

муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
города Новосибирска «Детский сад № 11 «Снегирёк»
комбинированного вида»

Новосибирск – 46, улица Первомайская, 166-а
Телефон / факс: 337-16-60 / 337-02-75

Конспект
физкультурно-оздоровительной,
экологического - краеведческой экскурсии

«Лесные приключения!»

*Автор: Чабанова Ольга Станиславовна,
воспитатель
высшей квалификационной категории*

Новосибирск 2016

*Любить природу нужно,
Чтоб человеком стать.
За это даже белки
Вас будут уважать.
В. Берестов*

Программное содержание:

1. Оздоровлять детей средствами длительной пешеходной прогулки.
2. Развивать наблюдательность, внимание, мышление, умение анализировать, обобщать, делать выводы. Развивать связную речь у детей.
3. Воспитывать любовь и бережное отношение к родной природе.
4. Способствовать формированию коммуникативных навыков.
5. Вызывать эмоциональный отклик в процессе любования родной природой.

Оборудование: на каждого ребенка: рюкзак, бутылочка с водой;

покрывало для привала, флажки дорожные, флажки для ограждения территории, атрибуты для игр, аптечка.

Одежда ребенка: спортивный костюм, головной убор, удобная спортивная обувь.

Время проведения – первая декада осени.

Место проведения: Первомайского района, г. Новосибирска (смешанный лес).

Длительность: 2 часа.

Итог: фотоотчет.

Литература:

- Головин О.В. Нормированная двигательная активность в онтогенезе дошкольника: Монография. Новосибирск: Изд-во НГПУ 2003. - 142 с.
- Шорыгина Т.А. Беседы о русском лесе. Методические рекомендации. – М.: ТЦ Сфера, 2010. – 96 с. (Вместе с детьми)
- Тишурина Н.О. У нас каникулы. Растения леса. – М.: Дрофа, 2003. – 16 с.

- Полиевский С.А., Гук Е.П. Физкультура и закаливание в семье. – М.: Медицина, 1984. – 80 с.
- Григорьева М. Ботаническая экскурсия. – М.: Детгиз, 1952. – 46 с.

Предварительная работа

С педагогами:

Рекомендации по проведению туристических походов и экскурсий

Во время каждого туристического похода решаются определённые задачи. Поэтому необходимо всякий раз чётко разрабатывать маршрут, определять места остановок, необходимые снаряжение и одежду (в зависимости от погоды). План и маршрут согласовывать с медицинскими работниками. Накануне похода сотрудники проходят по маршруту в целях проверки его безопасности и проводят с детьми беседу о правилах поведения в процессе похода.

Инструкция по охране жизни и здоровья детей

1. Маршрут должен быть тщательно изучен взрослыми.
2. Одежда детей во избежание перегрева или переохлаждения организма должна соответствовать сезону.
3. При переходе улиц, дорог воспитатель должен соблюдать правила дорожного движения.
4. Воспитатель должен учитывать физические возможности детей.
5. Приказ заведующего на выход с указанием количества детей и ответственных.
6. Во время отдыха воспитатели проверяют состояние детей, их одежды.
7. Каждый взрослый должен хорошо знать содержание аптечки и правила пользования ею, чтобы при необходимости уметь оказать первую помощь.

Работа с родителями

1. Помощь в организации и сопровождении.
2. Подготовка и сбор снаряжения для детей.
3. Беседы о безопасности и правилах поведения.

С детьми

Правила поведения детей.

1. Выполнять правила, предусмотренные экскурсией.
2. Не наносить урон природе.
3. Помогать друг другу по необходимости.

Предварительная работа

- наблюдения за деревьями на территории ДОУ;
- чтение литературы природоведческого характера, пословиц, примет;
- разучивание стихов о природе;
- просмотр мультфильма «Сказка старого дуба»;
- рассматривание иллюстраций о лесе.

Словарная работа

Экскурсия, туристы, маршрут, компас, стороны света, лесные этажи.

Лиственный лес: березовая роща, белоствольная, березняк, осинник.

Хвойный лес: сосновый бор, ельник, сосняк, хвойный лес, хвоинки, хвоя.

