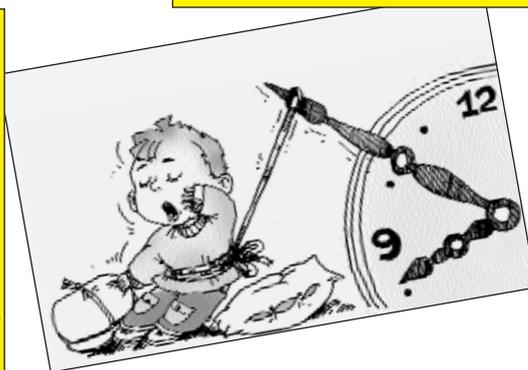


## Летние эколого-валеологические походы с дошкольниками

Е.Ю. Аншукова,  
Е.Е. Шилова,  
Е.Ю. Излева



Впереди нас ждет лето – любимая пора для детей, их родителей, педагогов. К сожалению, каждый год в летний период немало детей остается в городе, многие из них продолжают посещать дошкольные учреждения.

В этой связи значительное место в плане работы нашего педагогического коллектива летом занимают всевозможные **целевые прогулки за территорию детского сада, эколого-валеологические походы** на природу с детьми старшего дошкольного возраста и **прогулки по территории детского сада** с детьми младшего дошкольного возраста.

Мы уверены, что летние прогулки-походы дают великолепные возможности для закаливания детей, обогащения ума впечатлениями, а души – красотой и светом!

Любому эколого-валеологическому походу предшествует большая предварительная работа. Воспитатели разрабатывают подробные планы пребывания детей в походе, куда обязательно включают наблюдения как во время движения по маршруту, так и непосредственно в самой лесопарковой зоне, интеллектуальные разминки, познавательные беседы, подвижные игры, художественное слово, сюрпризные моменты и т.д.

В любом походе мы обязательно вспоминаем с детьми правила поведения в природе. Выход с детьми на природу требует тщательной подготовки, соблюдения техники безопасности, поэтому важно досконально проверить запро-

граммированный маршрут. Накануне похода педагоги обследуют дорогу, места стоянок и игр, определяют время движения. Необходимо предусмотреть все мелочи, продумать сочетание различного рода физических нагрузок с отдыхом.

При организации похода рекомендуется соблюдать следующие **правила**:

- во время следования дети идут в парах, соблюдая правила дорожного движения;
- менее подготовленные дети, гиперактивные, а также те, которые легко отвлекаются, идут впереди;
- взрослые идут так, чтобы держать в поле зрения всех детей;
- на месте стоянки следить за самочувствием и настроением детей;
- дети должны знать, что в походе необходимо выполнять требования взрослых.

Чем тщательнее поход будет подготовлен взрослыми, тем ярче и насыщеннее будут детские впечатления, тем больше пользы принесет это путешествие.

Предлагаем вниманию читателей журнала описание двух эколого-валеологических походов, рекомендуемых для детей старшего дошкольного возраста: «В лес за тишиной» и «Лесные загадки».

### «В лес за тишиной»

#### Цели:

1. Полюбоваться лесом, рассмотреть его растительность; узнавать и называть цветы: лютик, одуванчик, клевер, мать-и-мачеху; услышать лесные звуки и тишину.

2. Развивать ловкость, ориентацию в пространстве, внимание; воспитывать бережное отношение к природе родного края.

3. Воспитывать чувство товарищества, любовь к природе.

#### **Предварительная работа:**

1. Чтение художественной литературы: В. Бианки, главы из книги «Синичкин календарь»; В. Зотов, главы из книги «Лесная Азбука».

2. Слушание в грамзаписи голосов птиц, звуков леса.

3. Рассматривание иллюстраций о природе северного края.

4. Индивидуальное разучивание стихотворений Е. Серовой и Л. Герасимовой (см. ниже).

5. Изобразительная деятельность: рисунки на тему «Здравствуй, лето!», «Одуванчик золотой», «Букет лета».

**Материалы:** компас, аптечка, костюм Лесовичка, шапочки (маски) медведя, зайчика, корзинка с шишками, веточками, листочками, сюрприз – конфеты.

Перед тем как отправиться в поход, поговорите с детьми о лесе. Лес – это дом для зверей и птиц, в нем растут деревья, лекарственные травы, ягоды, грибы. Лес надо беречь – не ломать деревья и кусты, не пугать его обитателей, не шуметь и не кричать. В лесу должна быть тишина. Тишина важна для здоровья человека, надо уметь иногда создавать тишину.

По дороге в лес (парк) напомните детям названия улиц, по которым проходит ваш путь, обратите их внимание на встречающиеся вам природные объекты (реку, озеро и т.п.), наблюдайте за погодой.

Найдите в лесу (парке) полянку, прочитайте стихотворение В. Викторова «Лесная тишина»:

Молчит лесная сторона...  
Лишь листьев шелест,  
Дятла стук,  
Какой-то незнакомый звук...  
Зудят над ухом комары –  
Наверно, завтра ждать жары.  
Ручей играет озорной,  
И птице весело лесной.

Вот хрустнул веткой ветерок,  
Скользнул испуганный зверек,  
И шишку сбросила сосна.  
В лесу такая тишина.

Детям предлагается бесшумно разойтись, выбрать дерево, поздороваться с ним, прислониться к нему, закрыть глаза и послушать лесную тишину.

