

# «Формирование основ здорового образа жизни в рамках реализации ФОП ДО»

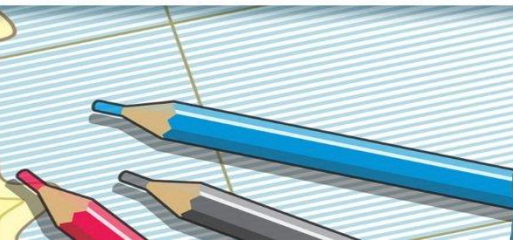
(Туризм, как форма активного отдыха)

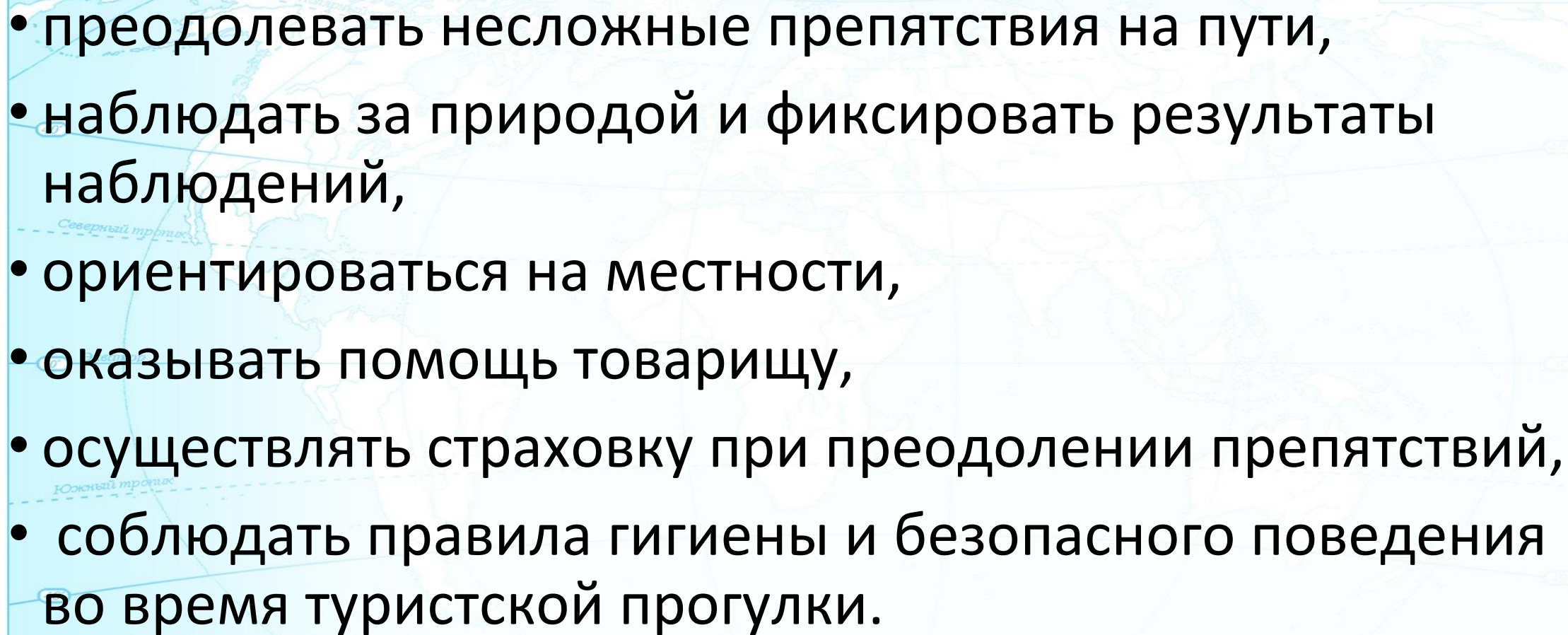


Инструктор по физической культуре  
Николаева А.А.

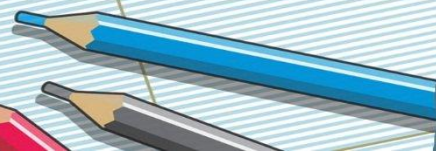
# Для организации детского туризма педагог

- формирует представления о туризме, как форме активного отдыха, маршрутах, видах туризма,
- правилах безопасности и ориентировки на местности:
  - ✓ правильно по погоде одеваться для прогулки,
  - ✓ знать содержимое походной аптечки,
  - ✓ укладывать рюкзак весом от 500 гр. до 1 кг (более тяжелые вещи класть на дно, скручивать валиком и аккуратно укладывать запасные вещи и коврик, продукты, мелкие вещи, игрушки, регулировать лямки);

