

Марина ДЕДУЛЕВИЧ,
аспирант кафедры
педагогики и методик
факультета
дошкольного воспитания
Могилевского
государственного университета
имени А. А. Кулешова



(Продолжение. Начало в № 11
за 1999 год и № 2 за 2000 г.)

СТО ТРОПИНОК, СТО ДОРОГ

КОНСПЕКТЫ ПРОГУЛОК-ПОХОДОВ ОСЕНЬЮ

ПЕРВОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ

1—2-й походы

Программный материал: ходьба и бег в разном темпе, построения, ходьба приставным шагом, бег «галопом»; прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед; подлезание.

Наблюдения в природе: осеннее цветение, насекомые, состояние трав и деревьев, погода.

Общее расстояние — 1 км.

Продолжительность — 1 час.

Перед выходом на прогулку сообщить детям, что сегодня мы отправляемся в свое первое путешествие по лесопарку. Мы увидим много интересного, нас ожидают веселые игры. Проверить одежду, обувь детей, поправить рюкзаки, напомнить о правилах поведения на маршруте. Провести краткую беседу о погоде.

Во время перехода до места стоянки использовать разные виды построений: выход с участка дошкольного учреждения парами; по лесопарку дети идут в свободном построении; на узких тропинках перестраивают-

ся в колонну. В зависимости от рельефа менять движение: обычная ходьба сменяется легким бегом при спуске с горки; дети переступают или перепрыгивают через встречающиеся на пути препятствия (корни деревьев, канавки), подлезают под низкие ветки деревьев. Через 10—15 мин делается остановка для отдыха (5—7 мин). Воспитатель обращает внимание на цвет травы, листья деревьев, неба, предлагает послушать лесную тишину (закрывать глаза, прислушаться к звукам, сказать, что слышат).

Следующую часть пути до определенного ориентира (приметного дерева, поворота, развилки дороги и т. п.) детям предлагается пройти как можно быстрее, используя любые движения. В обозначенном пункте все ждут друг друга. Оставшийся до стоянки путь дети идут в свободном темпе.

На месте стоянки проводится наблюдение за состоянием трав, деревьев, насекомых.

ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ

✓ НАЙДИ ЦВЕТОК

Тот, кто найдет цветок, должен позвать детей, при этом он либо называет цветок, либо, если не знает его название, — спрашивает. Предлагается всем разбежаться и найти такой же цветок. Цветы не срывать.

✓ ПРОДАЙ ДЕРЕВО

3—5 детей занимают место каждый под «своим» деревом. Один из детей, ведущий, дерева не имеет, он покупатель. Одного из «владельцев» дерева он просит: «Человек, человек, продай дерево», — на что тот может ответить положительно или отрицательно.

Если он говорит: «Не продаю, иди к соседу», — покупатель идет к следующему владельцу. При этом продавец, отказавший в покупке, должен быстро поменяться с кем-нибудь деревьями — перебежать так, чтобы «покупатель» не успел занять его дерево. «Покупатель» остается ведущим до тех пор, пока не займет чье-либо место под деревом. Если владелец продает свое дерево, он становится покупателем.

✓ НЕ ЗАМОЧИ НОГ

Выбирается место, где есть поваленное дерево, пеньки. По этим предметам надо перейти на другую сторону «болота». Играют две одинаковые по числу команды. После переправы ведется подсчет, в какой команде больше перешедших «болото».

✓ В ЛЕСУ-ЛЕСОЧКЕ

Дети стоят в кругу, в середине — кто-то из детей, «присев» с закрытыми глазами. На слова: «В лесу-лесочке, на бугорочке

спит Марина (Гатьяна, Сережа и т. д.) в холодочке. Мы тихонько подойдем, сон Марины сбережем», — дети идут по кругу вправо-влево, и кто-либо из детей говорит: «Марина, просыпайся, в хоровод собирайся». Все вместе спрашивают: «Отгадай, кто позвал?» Если правильно названо имя того, кто позвал, говоривший занимает место в центре круга.

Перед уходом со стоянки дети вместе с воспитателем собирают материал для гербария (по 1 цветку и листу с разных деревьев), осторожно складывают в полиэтиленовые мешочки. Воспитатель говорит детям, что это подарки из леса для гербария, которые будут напоминать о прогулке.