Ход мероприятия

Части экскурсии	Фото	Содержание (слова экскурсовода)																																										
Объявление	 <p>Внимание! Внимание! 7 сентября мы идём на экскурсию в лес! Тема: «Лесные приключения» В походе участвуют дети старшего дошкольного возраста (5 – 7 лет) Общий сбор – 9.50 Начала похода -10.00 Каждый участник похода экипирован по погоде.</p> <table border="1" data-bbox="539 477 764 562"> <thead> <tr> <th colspan="2">7 СЕНТЯБРЯ СРЕДА</th> <th>Погода</th> <th>Ветер</th> <th>Влажность</th> <th>Видимость</th> <th>Облачность</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Ночью</td> <td>0...-1</td> <td>☁</td> <td>СВ</td> <td>80%</td> <td>1000 м</td> <td>100%</td> </tr> <tr> <td>Утром</td> <td>+1...+2</td> <td>☁</td> <td>СВ</td> <td>80%</td> <td>1000 м</td> <td>100%</td> </tr> <tr> <td>Днём</td> <td>+2...+3</td> <td>☁</td> <td>СВ</td> <td>80%</td> <td>1000 м</td> <td>100%</td> </tr> <tr> <td>Вечером</td> <td>+1...+2</td> <td>☁</td> <td>СВ</td> <td>80%</td> <td>1000 м</td> <td>100%</td> </tr> <tr> <td>Ночью</td> <td>0...-1</td> <td>☁</td> <td>СВ</td> <td>80%</td> <td>1000 м</td> <td>100%</td> </tr> </tbody> </table> <p>В удобной спортивной обуви, головном уборе и с детским рюкзаком, в котором лежит бутылочка с чистой водой (ёмкость 0,5 л).</p>	7 СЕНТЯБРЯ СРЕДА		Погода	Ветер	Влажность	Видимость	Облачность	Ночью	0...-1	☁	СВ	80%	1000 м	100%	Утром	+1...+2	☁	СВ	80%	1000 м	100%	Днём	+2...+3	☁	СВ	80%	1000 м	100%	Вечером	+1...+2	☁	СВ	80%	1000 м	100%	Ночью	0...-1	☁	СВ	80%	1000 м	100%	<p>Внимание! Внимание!</p> <p>7 сентября мы идём на экскурсию Тема: «Лесные приключения» В походе участвуют дети старшего дошкольного возраста (5 – 7 лет) Общий сбор – 9.50 Начала похода -10.00 Каждый участник похода экипирован по погоде, (см. таблицу) в удобной спортивной обуви, головном уборе и с детским рюкзаком, в котором лежит бутылочка с чистой водой (ёмкость 0,5 л).</p>
7 СЕНТЯБРЯ СРЕДА		Погода	Ветер	Влажность	Видимость	Облачность																																						
Ночью	0...-1	☁	СВ	80%	1000 м	100%																																						
Утром	+1...+2	☁	СВ	80%	1000 м	100%																																						
Днём	+2...+3	☁	СВ	80%	1000 м	100%																																						
Вечером	+1...+2	☁	СВ	80%	1000 м	100%																																						
Ночью	0...-1	☁	СВ	80%	1000 м	100%																																						
Карта маршрута экскурсии		<p>Условные обозначения</p> <p>↙ Направление движения</p> <p>🟩 Хвойный лес</p> <p>🟩🟩 Смешанный лес</p> <p>🚦 Светофор</p> <p>🚶 Пешеходный переход</p> <p>🟢 Лесная поляна</p>																																										
Общий сбор		<p><i>Участники собираются на территории ДОУ для организации предварительной беседы и начала экскурсии.</i></p> <p>Дом со всех сторон открыт, Он резною крышей крыт. Заходи в зелёный дом,</p>																																										

		<p>Чудеса увидишь в нём. <i>(лес)</i></p> <p>- Ребята, вы сможете объяснить, что означает слово лес? <i>(ответы детей)</i></p> <p>- Правильно. Лес – это место, где живут различные дикие животные, растут грибы и ягоды, где растёт много разнообразных деревьев <i>(каких?)</i>.</p>
Работа в группах		<p><i>Каждая возрастная группа имеет изображение дерева, о котором рассказывает всем участникам похода.</i></p>
		<p>Береза <i>(приложение 1)</i></p>
		<p>Рябина <i>(приложение 2)</i></p>
		<p>Ель <i>(приложение 3)</i></p>
		<p>Сосна <i>(приложение 4)</i></p>