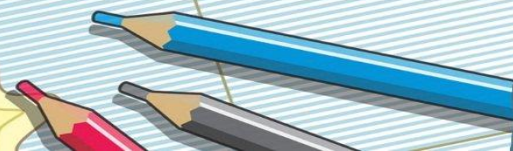


- 
- преодолевать несложные препятствия на пути,
- наблюдать за природой и фиксировать результаты наблюдений,
- ориентироваться на местности,
- оказывать помощь товарищу,
- осуществлять страховку при преодолении препятствий,
- соблюдать правила гигиены и безопасного поведения во время туристской прогулки.
- КАРТА МИРА
- Северный тропик
- Южный тропик
- Масштаб 120 000 000

# Лес – полон чудес

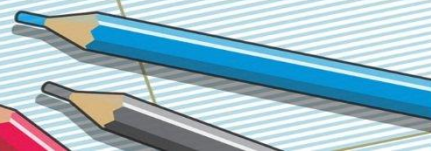
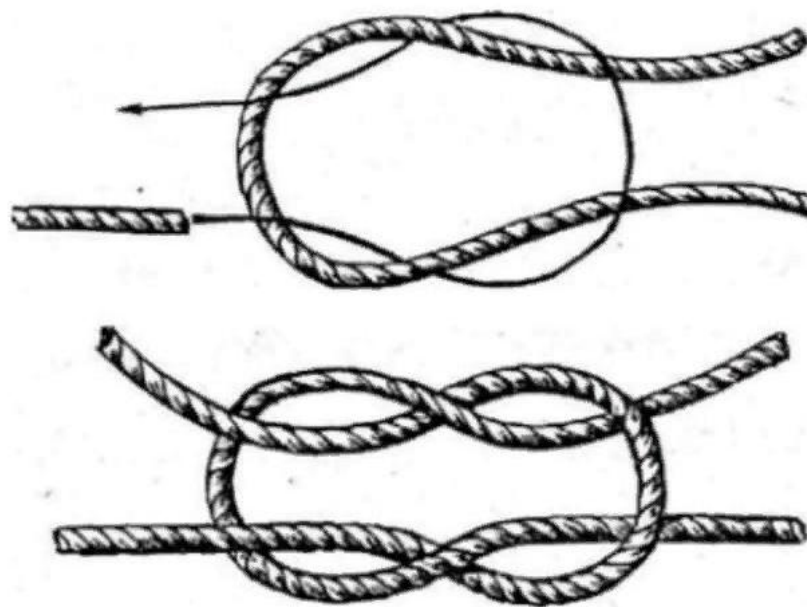


# Туристические узлы

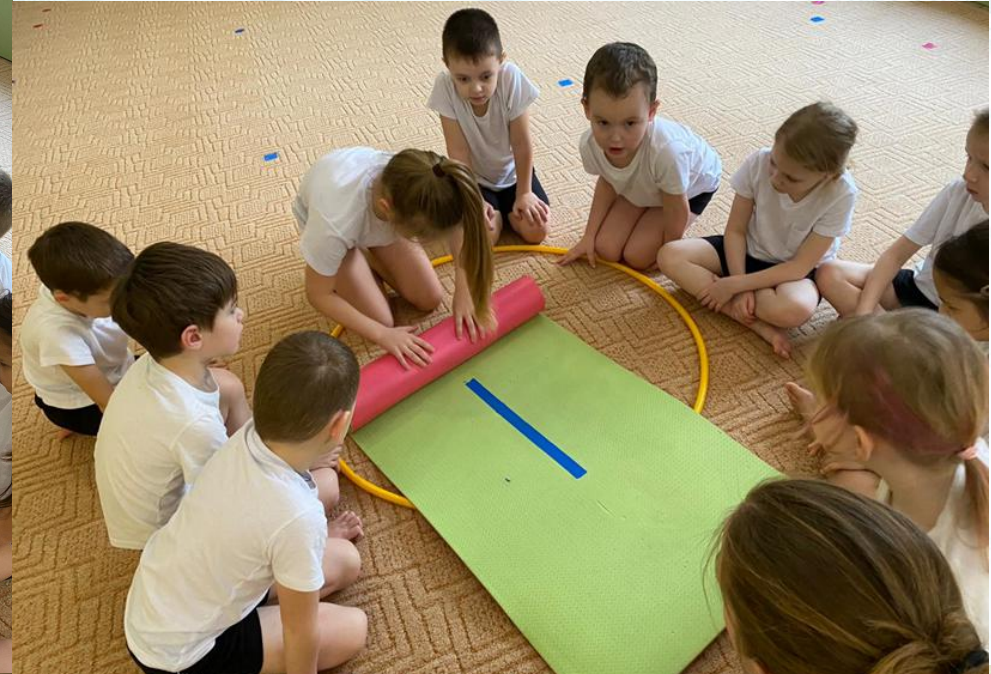


# Веревка – страховка!

Прямой узел называют узлом Геракла (Геркулеса). С древних времён его используют, если нужно соединить разорвавшийся канат, удлинить трос или упаковать не тяжёлый груз.



**Скручивать валиком и аккуратно укладывать запасные вещи и коврик**







**Спасибо за внимание**

