МАРШРУТНАЯ ИГРА

 «В ПОИСКАХ СНЕЖНОГО ЧЕЛОВЕКА»

ЦЕЛЬ:

• закрепление знаний о горах - Гималаях.

• знакомство со снежным человеком Йети.

• воспитание интереса к окружающему миру.

• воспитание уважение детей друг к другу, взаимовыручка.

 • упражнять детей в подъеме и спуске по горке.

• продолжать учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по дощечкам (боком).

• упражнять в пролазании в обручи.

• упражнять в прыжках левой, правой ногой попеременно (по кубикам)

• приучать помогать взрослым подготавливать физкультурный инвентарь для физических упражнений, убирать его на место.

Место проведения: спортивный зал.

Пособие и оборудование: горка, дощечки, верёвка, туннели, сосульки, снежки, лыжи, кубики, обруч, спортивные модули.

Предварительная работа

Проводится в группе в течение нескольких занятий.

Необходимо рассказать детям о горах, о том, кто такие альпинисты, кто такой Йети. Показать имеющие фотографии гор, карты, нарисовать горы и свой маршрут.

Атрибутика

Дети одеты в спортивные костюмы и кепочки. У каждого за спиной маленький ранец. В ранце маленькая бутылочка с водой, одна чистая неочищенная картофелина, компас, снежок.

У инструктора – карта маршрута (которую заранее можно нарисовать всем в группе).

Сегодня мы с вами отправляемся в необычное путешествие. Мы едем в горы Гималаи, на самую высокую их вершину – гору Джомолунгма, иначе ее еще называют Эверест. Мы едем искать снежного человека Йети. Он очень редко показывается людям, о нем ходят много легенд, но, может быть, нам повезет, и мы его увидим. Но путь далек, труден и даже опасен, поэтому будьте все внимательны и осторожны.

Перед восхождением на Джомолунгму предлагаю потренироваться, укрепить мышцы. Общеразвивающие упражнения

1.Дети маршируют, согнувшись (тяжелый рюкзак), руки согнуты (держим лямки рюкзака) – сделать 4 шага (один шаг на два счета), выпрямиться, провести правой рукой по лбу слева направо (на 4 счета) – «устали» и левой рукой справа налево (на 4 счета). Повторить все движения еще раз.

2.Залезаем на гору: вытянуть обе руки вверх, наверху сжать кулаки и напряженно опустить руки вниз до уровня плеч, не разгибая локти (подтянулись) на 8 счетов. Выполнять движение 4 раза.

3. Идем по камушкам: прыжком встать на правую ногу, левую ногу, согнуть в колене и поднять, слегка отвести в строну (на 2 счета), руки «держат лямки рюкзака». Прыжком встать на левую ногу, правую отвести в строну. Выполнить всего 4 прыжка.

4. Идем по мосту через пропасть: руки поднять и развести в стороны на ширину плеч, идти на носочках, держа равновесие.

Выполнить движение 1(повторение)

Выполнить движение 3(повторение)

- Ну что ж, вперед!

Первое препятствие – гора

Нужно подняться на горку (можно на четвереньках), а затем спуститься сидя, лежа или бегом – у кого как получится. Инструктор, который спустился с горки первым, помогает детям спускаться, воспитатель помогает им подниматься.

Второе препятствие – ущелье

На полу разложены дощечки. Инструктор и воспитатель держат толстую веревку. Дети по одному, держась за веревку, боком проходят по дощечкам. Дощечка должна быть широкая, чтобы на ней помещались обе ноги.

Третье препятствие – тоннель

 Необходимо пройти через тоннель. Взрослые держат тоннель, дети пролезают. Затем дети держат тоннель, взрослые проходят препятствие.

- Очень опасное мы затеяли с вами путешествие, ведь в Гималаях живут самые большие и сердитые гималайские медведи. Но есть одно средство, которое поможет нам спастись, если мы все – таки его встретим. Нам надо научиться, как испугать медведя. Сейчас по моей команде мы должны сделать страшное выражение лица и страшно зарычать, как будто мы сами большие медведи. Итак: раз, два, три, рычим!

