**ПРОГУЛКА, КАК МЕТОД ОЗДОРОВЛЕНИЯ ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА**

***Сергеева Е. А., старший воспитатель***

***Самарина А. В., воспитатель***

*МБДОУ №125 г. Мурманск*

**Цель**: повысить качество здоровья детей на прогулке с помощью подвижных игр и игр малой подвижности.

**Задачи**:

Образовательные:

Уточнять и закреплять знания у детей о разных видах транспорта, его отличительных особенностях.

Закреплять знания дорожных знаков.

Формировать знания, умения и навыки поведения в транспорте, на улице и проезжей части.

Развивающие:

Развивать память, внимание, образное мышление, диалогическую речь.

Развивать умение действовать по сигналу взрослого и ориентироваться в пространстве.

Воспитательные:

Воспитывать культуру поведения, желание играть дружно, не нарушать правила игры, помогать другим.

Воспитывать уважительное отношение к водителю и пешеходу.

Здоровьесберегающие:

Профилактика гиподинамии, формировать двигательные навыки и физические качества - ловкость, быстроту.

Способствовать углублению и ритмичности дыхания, согласовывать дыхание с движением.

**Материал:** рули по количеству детей, кегли, 2 контейнера, грузовик, светофор, дорожный знаки «Пешеходный переход», «Место остановки автобуса (троллейбуса)», «Дети», мешочки с песком по количеству детей, емкость с водой, кораблики с парусами.

**Ход прогулки:**

В: - К нам сегодня пришли гости, давайте с ними поздороваемся. Ребята, вы знаете, есть такие школы, где учат правилам дорожного движения. Взрослые сдают там экзамены на право вождения автомобилем. Как называются эти школы? (Автошколы). Хотите пройти экзамен на знание видов транспорта? (Да). Тогда начнём, будьте внимательны и отгадайте загадки:

|  |  |
| --- | --- |
| Маленькие домикиПо улице бегут.Мальчиков и девочекДомики везут (Поезд). | За дымком,За свистком,Братья бегают гуськом.(Поезд). |
| Без разгона ввысь взлетаю,Стрекозу напоминаю,Отправляюсь я в полет. Кто же это... (Самолет). | Вот стальная птица,В небеса стремится,А ведёт её пилот.Что за птица... (Самолет). |
| По волнам дворец плывет,На себе людей везет ...(Корабль). |  |
| Не летает, но жужжит,Жук по улице бежит.И горят в глазах жука,Два блестящих огонька (Машина). | Пьёт бензин, как молоко,Может бегать далеко,Возит грузы и людей.Ты знаком, конечно, с ней (Машина). |

В: - Какие вы все молодцы! Все загадки отгадали! Машина ездит по земле, значит это какой вид транспорта? (Наземный вид транспорта).

В: - Будущих водителей проверяют, как они хорошо умеют водить автомобиль на специальной площадке, я вам её уже приготовила.

**Первое задание «Змейка».** Я предлагаю вам проехать по извилистой дороге на автомобиле. У всех в руках руль? Вставайте друг за другом, заводите моторы (р-р-р), поехали. Все справились, никто не выехал за приделы дороги? Вы отличные водители!

**Второе задание «Светофор»**. А теперь мы проверим, знаете ли вы правила дорожного движения. На какой сигнал светофора можно двигаться? (На зеленый сигнал светофора двигаться можно). Желтый сигнал светофора, о чем нам говорит? Что означает красный сигнал светофора? (двигаться нельзя, нужно остановиться) Совершенно верно, вот у меня светофор, когда он показывает зеленый свет, машины могут двигаться, а когда красный, все должны остановиться. Только будьте аккуратны, не попадите в аварию, машины не должны стакиваться друг с другом (проводиться игра) Молодцы! Все справились!

**Третье задание «Веселый грузовик».** Как хорошо вы знаете правила дорожного движения. А какие дорожные знаки вы знаете? (дети называют) А что означает синий знак с человечком, идущим по белым полоскам? (пешеходный переход) А зачем он нужен? (по нему люди переходят дорогу без светофора) Правильно, и все водители обязательно должны пропускать людей на пешеходном переходе. А вы сейчас будете водителями грузовиков, вставайте друг за другом. Нужно прокатить машину до знака «Пешеходный переход», пропустить пешехода, проехать до мешочков с песком, положить в грузовик 1 мешочек, вернуться, выгрузить песок и передать грузовик следующему водителю по порядку. Начинаем. Раз, два, три-вези! (проводится эстафета) Молодцы, ребята! Все мешочки с песком перевезли, и правила не нарушили.

**Четвертое задание «Остановка».** Ребята, а что обозначает этот знак? (Место остановки автобуса). Верно, Алеша будет водителем автобуса, а мы с вами пассажирами, которые ждут автобус на остановке. Алеша подъезжает к остановке, берет двух пассажиров и везет их к детскому саду, который обозначен знаком «Дети». (Проводится игра). Всех пассажиров перевезли?

Вы настоящие водители, знаете правила дорожного движения и дорожные знаки. Ребята, на чем можно передвигаться по воде? (Варианты детей). Как называется такой вид транспорта? (Водный транспорт). Вы совершенно правы, подходите к нашему озеру.

Ветер по небу гуляет

И кораблик подгоняет.

Он бежит себе в волнах

На раздутых парусах.

Возьмите кораблики и пустите их в озеро. Наши кораблики неподвижны, что же делать? (Нужно на них подуть). Подуйте каждый на свой кораблик. Плечики не поднимайте, щечки не надувайте. Молодцы! Какие отважные из вас моряки!

Ребята, посмотрите, нас уже ждут самолеты! Самолет, это какой вид транспорта? (Воздушный). Ой, что-то случилось с нашими самолетами, у них не хватает важных частей, каких? (Крыльев, иллюминаторов). Мы поможет нашим самолетам взлететь? (Да). Берите палочки и дорисовывайте недостающие детали. (Дети дорисовывают). Молодцы! Какие красивые самолеты получились, пора заводить мотор. Все вместе «У-у-у-у-у-у-у» (Звукоподражание с движением руками по кругу). Отлично, все самолеты взлетели!

Молодцы! Экзамен вы прошли на «отлично»! Давайте вспомним все виды транспорта, которые встретили сегодня.

**Физкультминутка «На поезде мы ехали...»**

Ладушки, ладушки,

Едем дружно в садик мы.

Разойдись народ,

Нас машина везет.

Там плывет вдалеке,

Пароходик по реке.

В небе самолет летит,

Нас увидел и гудит.

На поезде мы ехали,

В детский сад приехали.

- Скажите гостям до свидания!

**Самостоятельная игровая деятельность**. Дети гуляют на площадке, играют в песочнице с выносным материалом. Самостоятельная игровая деятельность.

**Индивидуальная работа.** Бег со сменой направления, прыжки на двух ногах.

**Трудовая деятельность детей.** Воспитатель предлагает детям собрать игрушки.