

Консультация для родителей:

«Детский туризм в дошкольных учреждениях».

Туризм – в переводе означает прогулка, поездка, путешествие по своей стране или за ее пределы, сочетающее отдых с элементами спорта и познавательными задачами.

Детский туризм - одна из форм физического воспитания детей, которая обладает всеми необходимыми компонентами для сохранения и укрепления здоровья. Это общение с природой, смена обстановки, психологическая разгрузка и физическая активность. Туризм прост в организации, доступен, вместе с тем он является естественным и посильным видом спорта, поскольку нагрузки в нем хорошо дозируются и соотносятся с физическими возможностями участников.

Туризм развивает такие прекрасные черты человеческого характера, как коллективизм, дисциплинированность, упорство, настойчивость, укрепляет волю, развивает смелость, самостоятельность, взаимопонимание. Так же у ребенка уже с дошкольного возраста закладываются навыки экологической культуры, это помогает расширить знания о природных и погодных явлениях. Совершенствуются естественные виды движения, и обогащается двигательный опыт (ориентирование в пространстве). Развиваются координационные способности и выносливость, как основа физической подготовки ребенка.

Детский туризм включает в себя походы в лес, занятия и развлечения в парке, в лесу, у озера.

Экскурсии и прогулки в парк можно начинать со средней группы при условии учета возрастных особенностей, состояния здоровья, индивидуальных показателей.

При планировании похода или прогулки в лес (в парк, к озеру) важно продумать организацию времени: народные, подвижные, спортивные игры и упражнения, аттракционы, игры малой подвижности, загадки. Каждый поход должен запомниться детям сюрпризным моментом, интересной встречей (с лесовичком, гномом, ёжиком, лисичкой и т. д.) Роли сказочных персонажей могут исполнить педагоги.

Накануне необходимо создать у детей радостное ожидание предстоящего путешествия, сообщить о цели похода: «Пойдем на поляну заниматься физкультурой», «Возьмем лесных зверей и поиграем с ними», «В гости к

дедушке Эхо». С детьми ведется предварительная работа о технике безопасности, о правилах поведения в парке или в лесу.

Дети старших групп должны принять непосредственное участие в сборах в поход или на прогулку. Помогают отбирать физкультурные пособия, распределяют их между собой. Также во время занятия в лесу можно использовать и природный материал, например, метание шишками в горизонтальную и вертикальную цель, спрыгивание с пенька, вертикальной целью использовать дерево, перепрыгивание через ручеек. Содержание прогулок, походов, занятий за пределами детского сада по нагрузке на организм ребенка и продолжительности должны соответствовать установленной норме.

В конце детям очень важно получить оценку своим достижениям. Она должна быть обязательно индивидуально направленной и объективной и учитывать особенности каждого ребенка, стимулировать к дальнейшим достижениям. Свои впечатления от похода дети выражают в рисунках, в поделках, родители совместно с детьми устраивают выставки, оформляют фотоальбомы.

В системе физкультурно-оздоровительной работы детский туризм зарекомендовал себя, как эффективная форма активного отдыха, которая позволяет при минимальных затратах времени, увеличить резервы здоровья, восстановить силы, работоспособность, расширить функциональные возможности детского организма, обогатить двигательный опыт, пополнить объем знаний в области физической культуры, туризма, краеведения.

Подготовил: инструктор по физ. культуре Ковальчук Г.И.