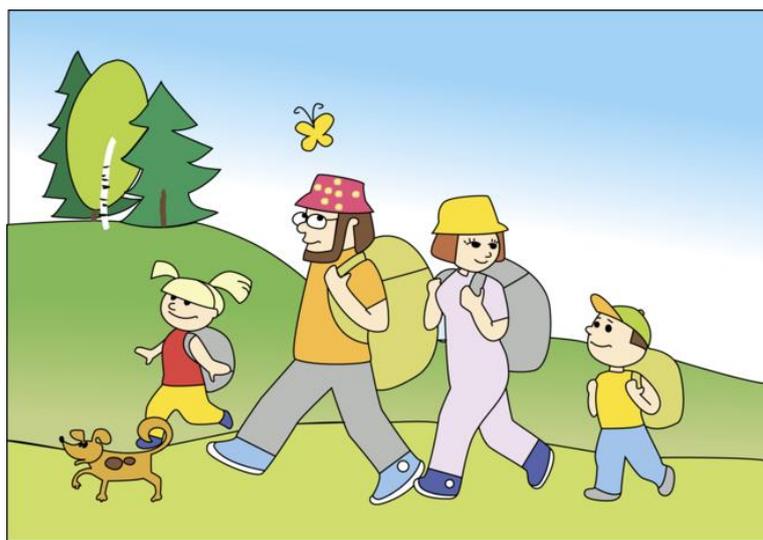


“Используйте каждый свободный час. Идите с ребёнком в поле, в лес, на берег пруда. Самый непримечательный овражек, заросший кустарником, таит в себе изумительные вещи, если только вы умеете увидеть их и раскрыть глаза вашему ребёнку. Незабываемые минуты изумления, удивления, которые переживает ваш ребёнок,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

В. А. Сухомлинский

Консультация для родителей «Поход выходного дня»



Чтобы **поход** стал интересным всем членам семьи, необходимо определить маршрут, который должен быть увлекательным, ведь дошкольники устанут 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.

ЧТО СТОИТ ПРОДУМАТЬ?

- рассмотрите карту, нарисуйте схему маршрута.
 - на ребёнке должен быть головной убор;
 - захватите воду для мытья рук;
 - после возвращения из лесной прогулки осмотрите ребёнка на наличие клещей, особенно если вы отдыхаете в начале лета 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, ракетка, колышки для палатки*);
- какую роль в походе он возьмет на себя (*например, дежурство по костру*).

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.

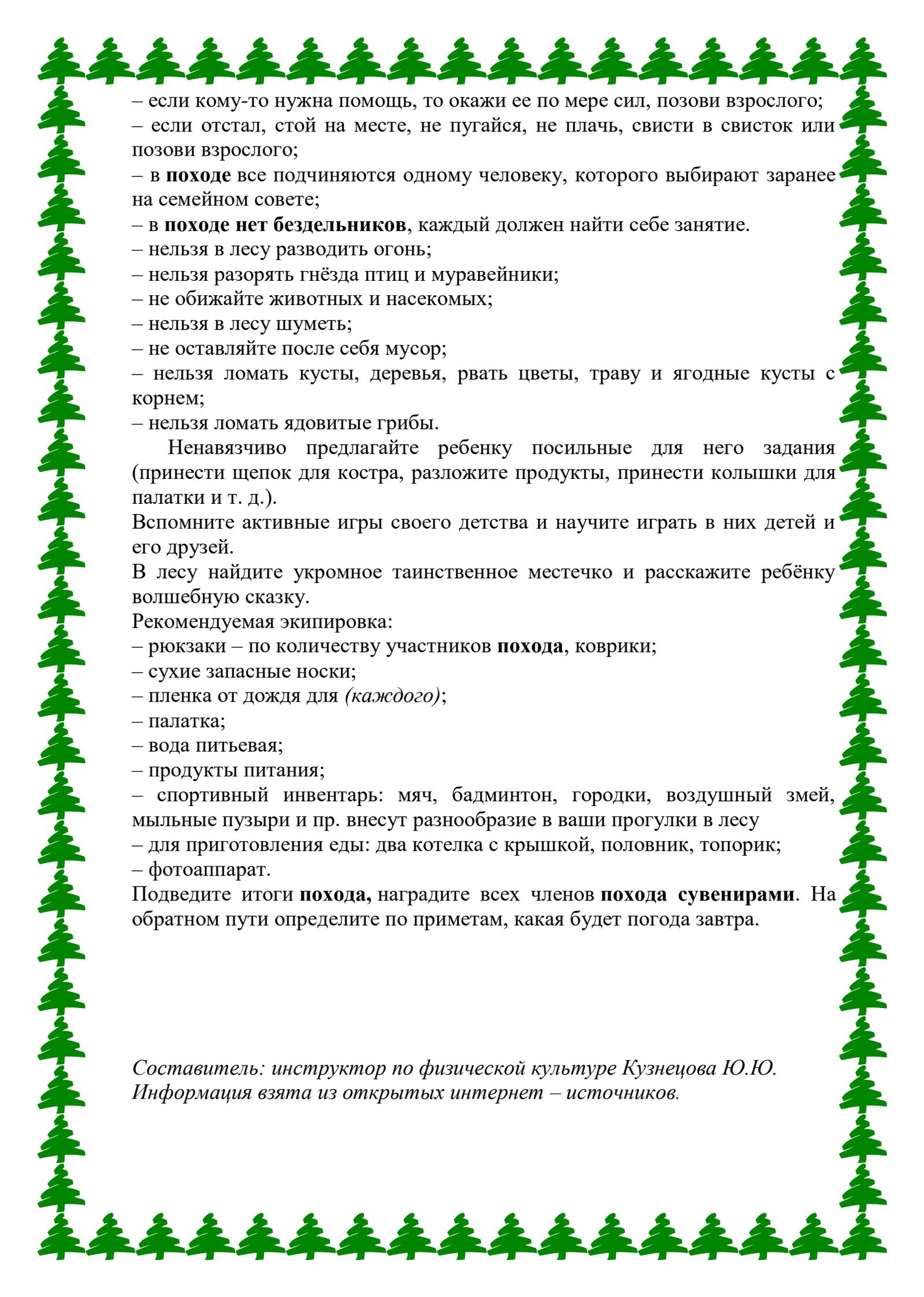
В походе будьте наблюдательны и активны:

- 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 этого 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.
 - нельзя в лесу разводить огонь;
 - нельзя разорять гнёзда птиц и муравейники;
 - не обижайте животных и насекомых;
 - нельзя в лесу шуметь;
 - не оставляйте после себя мусор;
 - нельзя ломать кусты, деревья, рвать цветы, траву и ягодные кусты с корнем;
 - нельзя ломать ядовитые грибы.

Ненавязчиво предлагайте ребенку посильные для него задания (принести щепок для костра, разложите продукты, принести колышки для палатки и т. д.).

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 *(каждого)*;
- палатка;
- вода питьевая;
- продукты питания;
- спортивный инвентарь: мяч, бадминтон, городки, воздушный змей, мыльные пузыри и пр. внесут разнообразие в ваши прогулки в лесу
- для приготовления еды: два котелка с крышкой, половник, топорик;
- фотоаппарат.

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

*Составитель: инструктор по физической культуре Кузнецова Ю.Ю.
Информация взята из открытых интернет – источников.*