

Консультация для родителей

«Прогулки на природе — основа здоровья ребенка»

Семья для ребенка - это место его рождения и основная среда обитания. В семье у него близкие люди, которые понимают его и принимают таким, каков он есть - здоровый или больной, добрый или не очень, покладистый, он там свой:

Именно в семье ребенок получает азы об окружающем мире. Семья - морально-психологический климат, это для ребенка школа отношений с людьми. Именно в семье откладываются представления у ребенка о добре и зле. С близкими он переживает чувства любви, дружбы, долга. По своей природе семейное воспитание основано на чувстве. Чувства любви со всей гармонией различных нюансов его проявления сопровождают ребенка в семье, начиная с внутриутробного развития до взрослости.

Семейное воспитание продолжается всю жизнь человека, в любое время суток. Дети очень любознательны. Они задают массу вопросов: «*Что это?*», «*Зачем оно?*», «*Какое оно?*», «*Почему?*». На все детские вопросы надо стремиться отвечать серьезно, доступно, правильно. Не перекладывайте ответ на потом. В этих вопросах выражается их мышление. Очень эффективным для развития детей являются прогулки в природу.

При первой возможности, в любое время года, лишь бы была погода хорошая, отправляйтесь в лес, парк, поле, к реке, чтобы увидеть необозримые дали и сказочные облака. Найдите укромное место и устройте привал. Замрите и затаитесь. Может быть, Вам посчастливится увидеть белочку, полюбоваться работой дятла. Радость встречи с живыми объектами надолго останется в памяти детей, пробудит пытливость, добрые чувства к природе. Полной грудью вдохните запах грибов, ягод, запах душистых трав, соберите коллекцию листьев многообразных по форму и окраске, найдите сучки, коряги, похожие на скульптуру зверей и людей. Постарайтесь найти любую травинку и разглядеть ее. Она только издали кажется некрасивой, а на самом деле она изящна, красива, как нежны ее листочки, как тонки переходы красок. Сходите с ребенком на поляну. Посмотрите, как заманчива таинственная даль, зовущая в глубь леса. Посмотрите сколько цветов разных растет на поляне. Загадайте загадку про одуванчик «*Рос шар бел, ветер дунул, шар улетел*». Сорвите одуванчик, подуйте, заставьте ребенка дунуть на него, пусть посмотрит как это все происходит, как в загадке. Обратите внимание на небо, облака. (*загадайте загадку про небо и облака*). Подумайте вслух, выскажите свои ощущения. Пусть дети видят, что общение с природой радует и волнует Вас, создает хорошее настроение, пробуждает мечты.

Идя по лесу можно загадать загадки: «*Много рук, а одна нога*» (дерево). «*Голубой шатер всю землю накрыл*» (небо). Проходя мимо муравейника можно загадать: «*Кто в лесу без топора строит избу без угла*» (муравьи).

Если у Вас есть огород, выделите в нем для ребенка опытную грядку. Может у кого-то есть уголок — грядка на дачном участке? Во многих семьях есть любимый цветок. Умейте в тот день, когда он зацветет или впервые появится в Вашем доме, устроить в честь него небольшой семейный праздник. Пусть сам вместе с вами посадит любой цветок, овощ, зеленую травку, ягодку- викторию и наблюдает за ним. Научите ребенка дарить цветы людям. Если у кого-то день рождения в семье, пусть ваш ребенок возьмет за правило, дарить вам цветы с вашего огорода. Говорите, что цветы с огорода или сада можно срывать и дарить близким. Этим Вы воспитываете умение возвышенно любить.

Удивительный мир природы. Он встречает ребенка морем звуков, запахов, сотней загадок и тайн, заставляет смотреть, слушать, думать. В сердце каждого из нас с детства остаются нежные и щемящие воспоминания: узкая тропинка в лесу, тихий пруд с зелеными берегами и голубым отражением небес; золотистое поле пшеницы в знойный летний день; крошечный кузовок, доверху наполненный земляникой. Эти памятные картины согревают сердце во взрослой жизни, соединяя тонкими невидимыми нитями с детством, где было так много света и красоты. А если бы ничего этого не было, и вы никогда не бродили по шелковым травам, не видели разноцветья лугов, не смотрелись в лесные озера - зеркал, не слышали соловьиных песен, потому что детство было отгорожено от живой природы безразличным отношением к ней взрослых.

Человек - это часть природы, без взаимодействия с которой его жизнь не может быть полноценной. Благодаря природе развивающийся организм постепенно накапливает здоровье и силы. Мир движений и мир природы, объединяясь, становятся мощным средством разностороннего развития ребенка в условиях психологического комфорта. Необходимо взрослым организовывать с детьми прогулки— походы с целью глубокого познания окружающего мира. Каждый поход должен стать эмоционально значимым событием в жизни детей, поэтому необходимо тщательно отбирать разнообразные, интересные маршруты путешествий, обеспечивающие тесное общение с природой. Природа пробуждает любознательность ребенка, воздействует на его органы чувств, активизирует его сенсорику и вызывает чувство прекрасного.

Природа полна необыкновенных чудес. Она никогда не повторяется, поэтому следует учить детей искать и находить новое уже в известном. Приобщение ребенка к самостоятельному посильному труду, его знакомство с работой- взрослых является важнейшим средством формирования именно нравственных основ личности ребенка, ее гуманистической направленности, волевых качеств. Непосредственное общение с живой природой дает ребенку более яркие представления, чем книжки и картинки. Поэтому уже в группах раннего возраста создаются условия для повседневного общения детей с природой, организуются уголки природы, где дети имеют возможность наблюдать. Большую помощь в закреплении знаний о природе

могут сыграть разнообразные дидактические игры. Вот в такие игры мы проводим с детьми: «*Какие ты звуки слышишь?*», «*Что к тебе прикоснулось?*», «*Чудесный мешочек*», «*Угадай по запаху?*»

Учите детей замечать красоту, рассказывайте все, что вас удивило, делитесь своими чувствами, посещайте парки, зоопарки. Рассказывайте своим детям почему некоторые животные, звери, птицы живут в зоопарках.

Учите детей чувствовать природу, ведь она столько дает нам взамен. Ребенок должен понимать, что он часть природы, а значит сохраняя ее, она отвечает человеку тем же.

Педагог-психолог: Пидгайко В.П.