**Рекомендации для родителей по теме: «Маленькие путешественники»**

**с 22.11.21 по 30.11.21**

Уважаемые родители! В группе реализуется тема недели: «Маленькие путешественники». 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 для людей любого возраста, 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, коллективизм, дисциплинированность, упорство, настойчивость. В последние годы получил развитие семейный туризм. Семейные путешествия укрепляют дружеские отношения между родителями и детьми. Подготовка к туристическому походу начинается с того, что совместно с родителями, воспитателями, инструктором по физическому воспитанию. Разрабатывается маршрут похода, определяются места остановок, обсуждается 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 здоровья.  Длительность такого похода должна быть от 2 до 4 часов.

 В последнее время многие родители с детьми, вместе с семьями своих друзей проводят летний отдых в палатках в лесу. Дети с пользой для своего здоровья могут совершать далекие прогулки. Ребенок  четырех лет может пройти пешком туда и обратно 1,5 км, пяти – и шестилетний -  до 2,5км, а  семилетний – 4 км.  Гуляя с детьми в лесу, обратите их внимание на то; какие деревья растут в лесу, какие растения, ягоды, грибы. Собирая цветы, любуясь ими, дети узнают, что цветы неодинаковы по внешнему виду и у каждого растения своя интересная жизнь.  Необходимо рассказать детям, что в лесу  бывают и  ядовитые растения -  их рвать нельзя. Большую радость доставляет  детям прогулка на луга, особенно во время цветения трав. Приучайте малышей любоваться простором родных полей, лугом, на котором  раскрылись все цветы, и луг стал похож на пестрый ковер. Дети всматриваются вдаль, называют то, что они видят, а более старшие замечают, что находиться ближе, а что дальше. Дайте возможность  детям побегать по лугу, порезвиться, полюбоваться цветами, а потом предложите им походить вместе с вами по лугу и посмотреть, какие растения цветут здесь и кто живет на лугу. Детей всегда привлекает большое количество разноцветных бабочек, порхающих над растениями. Обратите внимание малышей, как красивы бабочки, как они перелетают с цветка на цветок, как складывают крылышки, как опускают хоботок в цветок. Взрослым необходимо объяснить  детям, что ловить бабочек ненужно, у них очень нежные крылышки и они могут погибнуть.  Приучайте детей к тому, чтобы они не рвали цветы без надобности и не бросали бы их. Уходя с полянки, где вы отдыхали, или с другого места, приучайте детей убирать после себя, чтобы и другим было приятно прийти сюда.

Каждой маме и каждому папе хочется, чтобы их дети были добрыми, сердечными, отзывчивыми. Но не может быть добрым человек, который не любит животных, который никогда не проявлял о них заботу. Поэтому, знакомя детей с природой, не забывайте и о животном мире. Во время прогулок обращайте внимание детей на животных, которые вам будут встречаться. Пусть дети рассмотрят их. А вы расскажите о повадках этих животных. Если можно покормите их.

**Взрослые должны строго выполнять инструкцию» по охране жизни и здоровья детей:**

- Маршрут должен быть тщательно изучен взрослыми.

- Одежда детей во избежание перегрева или переохлаждения организма должна соответствовать сезону.

- Каждый взрослый и ребенок должен хорошо знать содержание и правила пользования аптечкой, чтобы при необходимости оказать первую помощью

- при переходе улиц, дорог взрослый и дети должны соблюдать правила дорожного движения.

Необходимо заранее подумать о том, чем дети будут заниматься в течение дня, что они смогу увидеть и узнать в лесу. Хорошо  взять с собой мячи, скакалки, коробочку или корзиночку для лесных находок.

Каждый поход должен запомниться детям и так называемым сюрпризным моментом: какой – либо неожиданной игрой или интересной встречей («лесовичком», «гномом», ежиком, лисичкой, белочкой и т. д.) Роли сказочных персонажей исполняет родители, они же проводят подвижные игры, игры с элементами спортивного ориентирования. Можно провести с детьми такие развивающие игры: «Найди такой же цветочек», «Найди такую же травинку»,  «На что похожа эта веточка?» и др.

Общение с родной природой дает ребенку более яркие представления, чем самая прекрасная книга с картинками. Гуляя с детьми, родители знакомят их с природой, учат бережно относится к растениям , насекомым. Прогулки очень важны тем, что они сближают родителей с детьми, способствуют  созданию между ними дружеских отношений, взаимопонимания.

Учите ребенка слушать, рассматривать, совершенствуйте его органы чувств. Малыш познает мир, исследуя его и экспериментируя, делая для себя все новые и новые открытия. Впечатления от природы, полученные  в детстве, запоминаются на всю жизнь. Поэтому так важно ввести ребенка в природу с самого раннего детства.