Обратный путь преодолевается короткой дорогой.

Последующая работа:

- изготовление трафаретов по листьям, обрисовывание их, раскрашивание; коллективная работа «Ковер» для кукольного уголка;

- повторение игр на прогулках «Найди цветок» (в роли цветка выступает кто-либо из детей); «В лесу-лесочке»;

- составление рассказа «Прогулка в лес»;

- составление гербария.

✓ ЛЕСНЫМИ ТРОПАМИ

3—4-й походы

Программный материал: ходьба на носках, в приседе, полуприседе, широким шагом, с закрытыми глазами; бег «галопом» (прямо, боком), змейкой; прыжки с поворотом вправо-влево на 180°, в длину с места; влезание на дерево.

Наблюдения в природе: признаки ранней осени, ознакомление с деревьями: береза, ель.

Общее расстояние — 1 км.

Продолжительность — 1 час.

Перед выходом воспитатель загадывает загадку:

*Дом со всех сторон открыт,
он резною крышей крыт.*

*Заходи в зеленый дом —
чудеса увидишь в нем!
(Лес.)*

Во время перехода до места стоянки используются разные виды упражнений: в приседе, полуприседе под ветками деревьев, широким шагом при движении в гору; прыжки в длину с места через канаву шириной 30—

40 см; бег змейкой, «галопом».

Через 15—20 мин делается остановка для отдыха возле березы (5—7 мин), проводится наблюдение за первыми признаками осени: желтый лист на березе, увядание трав и изменение их цвета, под деревом — опавшие листья. Дотронуться до ствола дерева рукой, прислониться щекой, понюхать (отметить шероховатость и гладкость ствола), обхватить березу руками; рассмотреть ее на расстоянии, отметить высоту, характерную крону, цвет ствола, веток, листьев. Хоровод вокруг березы «Во поле березка стояла».

Оставшуюся часть пути до стоянки дети идут в быстром темпе.

Место стоянки выбирается там, где рядом растут береза и ель. Детям предлагается назвать эти деревья. Сравнить их. При рассматривании ели выучить двустишие:

*«Не коли нас, елочка,
веточкой лохматой,
Убери иголки дальше
от ребяток».*

ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ

✓ НАЙДИ ДЕРЕВО

Воспитатель называет дерево (ель или березу), предлагает найти такое дерево, добежать до него и обхватить руками. Используются элементы соревнования: «Кто найдет «свое» дерево?», «Кто быстрее добежит до него?» и т. д.

Варианты игры: дети бегут к тому дереву, веточку или лист которого показывает воспитатель, при этом надо назвать дерево; детям предлагается найти такой же лист на земле.

✓ ВЛЕЗАНИЕ НА ДЕРЕВО

Для упражнения в лазаньи выбрать коренастое дерево с толстыми ветками, расположенными близко к земле; воспитатель обеспечивает надежную страховку.

✓ ИДИ НА ЗВОНОК

Выбирается ровная лужайка, где нет кустов. Играющие строятся в одну шеренгу на расстоянии 2—3 шагов друг от друга и завязывают себе глаза. Воспитатель отходит от них на 15—20 м, звонит в колокольчик. Все игроки должны идти на этот звук. После второго сигнала колокольчика все останавливаются и снимают повязки. Выигрывает тот, кто ближе всех стоит к воспитателю. Игру можно усложнить —

менять направление несколько раз, прежде чем дети снимут повязку.

Правила:

- стоять лицом к звуку. Тот, кто стоит боком или спиной, считается проигравшим;

- повязку снимать только после сигнала, из-под повязки не подглядывать;

- подарки из леса: разноцветные листья, небольшие причудливые веточки для букета.

Обратный путь преодолевается короткой дорогой.

Последующая работа:

- березовые листья воспитатель проглаживает в присутствии детей утюгом через газету, складывает их аккуратно в корзинку. С помощью аппликации дети составляют узор из березовых листьев на бумаге голубого цвета;

- составляется композиция из веток березы и ели — рисование с натуры;

- подарить аппликации и рисунки малышам, часть работ оформить в папку «На память о прогулке-походе»;

- повторение игр на участке: «Найди дерево», «Иди на звонок» (в дождливую погоду — в группе, вспомнить, как в эту игру играли в лесу);

- составление рассказа «Как подружился береза с елью».

