают в ладоши)**

**В.-** Сколько раз ногою топнем ( 7+1)

**Д.- 8(топают ногой)**

**В.-** Сколько раз на месте прыгнем ( 2+ 5)

**Д.- 7(прыгают)**

**В.-** Сколько раз ногою дрыгнем ( 8+2)

**Д.- 10(дрыгают ногой)**

**В.-** Сколько раз мы повернёмся (4+3)

**Д.- 7(поворачиваются вокруг себя)**

**В.-** Сколько раз мы улыбнёмся(0+1)

**Д. 1(улыбаемся друг,другу)**

**Станция № 4** **«Птичья столовая».** Подкорм птиц пшеном, хлебными крошками, семечками.

Еды **зимой** меньше, энергии требуется больше. А **кормушки** облегчают птицам поиски еды, а это значит, что они будут тратить меньше сил, что поможет сохранить им драгоценную энергию. Мастерить "столовые" для птиц **нужно** еще осенью. **Зимой** все, что в них будет (зернышки, семечки, и т.д), возможно станет единственной пищей для пернатых.

Цели: формировать заботливое отношение к птицам, желание помогать и заботиться о них.

**Станция № 5** «Стрельбы». Игра «Меткий стрелок», в конце – физическое упражнение.

Цели: развивать у детей глазомер, точность попадания в цель; воспитывать командный дух.

**Станция № 6**  «Спортландия».Катание друг друга на санках(2 команды)

Цели развивать у детей быстроту, ловкость движений; воспитывать командный дух.

**Станция №7** «Полевая кухня» Угощение тёплым чаем и пирожками. Цель: провести

рефлексию; закрепить положительные эмоции от прогулки по маршруту.