

ПОХОД ВЫХОДНОГО ДНЯ

Консультация для родителей

“Используйте каждый свободный час. Идите с ребёнком в поле, в лес, на берег пруда. Самый непримечательный овражек, заросший кустарником, таит в себе изумительные вещи, если только вы умеете увидеть их и раскрыть глаза вашему ребёнку. Незабываемые минуты изумления, удивления, которые переживает ваш ребёнок, – это взлёты пытливого мысли”.

В. А. Сухомлинский

Чтобы поход стал интересным всем членам семьи, необходимо определить маршрут, который должен быть увлекательным, ведь дошкольники устают от однообразного движения, необходимо предусмотреть привалы и придумать их содержание.

ЧТО НЕОБХОДИМО УЧЕСТЬ, СОБИРАЯСЬ В ПОХОД С РЕБЁНКОМ?

- Место отдыха в лесу нужно проверить, все его природные особенности: острые сучки, колючие кустарники, ямы и прочие опасности;
- Заранее позаботьтесь о средствах защиты от насекомых (применяйте детские средства защиты);

– Рассмотрите карту, нарисуйте схему маршрута.

После возвращения из лесной прогулки осмотрите ребёнка на наличие клещей, особенно если вы отдыхали в берёзовом лесу.

Ребенок почувствует себя полноправным участником, если вы начнете подготовку к походу вместе:

- предложите ребенку придумать условные знаки: «привал», «костер», «палатка», «игра» и т. д.;
- договоритесь, какой спортивный инвентарь взять с собой;
- подготовьте список необходимых вещей, малыш может нарисовать свои вещи;
- обговорите, какие продукты надо взять с собой в поход;
- за какой инвентарь или продукты будет отвечать ваш ребенок (соль, чай, игровой инвентарь);
- какую роль в походе он возьмет на себя (например, ответственного за игры).

Взрослым нужно задуматься о содержательной стороне привалов: маленьких сюрпризах для ребенка (оригинальный клад, организации спортивных или подвижных игр). Например:

- прыжки через препятствия (прыжки через природный барьер любым способом);
- преодоление «бурелома» – перелезание через ствол дерева, лежащего на земле (предварительно нужно проверить его устойчивость и безопасность);
- переправа через «реку» по бревну (пройти по стволу дерева, лежащему на земле, взрослый обеспечивает страховку);

– преодоление «болота» (прыжки с правой ноги на левую по обозначенным «кочкам», которые разложены на земле на разном расстоянии).

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ В ПОХОДЕ.

В походе будьте наблюдательны и активны:

– Слушайте вместе пение птиц, рассматривайте насекомых, придумывайте о них сказки и рассказы, поговорки, стихи, загадки;

– Возьмите в лес на прогулку лупу, увеличительное стекло или микроскоп и превратитесь в исследователей;

– Собирайте веточки, листочки, шишки разного размера и формы для поделок или аппликаций;

– Соберите гербарий или коллекцию камешков необычной формы и цвета.

Дети дошкольного возраста уже обладают волевыми качествами, поэтому могут выполнять **правила поведения в походе**:

– ответственность за каждого участника похода: посмотри, все ли здесь, если кто-то отстал, позови взрослого на помощь;

– если идешь по лесу, не отпускай резко ветки;

– если кому-то нужна помощь, то окажи ее по мере сил, позови взрослого;

– если отстал, стой на месте, не пугайся, не плачь, свисти в свисток или позови взрослого;

– в походе все подчиняются одному человеку, которого выбирают заранее на семейном совете;

– в походе **нет бездельников**, каждый должен найти себе занятие.

Проговорите с детьми правила В ЛЕСУ - НЕЛЬЗЯ!

– нельзя в лесу разводить огонь;

– нельзя разорять гнёзда птиц и муравейники;

– нельзя обижать животных и насекомых;

– нельзя в лесу шуметь;

– нельзя оставлять после себя мусор;

– нельзя ломать кусты, деревья, рвать цветы, траву и ягодные кусты с корнем;

– нельзя ломать ядовитые грибы.

Вспомните активные игры своего детства и научите играть в них детей и его друзей. В лесу найдите укромное таинственное местечко и расскажите ребёнку волшебную сказку.

Рекомендуемая экипировка:

– рюкзаки – по количеству участников похода, коврики;

– сухие запасные носки;

– пленка от дождя для (для каждого);

– палатка;

– вода питьевая;

– продукты питания;

– спортивный инвентарь: мяч, бадминтон, городки, воздушный змей, мыльные пузыри, он внесет разнообразие в ваши прогулки в лесу;

– фотоаппарат.

Подведите итоги похода, наградите всех членов похода сувенирами. На обратном пути определите по приметам, какая будет погода завтра.

Приятного Вам отдыха!