

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Станция туризма и экскурсий «Конжак»
МО Карпинск Свердловская область

Рассмотрена на заседании
методического совета
от «17» ноября 2025г.
Протокол № 4

Методическая разработка

«Сборник подвижных туристских игр для детей 9-15 лет»

Составитель:
Белевич Алёна Сергеевна
педагог дополнительного
образования (1КК)

МО Карпинск 2025 год

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка	3
2. Сборник подвижных игр	5
2.1 Паутинка	5
2.2 Эстафета	6
2.3 Шагомеры	6
2.4 Весёлое дерево	7
2.5 Салки в лесу	7
2.6 Точный глазомер	8
2.7 Наблюдатель	9
2.8 Найти предмет	10
Используемая литература	13

Пояснительная записка

Данная методическая разработка адресована педагогам дополнительного образования, занимающихся туристско-краеведческой деятельностью при организации образовательного процесса, массовых мероприятий, проведении занятий на местности.

Цель: развитие физических качеств, координации, ловкости и командного духа.

Задачи:

- пропаганда и популяризация среди учащихся здорового образа жизни;
- развитие двигательных и туристских навыков;
- формирование эмоционально-положительного отношения друг к другу, чувства коллективизма.

Возраст участников: 9-15 лет.

Детские туристские игры имеют множество преимуществ для физического, когнитивного и социального развития детей. Кроме того, игры на природе помогают детям познакомиться с окружающим миром, научиться ценить природу и расширить свой кругозор.

В игры на местности включены элементы туризма, спортивного ориентирования и прикладных видов спорта. Широкое разнообразие двигательных действий, используемых при участии в них, придает им особую значимость. Наряду с играми персонального действия, которые позволяют оценить степень физической и технической подготовки каждого, имеется большое количество командных игр, требующих проявления коллективных действий, позволяющих выработать, а затем и проверить умение взаимодействовать на естественных препятствиях синхронно и дружно, используя поддержку и взаимовыручку.

Эти игры проводятся не в помещении, не на ограниченной площадке, как подвижные и спортивные игры, а на местности, в поле или лесу, на большой территории, охватывающей, как правило, несколько квадратных километров.

Вот подробнее о пользе детских туристских игр:

Физическое развитие:

- **Укрепление здоровья:**

Активные игры на свежем воздухе, такие как бег, прыжки, спортивные игры, способствуют физическому развитию, укреплению иммунитета, развитию силы и выносливости.

- **Формирование здорового образа жизни:**

Детские туристские игры приучают детей к активному образу жизни, что важно для профилактики заболеваний и поддержания здоровья в будущем.

Когнитивное развитие:

- **Развитие познавательных навыков:**

Изучение новых мест, знакомство с культурой и историей, участие в играх на природе, требующих логического мышления и принятия решений, стимулируют умственное развитие детей.

- **Улучшение памяти и внимания:**

Запоминание маршрутов, ориентирование на местности, участие в играх, требующих концентрации, способствуют развитию памяти и внимания.

Социальное развитие:

- **Развитие навыков командной работы:**

Игры в команде, решение общих задач, взаимопомощь, развивают навыки коммуникации, сотрудничества, умение работать в коллективе.

- **Формирование лидерских качеств:**

Участие в играх, где дети могут проявлять инициативу, принимать решения, брать на себя ответственность, способствует развитию лидерских качеств.

- **Преодоление трудностей:**

Преодоление препятствий в играх, поиск решений в сложных ситуациях, учат детей быть уверенными в себе, не бояться трудностей и не сдаваться.

Эмоциональное развитие:

- **Повышение самооценки:**

Успешное выполнение заданий в играх, преодоление трудностей, получение положительных эмоций от общения и новых впечатлений повышают самооценку детей.

- **Снижение стресса:**

Нахождение на природе, активные игры, отвлечение от повседневных проблем, снижают уровень стресса и улучшают эмоциональное состояние детей.

Развитие интереса к природе и туризму:

- **Любовь к природе:**

Знакомство с красотой природы, участие в экологических играх, воспитание бережного отношения к окружающей среде.

- **Любовь к туризму:**

Приобретение навыков ориентирования на местности, разведения костра, установки палатки и других навыков, прививает любовь к активному отдыху и туризму.

В целом, детские туристские игры – это не просто развлечение, а комплексный подход к воспитанию и развитию ребенка, который сочетает в себе физическую активность, интеллектуальное развитие и социализацию, а также способствует формированию здорового образа жизни и любви к природе.

СБОРНИК ПОДВИЖНЫХ ИГР

«Паутинка»

Цель: развитие мелкой моторики рук и умение работать с карабинами.

Оборудование: нижняя система (ИСС), два уса самостраховки и 2 карабина.