✓ В ГОСТИ К ДУБУ

5—6-й походы

Общее расстояние — 1 км.

Продолжительность — 1 час.

Программный материал: ходьба на носках, с высоким подниманием колен, в приседе, полуприседе, широким шагом, с завязанными глазами; бег «галопом», с закрытыми глазами; прыжки на двух ногах с продвижением вперед, назад, с двойным поворотом, в длину с места; влезание на дерево; метание в цель.

Наблюдения в природе: осенние изменения в природе, характерные признаки дуба, сравнить с березой, елью.

Перед выходом прочитать стихи:

*Дуб дождя и ветра
вовсе не боится.
Кто сказал, что дубу
страшно простудиться?
Ведь до поздней осени
он стоит зеленый.
Значит, дуб выносливый,
значит — закаленный.
(Я. Аким)*

Сообщить детям о том, что они идут «в гости к дубу». При переходе к месту стоянки использовать разные виды и способы движений в зависимости от рельефа местности: с высоким подниманием колен по высокой траве, в приседе и полуприседе под ветками деревьев, прыжки с места через корни деревьев, узкую тропинку, прыжки на двух ногах с продвижением вперед, назад, боком, с двойным поворотом. Через 15—20 мин делается остановка для отдыха (5—7 мин), проводится наблюдение за признаками ранней осени (расцветивание листвы, паутина).

Загадка:

Без станка и без рук, а холст тклет. (Паук.)

После отдыха дети идут в свободном темпе, а небольшую часть пути (30—35 м) бегут наперегонки (указывается ориентир).

На стоянке рассмотреть дуб издали, вблизи, сравнить с березой (по размерам, кроне, форме веток, листьям, цвету и структуре коры). Рассмотреть желуди, загадать загадку: «В золотой клубочек спрятался губочек» (Желудь), отметить гладкость плода и шероховатость шляпки; попытаться обхватить дуб руками.

Сбор желудей: детям предлагается собрать с земли желуди разной величины, оттенков, а также маленькие тонкие веточки дуба и березы.

ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ

✓ **ДОБРЫЕ СЛОВА**

Подчеркнуть, что есть много добрых слов, их надо чаще говорить взрослым и детям. Добрые слова всегда помогают в жизни, а злые вредят. Вспомнить добрые слова, когда и как их говорят. Придумать разные добрые слова для дуба и березы.

✓ **ЧУДЕСНЫЙ МЕШОЧЕК**

Детям даются разные задания: взять на ощупь желудь со шляпкой или без нее, самый большой, самый маленький, два одинаковых по величине, один большой и два маленьких и т. д.

Игровые задания: найти деревья, которые «подарили» эти удивительные плоды; попасть желудем в дерево с определенного расстояния. После игры поблагодарить дуб: погладить его рукой, прижаться щекой, попытаться обхватить руками, сказать ему спасибо.

«Ай, гу-гу, сидит ворон на дубу!» (Хоровод-пляска.)

Перед тем, как отправиться в обратный путь, детям предлагается найти на земле небольшую, красиво изогнутую веточку дуба (из нескольких выбирается самая интересная), собрать желуди, кусочки коры, небольшие коряжки, гриб-трутовик.

Возвращение короткой дорогой.

Последующая работа:

● *изготовление бус из желудей: воспитатель прокалывает шилом желуди, дети нанизывают их на крепкую нить с помощью толстой иглы. Можно изготовить бусы для кукол, в подарок кому-то из детей в день рождения, «змеюку» для физкультурных занятий, браслеты каждому из детей — подарок от дуба;*

● *изготовление человечков из желудей. Воспитатель прокалывает отверстия для головы, ручек, ножек, оказывает детям помощь в работе. По такому же принципу изготавливаются лошадки, снеговик;*

● *композиция букета: ваза изготавливается из кусочка коры, коряжки, гриба-трутовика. В ней закрепляется веточка дуба с желудями.*

Поделки размещаются в группе, в уголке природы, преподносятся в качестве подарка детям других групп, сотрудникам детского сада или дома. Несколько фотографий, рисунков для альбома в память о походе.