		<p align="center">Осина (приложение 5)</p>
		<p align="center">Правила поведения в лесу</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Не будем ломать ветки деревьев, не будем на ней царапать слова. 2. Не будем рвать цветы, а будем ими любоваться. 3. Не будем срывать незнакомые ягоды и грибы, и не будем вырывать их с корнем. 4. Нельзя шуметь, нельзя обижать животных.
<p align="center">ПДД</p>		<p align="center">- Светофор нас в гости ждет. Освещает переход.</p>
<p>Длительная пешеходная прогулка по пересеченной местности.</p>	<p align="center">  О.п. «Первомайская»  Вверх  Вниз </p>	<p align="center">Речёвка туристическая</p> <ul style="list-style-type: none"> - Кто шагает с рюкзаком? Все: Мы, туристы! - Кто со скукой не знаком? Все: Мы, туристы! - Нас вперед ведут... Все: Дороги! - Наш девиз: Все: «Всегда вперед!» - Эй, ребята! Все: Тверже шаг! - Что турист берет в дорогу? Все: Песню, ложку и рюкзак! - Нам еда полезна будет, Все: Силы новые разбудит. - Кто отстал? Все: Не отставай!

		<p>- Кто устал? Все: Не унывай!</p>
<p>ПДД</p>		<p>На дороге целый день Сильное движение, Не остановить поток Даже на мгновение. Чтобы не случилось Опасных столкновений, Существуют Правила Дорожного движения.</p>
<p>В лесу</p>		 <p>Знак «Туристическая тропа»</p>
		<p>Загадка В кармане моем замечательный друг, Он знает, где север, Он знает, где юг.</p>

		<p>И в тайге, и в океане Он отыщет путь любой, Умещается в кармане, А ведет нас за собой.</p> <p style="text-align: right;">(Компас).</p> <p style="text-align: center;"><i>Приложение 6</i> «Загадки»</p>
<p>Наблюдение</p>	 <p style="text-align: center;">Муравейник</p>	
		<p>Кто наблюдательней?! Перед началом пути участники получили задание внимательно смотреть по сторонам, следить за указателями, за тем, что расположено по сторонам дороги и стараться всё увидеть и запомнить.</p>
<p>На поляне</p>		<p>- Как называют профессию человека, который следит за порядком в лесу. - Лесник. <i>(дети)</i> <i>«Мне по нраву только тот, Мир лесной кто бережет, Тот, кто веток не ломает, Тот, кто птичку не спугнет, Мухомор сшибать не станет, И костер не разведет, Кто всегда, всегда в лесу Уважает тишину».</i></p>

		 <p>Знак «Туристический привал»</p>
<p>На привале</p>	 	<p>Наш девиз! «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!»</p>
<p>Физминутка</p>		<p>В лес отправимся гулять <i>(дети маршируют)</i> Будем весело шагать По тропиночке пойдем <i>(ходят змейкой)</i> Друг за другою гуськом На носочки встали. И к лесу зашагали <i>(шагают на месте)</i> Ноги выше поднимаем <i>(с высоким подъемом колен)</i> И снова по дорожке мы Весело шагаем <i>(шагают).</i></p> <p><i>Приложение 7</i> «Физминутки»</p>

<p>Дыхательная гимнастика</p>		<p>«Лесной воздух»</p> <p>Воздух мы лесной вдохнём Дышим носом, а не ртом Плечи мы не поднимаем Животом все помогаем!</p>
<p>Беседа</p>		<p>Лесные этажи</p> <p>- Старый дуб, мне расскажи Про лесные этажи! - Этаж первый – это мхи, Бархатисты и мяжки. Этаж первый – самый нижний. К матушке-земле он ближний. А второй – цветы и травы, Что растут в густых дубравах. Третий – пышные кусты: Бересклет, лесной орех. И серёжки и цветы Украшают их весной. А четвёртый – всех он выше. Шум вершин зелёных слышен, Шелест листьев, шорох, скрипы... Это сосны, ели, липы.</p>
<p>Игра «Покажи дерево»</p>	 <p>«Берёза»</p>  <p>«Дуб»</p>	<p>Кто хочет быстрым стать И время не терять, Пусть за моей спиной Всё делает за мной. Движенья рук и ног Ты повторяй, дружок. Раз, два, три наклонись Раз, два, три повернись Раз, два, три покружись И деревом ты окажись.</p>

