Одним из лучших способов развития коммуникативных способностей детей, а также форм оздоровительной работы, воспитания интереса к здоровому образу жизни является организация совместных походов. Туризм – это общение с природой и друзьями, познание своей Родины, своего края, это постоянные открытия новых мест. В процессе оздоровительной работы и приобщения детей к здоровому образу жизни важную роль отводится экскурсиям, прогулкам-походам на территории детского сада. Они представляют собой один из важнейших организованных видов двигательной деятельности, в ходе которой решаются не только оздоровительные задачи, совершенствуются двигательные навыки и физические качества детей, но и воспитывается любовь и эстетическое отношение к природе, удовлетворяются их познавательные потребности. Дети воспринимают окружающий мир во всем богатстве, красочности, динамике, что способствует развитию познавательной активности, формированию любознательности. Экскурсии и прогулки по территории детского сада, предусматривающие реализацию оздоровительных, познавательных, воспитательных задач, можно проводить уже с детьми трёх-четырёх лет. У воспитанников развивается любознательность, расширяется кругозор. На прогулках, экскурсиях, походах дети приобщаются к удивительному миру природы. Неслучайно великий русский педагог К.Д. Ушинский считал: «Логика природы есть самая доступная для детей логика». Природа воздействует на ребёнка своей новизной, разнообразием, вызывает восторг, удивление, желание проникнуть в её тайны. Умелый воспитатель не упустит возможности обратить внимание детей на красоту пейзажа, на особенности сезонных и суточных изменений. Организация таких прогулок-походов предусматривает планомерную их подготовку, овладение детьми определённым объёмом знаний и умений. Важно, чтобы такие походы были насыщены разнообразным двигательным содержанием: ходьба в разном темпе, подскоки, подвижные игры, спортивные упражнения, перебежки в медленном и быстром темпе и другие. В содержание походов должны включаться хорошо знакомые детям игры и упражнения, освоенные ранее, дети получают необходимые знания о туризме и предстоящих походах. Прогулки-походы организуются в первую половину дня за счёт времени, отведённого на утреннюю прогулку и непосредственно образовательной деятельности по физической культуре на воздухе, что позволит детям реализовать свою потребность в ежедневной двигательной активности. В поход желательно брать обычную кипяченую питьевую воду и одноразовые стаканчики, даже если он проходит и на территории детского сада. Ребята вспоминают, чем богат лес и повторяют правила безопасного поведения в лесу, собирают шишки, играют с мячом, отдыхают в палатках. Вершина похода - трапеза. Ребята берут из своих рюкзачков сок и печенье, и с большим удовольствием перекусывают и обязательно не забывают за собой собрать весь мусор. Дети получают массу положительных эмоций. Поход – это яркие и незабываемые впечатления.