✓ **В ГОСТИ К ОСЕНИ**

7—8-й походы

Общее расстояние — 1 км.

Продолжительность — 1 час.

Программный материал: ходьба на носках, в приседе, полуприседе, широким шагом, со сменной ведущим; бег «галопом»; прыжки вверх с доставанием ветки дерева, в длину через препятствия; метание в даль, в цель.

Наблюдения в природе: цветы, плоды, птицы.

Перед выходом загадать загадку:

«Весной веселит, летом холодит, осенью питает, зимой согревает». (Дерево, лес.)

Переход к месту стоянки со сменой видов и способов движений с включением бега (по 30—40 с 2—3 раза по дороге вниз); подпрыгивание до ветки дерева с места и с разбега (по 3—4

прыжка). Через 15—20 мин делается остановка в том месте, где ярко выделяются на фоне листьев кисти рябины. Рассказать о целебных свойствах ягод рябины. Попробовать ягоды, отметить их горечь, сказать, что после заморозков вкус их изменится. Отметить, что осенью цветов становится меньше, зато количество плодов возрастает: густо увешаны крылатыми плодами липы, клены, краснеют гроздья калины, рябины. Последний участок перед стоянкой наиболее сложный: тропинка чуть видна, часто прерывается, на пути кочки, лужи, корни старых деревьев. Дети идут в колонне со сменой ведущего, который выбирает наиболее удобное место для движения (обходит лужу, предупреждает о низкорасположенной ветке дерева, камне на пути и т. д.).

На месте стоянки провести наблюдение за стаей журавлей, направляющейся к югу — журавли летят «клином», издают характерный звук — «курлычут».

ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ

✓ **НАЙДИ ТАКОЕ ДЕРЕВО**

Дети находят липу, клен, березу по листьям, плодам. Используются задания типа: кто быстрее добежит, допрыгает.

✓ **МИШЕНЬ**

На земле рисуют несколько кругов один в другом (научить детей чертить круг палочкой с привязанной на конце веревочкой, воткнутой в землю, пользуясь этим приспособлением, как циркулем). Дети по очереди (по договоренности или жеребьевке) бросают шишки в круги, выигрывает тот, кто большее число раз попал в меньший круг.

Перед уходом с места стоянки срезается ветка рябины с ягодами (ветка срезается бережно, подчеркивается, что берется только одна веточка для всех детей — в подарок от леса), собираются семена клена, липы.

Обратный путь преодолевается короткой дорогой. Исключаются прыжки, бег.

Последующая работа:

● *ветку рябины поставить в «консервирующий» состав, состоящий из 2 частей воды и 1 части глицерина на 1,5—2 недели. Такая ветка хорошо будет смотреться в композиции зимнего букета;*

● семена клена и липы используются для художественной деятельности детей (аппликации, зимних букетов);

● пополнить гербарий семян клена, липы.

✓ ПАРК ОСЕНЬЮ

9—10-й походы

Общее расстояние — 1 км.

Продолжительность — 1 час.

Программный материал: ходьба парами в приседе, полуприседе, приставным, широким шагом; бег с кружением и остановкой, змейкой; прыжки вверх, доставая ветку дерева, прыгивание в заданное место; подлезание; лазание.

Наблюдения в природе: золотая осень, природоохранный труд взрослых в парке.

Перед выходом сказать детям, что они идут в парк полюбоваться золотой осенью, посмотреть, как взрослые готовят парк к зиме, ухаживают за деревьями и газонами. Напомнить о правилах поведения на дороге, на улицах города. Ходьба парами до парка, выбирать путь по аллеям, включая скверы.

В парке провести наблюдение за панорамой деревьев, их цветом, трудом взрослых в парке: пересаживают цветущие растения в горшки, очищают и вскапывают газоны, убирают опавшие листья.