Ход игры: перед детьми на уровне пояса натянута горизонтальная паутина. Их задача встегнуться двумя карабинами в любое место, где захотят. Выбирают водящего, который их будет ловить. Задача детей бегать от водящего, правильно перестёгиваясь между верёвками (сначала одним усом

самостраховки, затем другим). Кого поймали, тот становится водящим и ловит других.



Таким образом, у детей закрепляются умения и навыки оставаться на одной из самостраховок, что является безопасностью в горных условиях.

«Эстафета»

Цель: развитие у детей, быстроты, ловкости и знаний о растениях Северного Урала.

Ход игры: ведущий стоит в 20 метрах от команд. До старта называет любую букву, задача детей на одной ноге проскакать до ведущего, и на заданную букву назвать одно растение, затем вернуться к команде. На усмотрение ведущего, если растения на данную букву кончаются, он предлагает другую букву:

К (клен, крапива, колокольчик, ковыль, кровохлебка, клевер и т.д.)

Л (ландыш, липа, лук, лиственница, лисичка, лилия и т.д.)

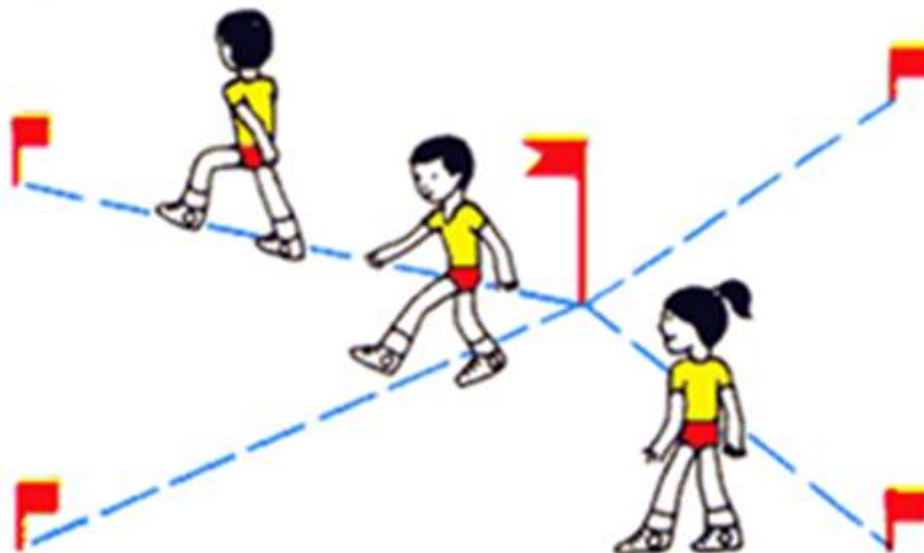
«Шагомеры»

Цель: развитие умения измерять расстояние до указанного предмета шагами.

Ход игры: перед началом игры все участники измеряют длину своего шага.

Для этого определённое расстояние, например, 100 метров, надо пройти подсчитывая шаги, а затем это расстояние разделить на их число.

Задача игры узнать, кто из ребят точнее может определить расстояние между двумя точками: столбами, деревьями или флажками, воткнутыми в землю.



«Веселое дерево»

Цель: развитие физических качеств.

Оборудование: 2 верёвки по 15 метров.

Ход игры: для каждой команды обозначают дерево, к которому заранее привязана веревка определенной длины. Участники вызываются парами, по одному из каждой команды. По команде оба участника подбегают к «своему» дереву с верёвкой, берут конец верёвки и начинают бегать вокруг дерева, наматывая на него веревку. Побеждает та команда, участник которой первый намотал верёвку вокруг дерева.

«Салки в лесу»

Цель: развитие физических качеств, смекалки и ловкости.

Ход игры: участники разбегаются в разные стороны от водящего, который старается догнать и остановить (осалить) кого-нибудь из них.

Спасаясь от погони, играющий подбегает к любому дереву и прикасается к нему, в этот момент его осалить нельзя. Если же водящий хочет продолжить преследование этого играющего, то ему надо громко считать до пяти, отступая с каждым разом от дерева.

Прежде чем счёт закончится, тот, кто стоит у дерева, отбегает, и погоня продолжается. Водящего сменяет тот, кого он осалил.



