

Походы и экскурсии.

Походы и экскурсии, как разновидность прогулки в жизни ребенка-дошкольника занимают важное место. В отличие от обычной прогулки они являются важным событием и требуют предварительной подготовки.

Предварительная подготовка может включать следующие компоненты:

- постановка задачи для наблюдения, определение объекта исследования, например «Лес осенью, какой он?»
- информирование группы детей и их родителей о предстоящем походе
- распределение ролей и обязанностей между взрослыми участниками похода
- разработка маршрута – выбор места и пути следования к нему
- усвоение правил безопасного поведения в лесу, парке и т.д.
- повторение правил безопасного движения пешеходов
- подготовка снаряжения (одежда в походе, аптечка, перекус, инструменты и приборы исследования (лупа, бинокль и т.д)

Сам поход может включать в себя следующие блоки:

- дорога туда и обратно;
- прогулка с элементами наблюдения
- подвижные игры на свежем воздухе
- перекус

Во время пребывания на природе дети **получают много новых впечатлений** и знаний об окружающем. Из наблюдений они узнают об особенностях сезонных изменений в природе, подмечают связи между различными явлениями, устанавливают элементарную зависимость. Наблюдения вызывают у них интерес, ряд вопросов, на которые они стремятся найти ответ. Все это развивает наблюдательность, расширяет представления об окружающем, будит мысль и воображение детей. Используя метод наблюдения необходимо соблюдать следующую последовательность: установление факта; формирование связи между частями объекта; накопление представлений у детей; сопоставление; в итоге - выводы и установление связей между наблюдением проводимым сейчас наблюдением и проведенным ранее.

Пребывание на свежем воздухе является первым и наиболее доступным средством закаливания детского организма, что способствует повышению его выносливости и устойчивости к неблагоприятным воздействиям внешней среды, особенно к простудным заболеваниям; положительно влияет на обмен веществ, способствует повышению аппетита, усвояемости питательных веществ; позволяет ребенку удовлетворить его потребности в двигательной активности, являясь естественной тренировкой различных групп мышц, хорошо влияя на развитие координаций движения, быстроту реакции, силу, выносливость, волю.

Особенная ценность подобных мероприятий заключается в возможности детьми применить опыт, полученный ранее в привычных и комфортных условиях. Походы дошкольников за пределы прогулочного участка воспитывают выносливость, обновляют жизненные впечатления, содействует познанию окружающего мира.

Литература:

1. Александрова, Кобзева, Холодова: Организация деятельности детей на прогулке. Старшая группа. ФГОС ДО. Учитель 2019.
2. СанПин 2.4.1. 3049-13.