	 <p>«Ива»</p>  <p>«Яблоня»</p>	<p><i>Предварительная работа – создание образа дерева по характерным признакам.</i></p>
<p>Охрана природы</p>	 	<p>"Лес - богатство и краса береги свои леса"; "Враг природы тот, кто лес не бережет", "Для города каждое дерево дорого", "Срубить дерево - пять минут, вырастить - много лет", "Кто с дерева кору снимает, тот его убивает", "Одна искра целый лес сжигает", "Не мудрено срубить, мудрено вырастить",</p>
<p>Игра «Шишки собираем, а потом метаем»</p>	 	<p>Сколько шагов до дерева</p> <p>Во время игры ведущий указывает на какое-нибудь дерево и предлагает сказать, сколько до него шагов. Для проверки ответов все направляются к дереву. Считает шаги тот, кому это поручили. Побеждает назвавший число, наиболее близкое к правильному. Затем намечается другой объект и игра продолжается.</p>



Приложение 8
Картотека
дидактических и подвижных игр

Затем все готовятся к возвращению в детский сад.
Обратный путь совершается по тому же маршруту.

«Мы
рисуем...»



Приложение
к
экскурсии

Каждая группа изучает одно дерево и на общем сборе знакомит с его особенностями других участников экскурсии.

БЕРЁЗА

ЗАГАДКА

Не заботясь о погоде,
В сарафане белом ходит,
А в один из тёплых дней
Май серёжки дарит ей.

ПРИМЕТЫ

- 🌿 Листья с веток опадают – гуси к югу улетают.
- 🌿 Если осенью лист берёзы начнёт желтеть сверху – ранняя весна, а снизу – поздняя.
- 🌿 Когда лист берёзы опал чисто, то год будет урожайным.

ФИЗМИНУТКА

Наступило утро, солнышко проснулось, (руки очерчивают полукруг - лучи)
И берёзки к солнцу потянулись. (руки вверх, встать на носочки)
Поздоровались друг с другом, наклонившись в стороны. (наклоны в стороны)
С солнцем поздоровались, (руки очерчивают полукруг - лучи)
Радуюсь дню новому. (повороты друг другу - улыбка)

РЯБИНА

ЗАГАДКА

Прилетают в гости к ней
Стайка алых снегирей.
По ветвям они снуют,
Красны ягодки клюют.

ПРИМЕТЫ

-  Рябина – «ловящая птиц», одна из самых зимостойких плодовых культур.
-  В лесу много рябины – осень будет дождливой, если мало – сухой.

ФИЗМИНУТКА

Выросли деревья в поле.
Хорошо расти на воле!
(Потягивания – руки в стороны)
Каждое старается,
К небу, к солнцу тянется.
(Потягивания руки вверх)
Вот подул веселый ветер,
Закачались тут же ветки,
(Дети машут руками)
Даже толстые стволы
Наклонились до земли.
(Наклоны вперед)
Вправо-влево, взад-вперед –
Так деревья ветер гнет.
(Наклоны вправо-влево, вперед-назад)
Он их вертит, он их крутит.
Да когда же отдых будет?
(Вращение туловищем)
Ветер стих. Вошла луна.
Наступила тишина.
(Дети садятся за столы)

ЕЛЬ

ЗАГАДКА

Её всегда в лесу найдешь –
Пойдем гулять и встретим
Стоит колючая как ёж,
Зимою в платье летнем.

ПРИМЕТЫ

-  Если ветви ели опускаются вниз – к оттепели.
-  Еловый лес зимой чернеет – к дождю.
-  Если шишки на ели растут низко – к холодам в конце зимы.
-  Если шишки на ели растут высоко – к ранним морозам.

ФИЗМИНУТКА

«Три полочки»

Есть в лесу три полочки (стоя, ладони перпендикулярно туловищу)

Ели (руки вверх домиком),

Ёлки (приседают, показывая уменьшение),

Ёлочки (показывают маленькую ёлочку, приседая).

На елях лежат небеса (стоя, руки в стороны).

На ёлках птичьего голоса (имитация игры на дудочке),

А на ёлочках – роса (присели, ладони – перпендикулярно туловищу).

СОСНА

ЗАГАДКА

У меня длинней иголки

Чем у ёлки

Очень прямо я расту

В высоту.

Если я не на опушке

Ветки только на макушке.

ПРИМЕТЫ

 На бурю, если прислушаться, сосна звенит.

