

«Идём в поход!»

Советы родителям по организации детских походов.

Уже очень скоро начнутся каникулы, уже совсем близко лето. Именно в этот прекрасный период времени нужно подумать об активном летнем отдыхе с детьми. Во время отпуска или на выходные можно организовать замечательный досуг для всей семьи – поход. Дети с 5 лет вполне могут стать полноценными участниками данного мероприятия.

1) Подберите подходящий вашим детям **маршрут**. Кто как не вы хорошо знает своего ребенка, сколько метров или километров он может преодолеть.

2) **Одежда** должна состоять из нескольких слоев. Неизвестно, как поведет себя природа.

3) Идти молча скучно. Если дети постарше, то во время похода можно придумать увлекательные **игры**, типа поиска сокровищ.

4) Почаще **останавливайтесь**. Вы не бежите с кем - то наперегонки, поэтому идите спокойно вперед и останавливайтесь так часто, как требует того ребенок. Во время передышек всегда можно сделать хорошие фотоснимки.

5) Не забывайте пить и есть. **Полезная еда** очень мотивирует двигаться вперед как детей, так и взрослых.
Чем же заняться в походе?

Родители могут сами придумать игры для детей:

«**Найди клад**». Зарыть клад (купить заранее игрушку, конфету), нарисовать карту, а ребенок должен будет найти.

«**Кочки**». Нужно перепрыгнуть с кочки на кочку и не попасть в «болото».

«**Найди такой дуб**». Детям предлагается как можно быстрее добежать до дуба – самого большого (низкого, старого, молодого, могучего, красивого).

«**Моё любимое дерево**». Каждый из детей выбирает для себя любимое дерево, рассматривает его, запоминает характерные детали. На сигнал взрослого: «Раз, два, три – к любимому дереву беги!» - дети бегут к дереву.

«**Извилистая дорожка**». Дети и взрослые двигаются за ведущим, точно повторяя его движения.

«**Самый наблюдательный**». Взрослый прячет флажок на полянке, затем называет один-два признака, указывающих на его местонахождение.

Такие разнообразные семейные походы дают детям возможность по-другому посмотреть на окружающий мир. Понять, например, что еда бывает не только на плите, но и на костре, а костер еще надо развести. Зачастую и взрослым необходим такой полезный отдых, который объединяет всю семью, и просто дарит здоровье и прекрасное настроение!!!