[Консультация для родителей по теме](https://www.maam.ru/obrazovanie/konsultacii-dlya-roditelej" \o "Консультации для родителей)

*«****Детский туризм - дело серьёзное****»*

**Детский туризм – это**, прежде всего, здоровье детей, их физическая закалка, двигательная активность, а так же захватывающий вид активного отдыха. **Туризм** как средство оздоровления характеризуется общедоступностью и рекомендован практически каждому ребёнку при отсутствии у него **серьёзных патологий**. Универсальность **туризма ещё и в том**, что он всесезонен, следовательно, можно добиваться стойкой динамики снижения заболеваемости детей ОРЗ, ОРВИ и повышения двигательной подвижной деятельности. **Туристические**прогулки имеют ни с чем несравнимый оздоровительный эффект. Доказано, что продолжительное выполнение умеренной нагрузки в виде циклических упражнений способствует совершенствованию такого ценного в оздоровительном плане физического качества, как выносливость, терпимость, сила воли, ответственность. Именно эти качества в сочетании с занятиями **туристской** деятельности обеспечивают формирование механизмов эффективной защиты ребенка от заболеваний. Новизна походной жизни формирует у дошкольников навыки бережного отношения к природе, самосохранения, первоначальные навыки выживания в природной среде. **Туризм** является прекрасным средством активного отдыха, он способствует развитию у детей в умении интересно и содержательно организовать свой досуг. Интересно продуманная двигательная деятельность детей в природных условиях развивает у дошкольников интерес к занятиям **туризмом**и физической культурой, повышает мотивацию вести активный и здоровый образ жизни. В связи с этим в нашем ДОУ возникла объективная необходимость в разработке такого проекта, где бы **родители** воспитанников стали активными участниками оздоровительной работы с детьми. В основе проекта лежит организации **туристических походов и прогулок**, имеющих ни с чем несравнимый оздоровительный эффект. Проектная деятельность направлена на детей дошкольного возраста и их **родителей**. В рамках реализации проекта проведены мероприятия, способствующие приобщению дошкольников к ценностям здорового образа жизни посредством **туристской деятельности**. В реализации поставленной задачи особое место отводится **туристско**– краеведческой деятельности, которая позволяет ребёнку, совершая тематические прогулки, экскурсии, походы, познакомиться со своим краем, изучить свою страну с “малой **Родины”**. Таким образом, чтобы привлечь внимание **родителей**к проблеме гражданско-патриотического воспитания и организации полезного отдыха вместе с детьми, разработан данный проект. Дети не только должны получать знания о родном крае, городе в **детском саду**, но и активно участвовать в добывании этих знаний вместе с **родителями**. Семейный отдых – это максимально возможное количество времени, которое вы можете уделить своему ребенку. Ваша задача расширять кругозор детей, соединяя имеющиеся знания и жизненный опыт ребенка. Следует помнить, что выезжая за город, или путешествую по миру, следует обсуждать с ребенком полученные впечатления. Всеми силами отвлекайте ребенка от телевизора и компьютера, проводите все свободное время на свежем воздухе, катайтесь на велосипеде, самокате, роликах, играйте в футбол. Лето – это укрепление здоровья ребенка и от того как он отдохнет во многом зависит его здоровье весь следующий учебный год. Планируя экскурсию, обсудите с ребенком заранее, как он к этому относится, если реакция негативна, попробуйте найти компромисс. Попробуйте найти другую экскурсию, которая интересна и вашему ребенку. Советуйтесь с ребенком, будьте внимательным слушателем, ценность общения не в количестве времени, а в качестве общения *(внимание, уважение, понимание)*. Летние каникулы — самое благоприятное время, когда необходимо использовать все имеющиеся возможности для оздоровления ребенка. Летом дети должны быть на свежем воздухе как можно дольше.