Игровой сюжет «Путешествие»

Детям предлагается запомнить то, что им покажется интересным во время «путешествия». Они идут по широкой аллее «стайкой». Здесь же им предлагается покружиться так, как кружатся осенние листья с последней остановкой и приседанием — «в нашем саду листопад». Затем дети идут и бегут змейкой между кустами, проходят в приседе и полуприседе под деревьями с низким расположением веток; подпрыгивают и достают высокие ветки деревьев; определенную часть пути преодолевают, прыгая с ноги на ногу. Общее расстояние 100—150 м. В конце «путешествия» дети рассказывают о том, что им запомнилось. Воспитатель предлагает найти дорогу обратно. На протяжении всего обратного пути ме-

няются ведущие (по желанию детей ведет тот, кто помнит участок пути).

Свободные игры детей на спортивной площадке парка: упражнение в равновесии на бревне — ходьба приставным, обычным, широким шагом; прыгивание прямо, боком, спиной вперед в заданное место; подлезание, лазание по гимнастической лестнице. Перед уходом из парка дети выполняют задание: найти по 15—20 самых красивых листочков, разных по величине, расцветке, форме.

Короткая дорога обратно.

Последующая работа:

● прогладить листья утюгом в присутствии детей, разложить их по принадлежностям к деревьям в конверты или корзинки. Несколько листьев прикрепить к шторам, составить букет из осенних листьев в низкой широкой вазе (с помощью пластилина);

● аппликационные работы с использованием листьев;

● обрисовывание и штриховка листьев;

● изготовление альбома «Осенние листья» (на память о парке);

● составление рассказов на тему «Осенью в парке».

✓ ПРУД ОСЕНЬЮ

11—12-й походы

Общее расстояние — 1,5 км.

Продолжительность — 1 час.

Программный материал: ходьба широким и мелким шагом в разных направлениях, спиной вперед, след в след; бег широким шагом; прыжки в длину с места, по ориентирам; метание в даль, в воду со скольжением.

Наблюдения в природе: пруд осенью (цвет воды, песка, окружающих деревьев; насекомые, птицы на пруду).

Перед походом дети вспоминают о прогулках на пруд летом. Воспитатель говорит: «Посмотрим, как пруд выглядит осенью». По дороге к пруду: в зависимости от рельефа местности дети идут широким и мелким шагом, змейкой между кустами и деревьями; перепрыгивают через корни деревьев, узкие канавки. Через 15 мин — кратковременный отдых.

На месте стоянки — наблюдение за погодой. Отметить признаки осени на воде, в окружающих озерах деревьях, траве, песке, рассмотреть насекомых, птиц, отметить их поведение.

ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ

✓ В КАКОЙ РУКЕ КАМЕШЕК. СПРЯЧЬ И НАЙДИ

Кто-либо из детей показывает всем камешек, затем прячет его. Тот, кто находит, забирает камешек себе.

✓ БОЛЬШИЕ И МАЛЕНЬКИЕ НОГИ

Дети становятся в ряд. Им предлагается пройти расстояние до черты (3—5 м) широкими шагами (самые большие ноги). Дети считают шаги, отмечают, кому удалось преодолеть расстояние меньшим количеством шагов. Обратно дети идут мелкими шагами (маленькие ноги).

✓ НАЙДИ ПО СЛЕДУ

Дети закрывают глаза, в это время ведущий идет по песку, запутывая след, затем прячется, дети должны пройти друг за другом след в след, отыскать спрятавшегося.

✓ КТО ДАЛЬШЕ

Бросание камешков в воду так, чтобы камешек «пробежал» по воде (камешек должен быть плоским).

✓ ПРЫГНИ В КРУГ

Прыжки в начерченный на песке круг прямо, боком, спиной вперед.

Свободные игры на берегу озера, сбор ракушек камешков разного размера, цвета, формы.

Короткая дорога обратно.

Последующая работа:

● самые красивые камешки выкладываются в стеклянную чашу или широкую вазу, заливаются водой. Наблюдение за тем, как изменяется цвет камней: они становятся ярче, красивее, их оттенки меняются в зависимости от освещения;

● часть камешков раскладывается в цветочные горшки, в кукольную посуду;

● 2—3 самых гладких камешка оставляются специально для игр: «В какой руке камешек», «Найди спрятанный камешек», «Узнай на ощупь». Камешки складываются в красивую коробку, которая кладется на полку «подарков из похода».