

Сходим в поход вместе с ребенком.

Инструктор по физической культуре Тумашова Т.А.

Уважаемые родители!

Наш сегодняшний разговор пойдет о туризме, а точнее, о семейном туризме.

Наверняка многие из вас задавались целью сходить в поход вместе с ребенком. Идея хорошая, но, для начала, давайте разберемся, и не в том, зачем поход нужен ребенку, а в том, зачем поход с ребенком нужен вам. Если вы собираетесь взять ребенка только потому, что его не с кем оставить, лучше сразу откажитесь от этой мысли. Ваше чадо может надолго невзлюбить подобные мероприятия, если первый раз затащить его туда насильно. Если же вы почувствовали, что у вас появилось желание показать ребенку мир со всех сторон, если вы готовы ради этого отказаться от привычного диванного выходного, тогда дерзайте! Ведь семейный туризм тем и хорош, что, в первую очередь, учитывает интересы детей. Это поход не ради категорий и спортивных достижений, его главная цель – сплочение семьи, воспитание характера, возможность показать ребенку мир в другой плоскости. Ведь поход – это самое настоящее приключение! В роли воспитателя здесь выступает сама природа, и весь процесс воспитания происходит ненавязчиво, как бы сам собой. В непривычных условиях малыш видит своими глазами, насколько человек зависит от природы, а природа от человека. Только здесь ребенок увидит не нарисованные на картинке, а настоящие горы, пещеру, озеро, цветы.

Итак, с чего же начать? Для начала определитесь с целью. Конечно, для ребенка, сам поход – уже событие, но если у вас будет еще и конкретная цель: пройти запланированный маршрут, посетить необычное место, увидеть природную достопримечательность, то поход будет точно незабываемым! Многие задаются вопросом: с какого возраста можно брать ребенка в поход? Бывалые родители-туристы ответят: с рождения! Но, если говорить о том, чтобы ребенок был полноправным участником, а не пассажиром, то следует обозначить возраст 4-5 лет. В этот период дети могут совершать уже довольно длительные переходы.

Что взять с собой? Здесь все зависит от того, насколько длительный вы планируете поход. Если речь идет об однодневном походе, то достаточно будет взять коврики, складной зонт от солнца, сменную одежду, еду и питьевую воду, пару любимых игрушек ребенка. Хорошо, если ребенок сложит все свои «нужные вещи» в личный рюкзачок. Это добавит ему уверенности. Если же речь идет о походе с ночевкой, то к этому списку необходимо добавить теплые вещи на ночь, палатку, фонарик, можно взять настольную игру, чтобы переждать дождь или скоротать вечер перед сном.

Будучи на природе, важно возложить на ребенка некоторые обязанности, например, дать поручение собирать мелкие дровишки или носить воду в небольшой емкости. Дети очень любят помогать и это желание надо всячески поддерживать. Вообще, любые походные обязанности ребенок должен воспринимать не как обязанность, а как почетную миссию.

Пользуясь возможностью, обязательно пообщайтесь с ребенком на интересующие его темы, а так же расскажите ему, как и почему нужно беречь природу. Рассмотрите с ним растения, послушайте пение птиц, поиграйте вместе в подвижные игры.

Постарайтесь сами «отключиться» от повседневных проблем и дайте возможность ребенку стать ближе к природе.

И последнее, собираясь в поход, не забудьте взять с собой минимум лекарств для оказания первой помощи: перевязочные материалы, антигистаминные и жаропонижающие препараты, а так же средства от комаров и клещей.

После похода обязательно поделитесь впечатлениями друг с другом.

Приятного совместного отдыха!