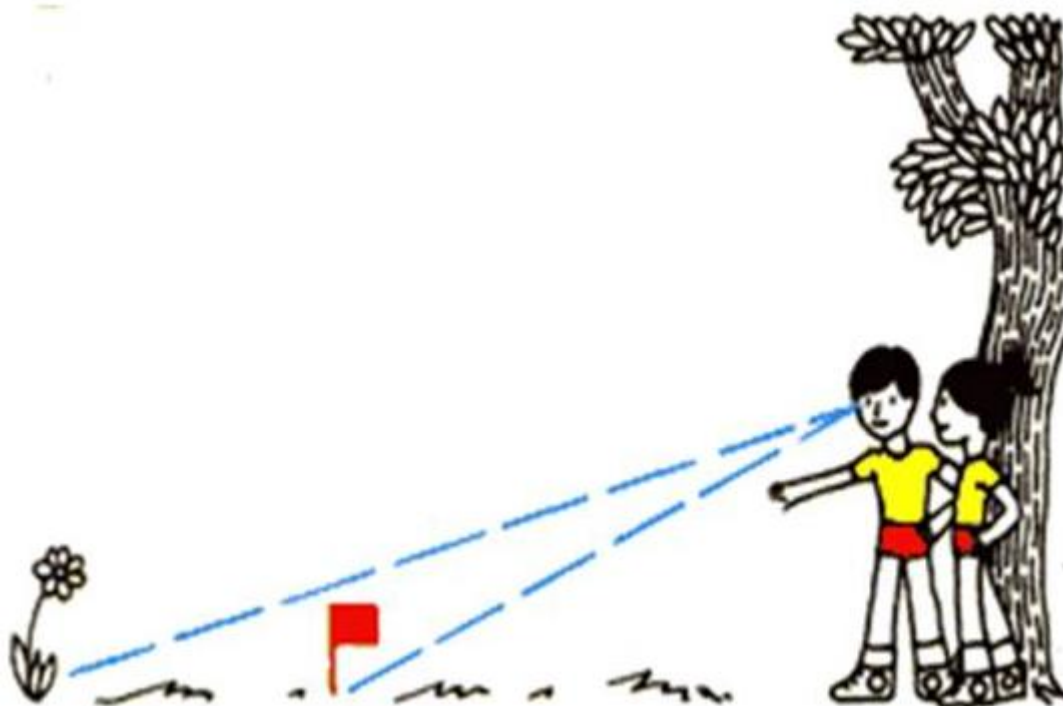
«Точный глазомер»

Цель: развитие умения определять расстояние до указанного предмета с помощью глазомера.

Ход игры: участникам игры руководитель указывает на какой-нибудь предмет на местности.

Игроки измеряют на глаз расстояние до него, записывают результаты на листке и сдают его руководителю.

Выстроив группу участников, руководитель ведёт их к предмету и останавливает каждого на расстоянии, отмеченном им на листке. Так нагляднее показать у кого лучше глазомер.



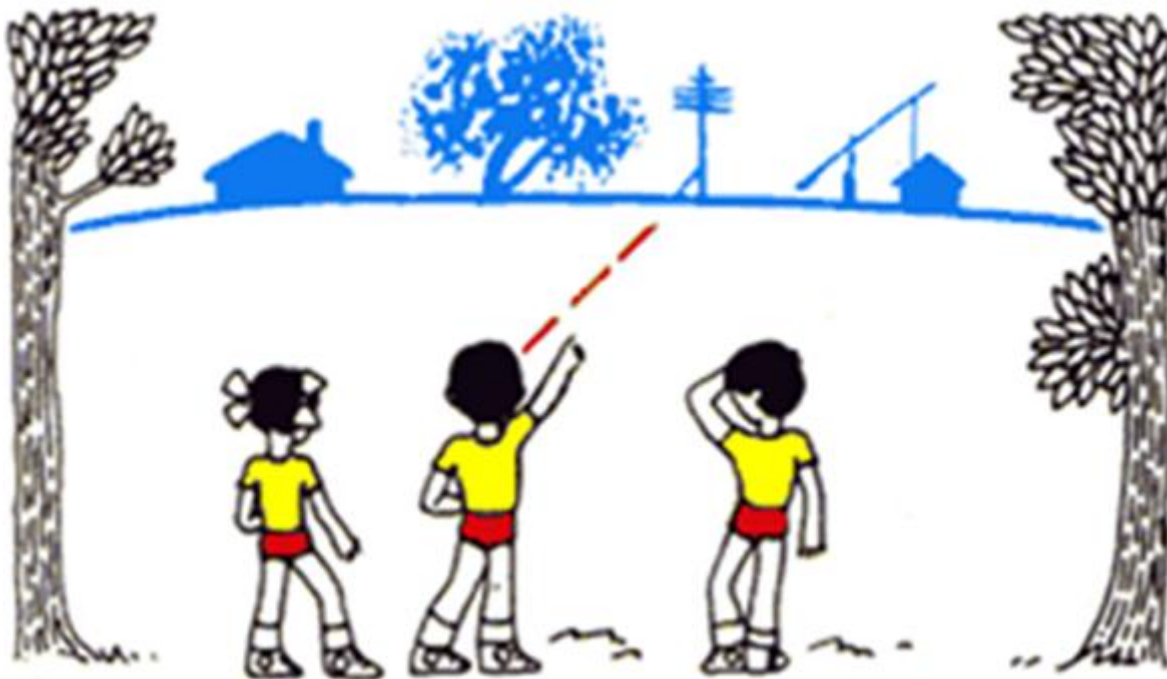
«Наблюдатели»

Цель: развитие у участников зрительной памяти.