ФИЗМИНУТКА

Все шагают на месте около «сосны»

Мы посадим сосну. Вот, вот! (присесть)

Пускай наша сосна растёт, растёт! (медленно вставать)

Вырастай ты, сосна, вот такой вышины. (поднять руки вверх)

Вырастай ты, сосна, вот такой ширины. (развести руки в стороны)

Вырастай ты, сосна, (делают «пружинку»)

В добрый час! (руки вверх)

ОСИНА

ЗАГАДКА

Если дунет ветерок, задрожит её листок

Ветерок совсем не сильный,

Но дрожит листок ... осиный.

ПРИМЕТЫ

-  По цветению осины можно определять срок раннего сева моркови.
-  Осина в пушистых сережках - к урожаю овса.
-  Полетел пух с осины - иди за подосиновиками.
-  Наблюдается "плач" растений - к дождю.

ФИЗМИНУТКА

Раз – подняться, потянуться,

Два – согнуться, разогнуться,

Три – в ладоши три хлопка,

Головою три кивка.

На четыре – руки шире,

Пять – руками помахать

И на место тихо встать.

ЗАГАДКИ

<p>Белоствольные красавицы Дружно встали у дорожки, Книзу веточки спускаются, А на веточках сережки. (Берёзы)</p>	<p>Из деревьев ранним летом Вдруг снежинки запорхают, Но не радует нас это - Мы от этого чихаем. (Тополь)</p>
<p>Вот свершилась злая доля, Малы и неказисты И скромно зеленеют, Но осенью их листья И ягоды краснеют. (Рябина)</p>	<p>Было дерево когда-то, А теперь тут круглый столик И за ним сидят опята. (Пенёк)</p>
<p>Его весной и летом Мы видели одетым, А осенью с бедняжки Сорвали все рубашки. (Дерево)</p>	<p>Не загадка это даже, Сразу назовем, Если только кто-то скажет - Желуди на нем! (Дуб)</p>
<p>В этот гладкий коробок Бронзового цвета Спрятан маленький дубок Будущего лета. (Желудь)</p>	<p>Что же это за девица: Не швея не мастерица, Ничего сама не шьет, А в иголках круглый год. (Ель)</p>
<p>Кудри в речку опустила И о чем-то загрустила, А о чем она грустит, Никому не говорит. (Ива)</p>	<p>Дом со всех сторон открыт, Он резною крышей крыт. Заходи в зелёный дом, Чудеса увидишь в нём. (Лес)</p>
<p>С моего цветка берет Пчелка самый вкусный мед. А меня же обижают: Шкуру тонкую сдирают. (Осины)</p>	<p>Есть у родственницы елки Неколючие иголки, Но, в отличие от елки, Опадают те иголки. (Лиственница)</p>
<p>Все в покое, замер ветер И деревья все молчат... Нет, не все еще - у этих Листья тихо шелестят. (Осины)</p>	<p>Все знают, что у елки Не листья, а иголки, И так же, как она С иголками ... (Сосна)</p>
<p>Белые овечки бегают по свечке. (Верба)</p>	

Физкультминутки

В лес отправимся гулять *(дети маршируют)*

Будем весело шагать

По тропинке пойдем *(ходят змейкой)*

Друг за другом гуськом

На носочки встали.

И к лесу побежали *(бегут на носочках)*

Ноги выше поднимаем *(с высоким подъемом колен)*

И снова по дорожке мы

Весело шагаем *(шагают)*.

«Сосна»

Дети берутся за руки, образуя круг, в середине которого становится ведущий – сосна.

Мы посадим сосну *(Все ходят по кругу вокруг «сосны»)*.

Вот, вот! *(Присесть)*.

Пускай наша сосна *(Медленно встать)*.

Растет, растет!

Вырастай ты, сосна, *(Поднять руки вверх)*.

Вот такой вышины;

Вырастай ты, сосна, *(Развести руки в стороны)*.

Вот такой ширины.

Вырастай ты, сосна, *(Делают «пружинку»)*.

В добрый час!

Потанцуй, Сережа *(имя водящего, хлопают в ладоши)*.

Покружись для нас! (*Ведущий танцует, кружится*).

А мы с этой сосны

Шишки срывать будем. (*Приближаются к ведущему*).

От нашего Сережи (*Стараются дотронуться до ведущего*).

Убегать будем! (*Дети убегают, ведущий их ловит*).

Читаем вместе:

Я — дерево-мама, а вы — мои детки,
Качала я вас в колыбели на ветке,
Но время пришло, вам пора улетать,
Пора вам большими деревьями стать.

