Консультация «Поход выходного дня»

Речь пойдет об организации семейного пешего похода (от 4 до 8 часов) с детьми старшего дошкольного возраста.

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

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

* рассмотрите карту, нарисуйте схему маршрута, предложите ребенку придумать условные знаки: «привал», «костер», «палатка», «игра» и т. п.;
* договоритесь, какой спортивный инвентарь взять с собой;
* подготовьте список необходимых вещей, малыш может нарисовать свои вещи;
* обговорите, какие продукты надо взять в поход;
* за какой инвентарь или продукты будет отвечать ребё нок (соль, чай, ракетка, колышки для палатки);
* какую роль в походе он возьмет на себя (например, дежурство по костру).

Взрослым стоит задуматься о содержательной стороне привалов: маленьких сюрпризах для ребенка (орешки под кустом, оригинальный «клад»), организации подвижных и спортивных игр. Например:

* прыжки через препятствия (прыжки через природный барьер любым способом);
* преодоление «бурелома» — перелезание через ствол дерева, лежащего на земле (предварительно надо проверить его устойчивость и безопасность);
* переправа через «реку» по бревну (пройти по стволу дерева, лежащему на земле, взрослый обеспечивает страховку);
* переноска пострадавшего (показ способа переноски пострадавшего ни палатке, тенте, на руках способом «замок», если пострадавший маленький, а тот кто его переносит старше).
* Преодоление «болота» (прыжки с правой ноги на левую правой ноги на левую по обозначенным «кочкам», которые разложены на земле на разном расстоянии).

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, но лесу, не отпускай резко ветви;
* 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.

Ненавязчиво предлагайте ребенку посильные для него за­дания (принести щепок для костра, разложить продукты, принести колышки для палатки и др.).

Рекомендуемая экипировка:

* рюкзаки — по количеству участников похода, коврики;
* сухие запасные носки; пленка от дождя (у каждого);

- двух или четырехместная палатка (с целью закрепле­ния навыка установки палатки, а также дневного отдыха для желающих);

- вода питьевая (с учетом заливки костра, если нет источника воды);

- продукты питания в разумном количестве;

- спортивный инвентарь: мяч, бадминтон, городки;

- для приготовления еды: два котелка с крышкой, половник, топорик;

- другое оборудование: карта, фотоаппарат.

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