**Консультация для родителей**

**«Игры и упражнения с детьми старшего дошкольного возраста**

**в походе, для подготовки в поход».**

****Детский туризм – эффективное средство гармоничного развития дошкольников. С 5-6 лет дети участвуют в экскурсиях, целевых пеших прогулках, походах, экспедициях. Организм ребенка закаляется в естественной среде. Физическая и морально-волевая подготовка помогает детям лучше адаптироваться к конкретным социальным условиям, в разных жизненных ситуациях вести себя более взвешенно, спокойно и уверенно, опираясь на свой личный опыт, полученный в походной жизни, которая приучает не бояться трудностей, позволяет выполнять разные социальные роли. Общение с людьми разных возрастов способствует приобретению детьми коммуникативных навыков. Дети старшего дошкольного возраста очень, любопытны, пытливы. Их познавательный интерес велик, как и желание учиться новому, быть рядом со взрослым. Важно не упустить этот период, заложить основы здорового образа жизни и нравственных начал. Для непродолжительных прогулок не нужно много инвентаря, но обязательно приобретение небольшого рюкзачка, кружки-термоса и маленького коврика-каремата. Наиболее полезны и интересны туристские прогулки и походы будут с совместными играми.

**Игра-упражнение «Собери рюкзак».**

**Цель:** формировать умение правильно укладывать вещи и предметы для похода.

**Материалы:** бутылка кока колы, фляжка с водой, контейнер для еды, гигиенические салфетки, перчатки, теплые носки, банка варенья, большая игрушка-машина, коврик-каремат, пакеты для мусора, керамическая посуда, пластмассовая посуда, веник, фонарик, компас.

Задание: отобрать вещи, которые необходимы в походе, сложить в рюкзак практично и вместимо, для удобства нести на спине.

**Рекомендации по укладке рюкзака:**

* на дно уложить вещи, которые не скоро понадобятся;
* ближе к задней стенке укладывать мягкие вещи;
* в карманы – мелкие предметы, фляжка с водой, салфетки;
* сверху – вещи, которыми чаще пользуются.

**Игра на природе «Меткий стрелок»**

**Задача:** развитие меткости, ловкости.

Задание: с помощью камешков (зимой – снежных комочков) попасть в выбранный объект.

**Игра «Береза выручай!»**

**Задача:** развитие быстроты, силы, выносливости

Задание: один – ловишка, остальные – убегающие, которые бегут вперед, если добежал до первой березы и обхватил березу, ловишка не застукал.

**Игра «Что такое?»**

**Задача:** Развивать знания детей по окружающему миру.

Задание: Называть увиденный объект и его свойство (небо-голубое, веточка тонкая) по одному слово по цепочке.

**Сбор природного материала** для дальнейшего применения в виде поделок, оформления дома: развивает воображение, фантазию, прививает любовь к природе, родному краю, развивает интерес к походам.

**Игра «Придумай и выполни».**

**Задача:** развивает воображение, фантазию, физическую активность, прививает любовь к природе, родному краю, развивает интерес к походам.

Задание: придумать посильное себе задание с действие для выполнения следующим участником (Спрячься за …, выложи из камней, шишек, снежков…)

**Список литературы.**

1. Бочарова Н.И. Туристские прогулки в детском саду. – М.: АРКТИ, 2004. – 116с.
2. Туризм в детском саду; под ред. Кузнецовой С.В, - Москва: Обруч, 2013. – 208с.
3. Кручинина О.В. Взаимодействие ДОУ и семьи в организации туристских прогулок с дошкольниками. //инструктор по физической культуре, №2, 2013. С.72 - 83