Ход игры: для игры выбирают место, откуда в одну сторону открывается горизонт и видны, скажем, дорога, колодец, дома, кусты, мостик т. п.

Участники минуту внимательно рассматривают ландшафт, стараются запомнить его. Затем, повернувшись в другую сторону, игроки отвечают на вопросы руководителя, проверяя, таким образом, своё внимание и зрительную память.

За каждый правильный ответ дают очко. Побеждает тот, кто набрал больше очков.



«Найти предмет»

Цель: развитие умений ориентироваться по карте и на местности.

Оборудование: готовая карта местности, любой предмет для поиска (флажок, кегля, мяч и т. п.)

Ход игры: руководитель игры рассказывает ребятам, что неподалёку в лесу спрятан предмет и, чтобы его найти, нужно изучить карту, указывающую дорогу к предмету. Она спрятана недалеко в кустах. Руководитель объясняет ребятам, как добраться до этого места.

Карту охраняют два сторожа, которые находятся в двух-трёх шагах от неё. Тот из игроков, который сумеет незаметно подползти к сторожам ближе чем на десять шагов и его не окликнут, получает право взять карту. На это даётся 20 секунд, после чего, сторож снова прячет карту.



Игрок, же отправляется на поиски. Если он не запомнил путь, можно вновь пробраться к карте. Если же сторож заметит приближающегося и окликнет его, игрок выбывает из игры.

Детские туристские игры хороши тем, что они способствуют развитию физических качеств, познанию окружающего мира, формированию коммуникативных навыков и экологическому воспитанию.

Туризм — форма активного отдыха и оздоровления, которая позволяет решать эти задачи через игровую деятельность, адаптированную к возможностям детей.

Приведу пример ещё пару интересных тематических туристских игр для занятий с детьми, как на улице, так и в помещении:

1. Ориентирование на местности:

- Найти указанный объект по карте и компасу.
- Определить стороны горизонта по природным признакам.

2. Полоса препятствий:

- Пройти через лабиринт из естественных преград (деревья, камни, канавы).
- Преодолеть брод, переправиться через ручей по бревну.

3. Туристический квест:

- Найти спрятанные предметы по заданным подсказкам.
- Выполнить задания на наблюдательность и логику.

4. Разведение костра:

- Собрать сухие ветки и разжечь костер с помощью спичек или зажигалки.
- Ухаживать за костром (поддерживать огонь, не допускать распространения на другие территории).

5. Установка палатки:

- Научиться правильно ставить палатку, используя инструкции.
- Проверить устойчивость палатки при ветре.

6. Первая помощь:

- Оказать первую помощь при условных ранениях (порезы, ушибы, синяки).
- Определить признаки и симптомы различных травм.

7. Ориентирование по природным признакам:

- Определить стороны света по мху на деревьях, муравейникам и другим природным ориентирам.

8. Эстафета с рюкзаком:

- Переноска рюкзака и его правильное распределение на спине.
- Пройти дистанцию с грузом на скорость.

9. Поиск съедобных растений:

- Узнать и собрать съедобные растения в лесу (ягоды, грибы).
- Определить ядовитые растения и избегать их.

10. Творческое задание:

- Придумать и исполнить песню или танец на тему туризма.
- Сделать поделку из природных материалов (цветы, листья, ветки).

Таким образом, детские туристские игры (занятия туризмом) полезны для физического, познавательного и социального развития дошкольников. Туристическая деятельность сочетает элементы физического воспитания, экологического образования и воспитания, и её элементы помогают решать различные задачи.

ИСПОЛЬЗУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Интернет источник: <https://nsportal.ru/detskiy-sad/okruzhayushchiy-mir/2025/01/11/turizm-kak-forma-razvitiya-poznavatelnoy-aktivnosti-u>
2. Интернет источник: <https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2025/10/31/polza-detskogo-turizma-vsestoronnee-razvitie-cherez>
3. Интернет источник: <https://ped-kopilka.ru/uchiteljam-predmetnikam/fizicheskaja-kultura/turisticheskie-igry-dlja-shkolnikov-na-prirode.html>