Дети:

На дереве-маме мы долго висели,
Вдруг ветер подул, и мы все полетели.
Умчаться от мамы подальше хотим,
Нас ветер подхватит, и мы улетим!
Нам легкие крылья летать помогают,
Где мы приземлимся, лишь ветер узнает.

На землю родную мы все упадем,
Земля нас накормит, земля — это дом.
Весною нас солнце лучами согреет,
А дождик напоит водой, как сумеет.
Тогда прорастем мы зеленым ростком
И маме помашем зеленым листком.
Нам дерево-мама помашет в ответ.

— Как стать нам большими, не дашь ли совет?

И дерево-мама, качаясь, шумит,
Советы давая, листвой шелестит.

ИГРЫ

Д. И. «Узнавай и хлопай»

А сейчас будьте внимательны, я буду называть деревья и кустарники.

А вы попробуйте выбрать те, которые растут у нас в лесу.

Если растут – хлопайте. Если нет – грозите пальчиком.

(Яблоня, груша, малина, мимоза, ель, облепиха, берёза, черёмуха, лимон, апельсин, липа).

Молодцы, но это только начало.

Будьте внимательны, я буду называть ещё быстрее.

Слива, рябина, кофе, дуб, кипарис, тополь, сосна, калина.

Молодцы, хорошо справились с заданием.

П/ и «Мы листики осенние»

Мы – листочки, мы – листочки,

Мы - осенние листочки.

Мы на веточках сидим

Ведер дунул – полетели.

Мы летали, мы летали,

А потом летать устали!

Перестал дуть ветерок –

Мы присели все в кружок.

Ветер снова вдруг подул

И листочки быстро сдул.

Все листочки полетели

И на землю тихо сели.

Дидактическая игра «Узнаю деревце»

Взрослый предлагает малышам назвать деревья, о которых он спрашивает.

Какое дерево имеет белую кору и желтеет одним из первых? (Берёзка)

Листочки, какого дерева напоминают гусиную лапку? (Клена)

Какое дерево сравнивают с казаком, богатырем? (Дуб)

С какого дерева пчелы собирают летом мед? (С липы)

Какое дерево имеет вместо листочков иголки? (Ель, сосна)

П.И. «Друг-другок, уступи дубок»

Играющие - белки. У каждой своё дерево. У одной белки (водящего) дерева нет. Водящий подходит к дереву любой белки и просит:

«Друг-другок, уступи дубок».

Белка не должна уступать свой дом. Она бежит по кругу вправо, а водящий влево. Они по внешнему кругу оббегают все дома, дотрагиваются до каждого дерева. Та из белок, которая первой прибежит к дереву, от которого начинали бег, под ним и становится. Белка, оставшаяся без дома, водит.

М.П.И. «Посмотри и запомни»

Всех участников делят на две команды и ставят (усаживают) спинами друг к другу. За, примерно, 5 минут дети должны запомнить в деталях все, что видят перед собой. Затем команды меняются местами (те, кто смотрел в одну сторону, смотрят в противоположную). После этого детям предлагается рассказать, что они запомнили. Участники игры задают друг другу вопросы (их может задавать и взрослый). Отвечают на вопросы те, кто стоит (сидит) спиной к объекту. Например, нужно описать дерево, сказать породу, высоту, количество веток, наличие шишек, листьев, их форму. За каждый правильный ответ засчитывается одно очко. Побеждает команда, набравшая больше очков.

П.И. «Круговорот»

Играющие, построившись в пары, идут по дороге ровным умеренным шагом. Ведущий даёт сигнал «Стань первым!». Последняя пара отделяется: один слева, другой справа от колонны. Они стараются обогнать ребят и стать впереди колонны первой парой. Бежать нельзя – надо идти ускоренным шагом. Как только игроки займут места впереди колонны, ведущий даёт сигнал «Стань первым!». Так продолжается до тех пор, пока все пары не выполнят это задание.

П.И. «Горелки на ходу»

Играющие идут по дороге парами. Один из них – водящий. Он идет в 5-6 шагах впереди колонны. По сигналу начинается игра. Все хором произносят:

Мы весёлые ребята,

Любим бегать и скакать.

Ну, попробуй нас поймать.

На последнем слове стоящие в последней паре разъединяются и бегут вдоль колонны (один слева, другой справа), стараясь взяться руки и стать впереди колонны. Водящий должен кого-нибудь из них запятнать, раньше чем игроки возьмутся за руки. Если это ему удаётся, он становится впереди колонны, в паре со вторым игроком, если не удаётся – продолжает водить.