

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 145»

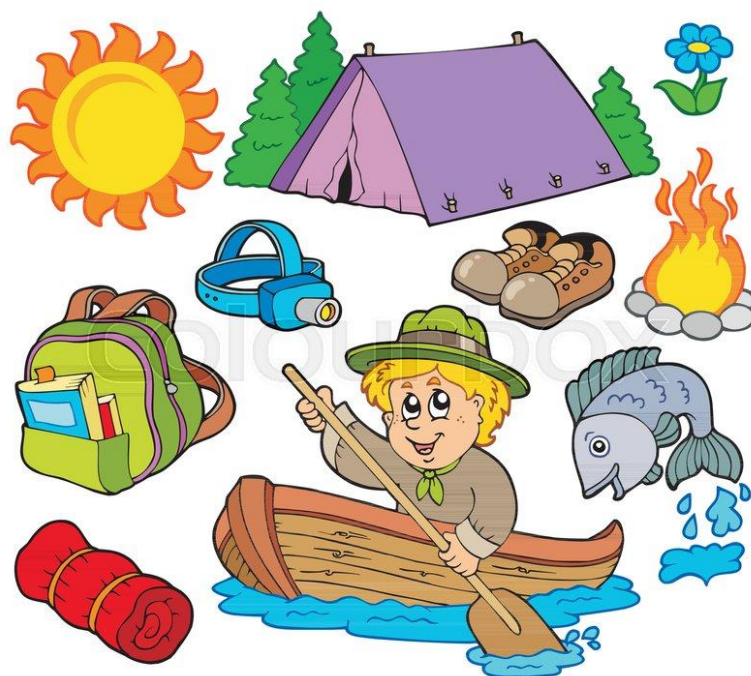
Консультация для родителей

«Организация похода с детьми и родителями»



Выполнила: Кащева Е.В.

Барнаул



Туризм – одна из необходимых форм физического воспитания детей, которая обладает всеми необходимыми условиями для сохранения и укрепления здоровья. Это и общение с природой, и смена обстановки, и психологическая разгрузка, и физическая активность. Стоит отметить, что туризм несложен в организации, доступен для людей любого возраста.

В последние годы получил развитие семейный туризм.

Планирование отдыха выходного дня происходит в каждой семье с учетом ее интересов, склонностей, возможностей.

Но наиболее универсальным видом активного отдыха для всех членов семьи является туризм.

Туризм служит надежным средством укрепления здоровья и восстановления сил, израсходованных за неделю, сплочению семьи, формированию семейных традиций.

Туризм - одно из самых привлекательных и полезных форм проведения выходных дней и отпуска.

Семейные путешествия укрепляют дружеские отношения между родителями и детьми.

Совместные походы и поездки расширяют кругозор ребенка, формируют первичные представления об истории родного края, традициях и культуре народа, а также может преследовать экологические цели – ознакомление с природой, воспитание бережного и заботливого отношения к ней, оказание помощи в ее охране и защите.

Не менее важной целью и задачей семейного туризма является оздоровление детей.

Проведению туристской прогулки предшествует определенная работа: родители совместно с детьми разрабатывают маршрут похода, определяют места остановок, обсуждают необходимое снаряжение.

При выборе маршрута принимается во внимание возраст детей, степень физической подготовки, природные и климатические условия района похода.

Маршрут похода должен быть интересным для дошкольников в познавательном отношении, способствовать укреплению здоровья малышей, улучшению их физического развития. Длительность похода должна быть от 2 до 4 часов.

Каждый взрослый должен строго выполнять инструкцию по охране жизни и здоровья детей: Важно, чтобы маршрут был тщательно изучен взрослыми.

Немаловажно учитывать и подбор одежды детей.

Она должна быть прочной и удобной, в холодную погоду достаточно теплой, водо- и ветронепроницаемой, хорошо вентилируемой, не маркой, соответствующей сезону и не стесняющей движения детей.

Нижнее белье рекомендуется из хлопчатобумажной ткани, так как оно хорошо впитывает влагу.

Обувь должна быть удобной, чуть больше того размера, который носит ребенок, желательно на рифленой нескользкой подошве (кроссовки, кеды).

На ноги даже летом целесообразно надеть шерстяные носки, так как они амортизируют, хорошо впитывают пот, не натирают ноги.

Нельзя допускать движения в мокрой обуви или идти в поход «на босу ногу».

Детям сообщается цель **ПОХОДА**.

Именно так мы называем для них туристскую прогулку.

Это придает большую серьезность и значимость предстоящему мероприятию. Обязательно стоит помнить правила поведения в пути — слушать команды взрослого, не мусорить, помогать младшим, если в походе принимают участие несколько детей.

Тщательно продумывая организацию похода, следует предусмотреть время на самостоятельные игры детей, их творческую деятельность и общение друг с другом.

В поход можно взять фломастеры и краски с мольбертом и предложить ребенку запечатлеть в рисунке запомнившийся пейзаж.

Если ребенок любит мастерить, то рекомендуется взять с собой пластилин, с помощью которого создаются диковинные поделки из природного материала.

А вечером, когда стемнеет, все собираются у костра, где можно услышать сказочные истории из жизни лесных обитателей и смелых путешественников, о добре и зле.

Здесь воспитывается любовь к песне и поэзии.

Иногда можно устраивать маленькие концерты, участниками которых могут быть и самые младшие.

Содержание деятельности детей и взрослых на привале должно быть согласовано с возможностями ребенка, чтобы не вызвать у него физического и психического переутомления.

Поэтому рекомендуется следовать привычному режиму дня.

Дневной сон, организованный в палатке или под тентом, поможет сохранить силы ребенка, обеспечит отдых, так необходимый для легковозбудимых детей.

Особенно важно следовать этому требованию в многодневных походах и в жаркие дни. Если с первого дня будет установлено такое правило, то требования родителей не вызовут отрицательных реакций, а будут восприниматься как должное.

Туристические прогулки – походы не только приобщают к здоровому образу жизни, развивают физические качества и навыки, но и экологически развивают детей. Взрослые и дети лучше узнают друг друга: особенности характер, мечты и способности. Создается семейный микроклимат, в основе которого лежит уважение к личности человека, забота о каждом члене семьи, независимо от его возраста, доверительные отношения между родителями и детьми.

