

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад № 8»

## **Практикум для родителей**

### **«Туризм как одна из форм семейного отдыха»**

(Старшая группа)

**Подготовили и провели:**

**воспитатель Туркова С.В**

**инструктор по физич. культуре Храмова Л.Н.**

Ростов,

Октябрь, 2023 год

**Цель:** повышение уровня компетентности родителей в воспитании и развитии детей средствами семейного туризма

**Задачи:**

- ✓ Познакомить родителей с семейным туризмом, побуждать желание чаще ходить всей семьёй на прогулки в лес, к водоёму; знакомить детей с родным краем
- ✓ Учить познавать природу, любить, оберегать.
- ✓ Показать роль родителей в разумной организации свободного времени детей;
- ✓ Познакомить родителей с организацией досуга детей в семье, в частности с таким видом досуга – как семейный туризм
- ✓ Дать практические рекомендации родителям по оздоровлению детского организма;
- ✓ Побудить родителей к совместному с детьми времяпровождению;
- ✓ Повышать мотивацию родителей на здоровье и здоровый образ жизни;
- ✓ Приобщать детей и родителей к ЗОЖ посредством ознакомления с элементами туризма.

**Мотивационный этап:**

- Добрый день, уважаемые родители! Мы очень рады видеть Вас.

Сегодня мы немного поговорим о туризме, как форме семейного отдыха.

Формирование семейных традиций в проведении свободного времени является залогом счастливой дружной семьи, в которой не остаётся места вредным привычкам и непониманию, отчуждённости, скуке. У ребенка, вырастающего на добрых традициях, постепенно формируется «образ

семьи», которой он проносит через свою жизнь, и, став взрослым человеком, создаёт свою семью, основанную на любви, уважении друг к другу и совместных общих дел.

**Основной этап:**

**- Как вы проводите свое свободное время?**

( Ответы родителей).

**- Какие виды семейного досуга вы можете назвать?**

( Ответы родителей).

- Да - это также и посещение музеев, выставок, театров, зрелищных мероприятий, чтение книг, просмотр телепередач и т.п. Это и традиционные (коллекционирование, занятия хореографией, поэзией, живописью, фотографией, физкультурой и спортом, и конечно же- туризмом и т.д.).

С помощью родителей ребенок познает окружающий мир, себя самого и других людей. Каждый родитель хочет, чтобы его ребенок вырос здоровым и выносливым! Прекрасным средством для укрепления семьи и воспитания подрастающего поколения, является семейный туризм.

Ни один вид спорта не закалит вашего ребенка так, как туризм.

Турист в походе не боится промочить ноги, простудиться в дождь и слякоть, замерзнуть на ветру. Все невзгоды только сильнее закаляют его.

Но туризм это не только – здоровье.

**Семейный туризм** учит ориентироваться на местности, Развивает выносливость, терпение, чувство взаимопомощи, развивает физические качества, обеспечивая высокую двигательную активность детей; укрепляет мышцы дыхательной системы, носоглотки, Воспитывает в каждом ребёнке организованность, отзывчивость, доброжелательность, бережное отношение к окружающей природе, родному краю; Формирует у детей чувство любви к родному городу.

Туристические походы с детьми могут быть пешими, лыжными, водными, велосипедными и комбинированными (автомобильно-пешеходными)

Сегодня мы поговорим именно о пешем походе.

**-Куда мы с вами можем пойти погулять с ребёнком пешком?**

*(записываем ответы родителей на флипчарт)* в парк, на озеро, в другой район города, в Городской сад, к Кремлю, в Митрополичий сад, к памятнику, по памятным местам, несколько достопримечательностей посетить и т.д.

Предлагаем вам совершить такую пешую прогулку, но прежде необходимо собраться. Для этого вам необходимо разделиться на 2 команды.

Давайте представим что вы со своим ребёнком отправляетесь на пешую прогулку по родному городу, недалеко.

**Игра «Оденемся на летнюю прогулку»** 1 команда – в Кремль, 2 команда – к реке.

Магнитные изображения мальчика и девочки и элементы одежды

*Родители отбирают необходимые вещи, затем проверяем*

**Игра «Соберём рюкзак юному туристу»**

Самые волнующие прогулки – на природу – с небольшим пикником и семейными подвижными играми. Прежде чем собраться на такую прогулку, мы должны собрать небольшой рюкзак, чтобы ребёнок мог сам его нести, и подумать, что нам может пригодиться во время прогулки?

Перед вами стоят рюкзаки и лежат карточки с изображением предметов. Посмотрите внимательно на карточки и выберите необходимое для прогулки.

*Родители отбирают необходимые вещи, затем проверяем*

Итак, мы одеты, рюкзак собран, и можно отправляться на прогулку.

Пешком ходить – здоровым быть! Ребенку ходить пешком полезно, потому что во время пеших прогулок он получает требуемую дозу ультрафиолета, необходимую для образования витамина D, дышит свежим воздухом.

**Чем можно занять ребёнка во время пешей прогулки?** *Записываем ответы* (можно понаблюдать за окружающей природой. За движущимся транспортом, во время отдыха мы можем предложить ребёнку во что-нибудь поиграть).

**В какие игры можно поиграть с ребёнком во время семейной пешей прогулки?** Предполагаемые ответы: *выставлять ассоциативные карты к этим ответам* речевые, карманные настольные игры, подвижные (если позволяет пространство), можно зарисовать в нашем блокноте то, что увидели интересного.

**Заключительный этап:**

**Видеоролик «О семейных прогулках устами младенца»**

**Рефлексия «Наследили»**

Завершая нашу встречу, хотелось бы понять насколько вам была полезна тема и практические советы.

- Если все ценно и полезно, наклейте на наши дорожки Кеду,
- если многое для вас было знакомо, то наклейте Сандальку,
- если было скучно и неактуально, то приклейте Резиновый сапог.

Сколько нового неизведанного узнает ваш ребенок не из книг или телепередач, а увидев все собственными глазами, прикоснувшись к неизведанному собственными руками. И как долго еще будут звучать в вашем доме воспоминания об однодневном походе. И у ребенка вновь появится желание отправиться с рюкзаком за плечами в новое путешествие, навстречу неизведанному! **Ходите пешком вместе с детьми! Будьте здоровы и счастливы!**