Дети должны запомнить звуки леса, охарактеризовать их.

Поговорите с детьми, какие в лесу встречаются деревья, кусты, цветы, растения.

Появляется старичок Лесовичок:

– Здравствуйте, ребята, как я рад вас всех видеть! Вы меня узнали? Правильно – я был у вас в гостях в детском саду на празднике. Порадовали вы меня танцами, песнями, стихов много знаете. А какие хорошие плакаты вы нарисовали о бережном отношении к природе! Помню, помню, как вы все мои загадки отгадали.

Я старичок Лесовичок, давно  
в лесу живу,  
От всех напастей и невзгод  
природу берегу.

А знаете ли вы, ребята, как надо вести себя в лесу? Давайте вспомним правила друзей природы.

Дети перечисляют правила, Лесовичок хвалит ребят. Подносит палец к губам и спрашивает:

– Детки, вы ничего не слышали?

– Нет!

Наклоняется к ветке березы.

– Березка мне шепнула, что ребята знают замечательные стихи о моих любимых цветах. Давайте их послушаем.

Дети читают стихи.

*Е. Серова*

#### **Одуванчик**

Вспыхнул, озарив лужок,  
Ярко-желтый огонек.  
Ветер тот огонь не гасит,  
Всё горит под небом ясным.  
Погорит он огоньком,  
Станет шариком потом.

Дунешь – шарик разлетится,  
В парашюты превратится.

**Лютик**

Звать его нам нечего,  
Он и так придет,  
Расцветет доверчиво  
Прямо у ворот  
Солнцем налитой  
Лютик золотой.

**Кашка**

Голодный шмелик  
Вздыхает тяжко:  
– Поесть бы кашки...  
Да вот же «кашка»!  
Попробуй, шмелик,  
В ней сок медовый,  
Шмелям и пчелам  
Обед готовый.

*Л. Герасимова*

**Мать-и-мачеха**

Ранней солнечной порой  
На проталинках весной  
Украшают бугорки  
Мать-и-мачехи цветки  
В ярких желтеньких платочках  
Да в зелененьких носочках.

Лесовичок:

– Дети, а поиграть хотите? Тогда отгадайте мои загадки.

1. От простуды лечит мед,  
Он здоровье нам дает.  
Мед цветочный принесла  
Медоносная... (пчела).

2. Шевелились у цветка  
Все четыре лепестка.  
Я сорвать его хотел,  
Он вспорхнул и улетел.

(Бабочка)

3. Золотой и молодой  
За неделю стал седой,  
А денечка через два  
Облысела голова,  
Спрячу-ка в карманчик  
Бывший... (одуванчик).

**Подвижная игра «Медведь и пчелы».**

Дети – «пчелы». Один ребенок – в маске или шапочке медведя.

Пчелы спрашивают у него: «Мишка бурый, мишка бурый, отчего такой ты хмурый?». Медведь: «Я медком не угостился, потому и рассердился. Раз, два, три, четыре, пять – начинаю догонять!». Пчелы убегают, медведь ловит; кого поймает, тот уходит в дом медведя. Игра проводится 2–3 раза.

**Подвижная игра «Цапли, бабочки, лягушки».**

По сигналу воспитателя: дети-«бабочки» бегают врассыпную, машут «крылышками». «Лягушки» – прыгают. «Цапли» стоят на одной ноге. Игра проводится 1–2 раза, со сменой ролей.

Воспитатель предлагает детям вспомнить, какую пользу приносят лесу птицы, и поиграть в игру «Летает – не летает».

Водящий из числа детей называет слова, например: воробей (летает – дети хлопают в ладоши), медведь (не летает – стоят, опустив руки).

Лесовичок хвалит детей:

– Молодцы, какие вы все внимательные! А теперь скажите, вы любите в прятки играть?.. Я тоже, давайте поиграем.



*Рисунок Кристины Звездинской*

### **Игра в прятки.**

#### **Игра «Найди что-нибудь».**

Детям предлагается разойтись по лесу, стараясь не шуметь, в поисках какого-нибудь интересного или необычного предмета – веточки, корешка, листика и т.п. Затем дети собираются все вместе, показывают свои находки друг другу, обдумывают, что можно из них сделать.

Лесовичок:

– Дети, а я тоже кое-что нашел и в корзиночку сложил. (Показывает шишки, листочки, веточки.)

Воспитатель:

– Теплый ветер гладит лица,  
Лес шумит густой листвою,  
Сосна нам хочет поклониться,  
Ель качает головой,  
А кудрявая береза  
Провожает всех ребят.  
До свиданья, лес зеленый,  
Мы уходим в детский сад.

Спасибо тебе, Лесовичок! Наши ребята – фантазеры, ручки у них

умелые, мы превратим эти веточки в чудесные поделки и порадуем тебя в следующий раз.

Воспитатель заглядывает под листочки, обнаруживает конфеты.

– Ой, Лесовичок, какой же ты шутник! Ты еще какой-то сюрприз приготовил детям.

Лесовичок:

– Чуть не забыл, друзья, гостинцы я вам припас. Угощайтесь на здоровье.

Дети дружно благодарят Лесовичка и прощаются с ним.

*(Продолжение следует)*

**Е.Ю. Анишкова** – ст. воспитатель,  
**Е.Е. Шилова, Е.Ю. Ивлева** – воспитатели  
ДОУ № 32 «Аленький цветочек», г. Мончегорск Мурманской обл.