В этот момент кто –воспитатель должен обязательно сфотографировать детей. Можно повторить «рычание» и сфотографировать детей еще 1-2 раза.

Аттракцион «Сбей сосульку снежком»

Инструктор и воспитатель держат веревку, на которой висят сосульки. Дети достают каждый свой снежок и стараются попасть по сосулькам.

Эстафета «На лыжах»

Участвует 2-3 ребенка (каждому надо помочь надеть лыжи). По сигналу дети боком идут к маячку, обратно возвращаются, двигаясь прямо. Повторить с другими детьми 2-3 раза.

- А теперь все достанем компас и посмотрим, куда надо идти дальше. Идти надо прямо!...Но что это??? (В голосе инструктора невообразимый испуг). Это берлога гималайского медведя!!! Дети (С волнением.) Помните, как мы учились пугать медведя? Только все вместе, дружно и по моему сигналу!

В это время из берлоги, на четвереньках, пятясь (хвостиком вперед), вылезает медведь (переодетый ребёнок), он встает, потягивается, зевает, хлопает лапой по своей пасти и медленно падает на землю в обморок, раскинув лапы.

- Ой, Миша! Ну прости, ну очнись, мы только хотели немножко тебя напугать, потому что сами тебя боимся! Ой, Мишенька! Очнись!

Взрослый теребит медведь, делает ему массаж, искусственное дыхание. Медведь открывает глаза.

- Продолжаем наше путешествие. Идем к горной речке, путь наш лежит по извилистой тропинке.

Извилистый путь нарисован цветным мелом на полу, линии красная и синяя должны пересекаться и подвести детей к речке. Дети делятся на две команды, одна идет за инструктором по синему пути, другая по красному.

- А вот и речка.

Четвертое препятствие – речка Трек

Кубики – камешки расставлены в шахматном порядке, по ним все переходят через горную речку. Инструктор следит за тем, чтобы ребенок начинал переход через речку только тогда, когда впереди стоящий ребенок спрыгнет на «берег» (берег- обруч).

Чья команда перейдет препятствие быстрее?

- Как мы ни старались идти в связке аккуратно, некоторые наши товарищи попадали с горы. Надо их выручать. Кто хочет быть спасателем?

Аттракцион «Спасатели»

Спасатели (6-9 детей) делятся на 3 группы и встают у одной линии, у них в руках веревка. Остальные дети тоже делятся на три группы и встают напротив, у другой линии – это те, кто упали с горы. Спасатели бросают веревку упавшим. Первый ребенок ложиться на пол, держит веревку двумя руками, спасатели его тянут, потом бросают веревку второму, третьему и т.д. Кто быстрей спасет своих товарищей?

- дальше нам путь закрыл камнепад, но маленькая расщелина осталась, надо так аккуратно через нее проползти, чтобы камни не упали.

Пятое препятствие – камнепад

Из «Спортивного модуля» выстроен «камнепад», дети проползают через отверстие.

-Что еще осталось у нас в рюкзаках?

Дети достают картошку.

-Сейчас мы ее сварим, а потом съедим, но сначала нужно всю картошку сложить в котелок.

Аттракцион «Принеси картошку»

Дети становятся в две колонны, у каждого первого в колонне – в руке ложка, в ложке – картошка. По сигналу первые дети бегут до котелка, бросают в него картошку, возвращаются, отдают ложку следующему ребенку.

Когда вся картошка оказалась в котелке, котелок ставится в костер, все дети усаживаются вокруг костра, звучит песня «Картошка».

Как только песня заканчивается, инструктор говорит: - Смотрите, смотрите, это Йети, мы его нашли!

Все поворачиваются и видят Йети.

- Невероятно! Непостижимо! Мы увидели Йети! Чтобы его не испугать, подойдем поближе!

Все подходят близко, начинают его рассматривать и фотографировать пальчиками, приговаривая: «Чик! Чик!»

Инструктор и дети предлагают Йети пойти к костру, посидеть всем вместе.

Вот и закончился наш удивительный поход в Гималаи. Много мы узнали, много чему научились.

Дети и снежный человек Йети вместе исполняют песню «Снежный человек».