

Консультация для педагогов

*«Чтобы прогулка была
полезной и интересной!»*



Регулярное пребывание на свежем воздухе в любое время года имеет огромное значение для развития и закаливания организма. Как организовать зимние прогулки и сделать их наиболее интересными и полезными для детей? Для наших детей она долгожданная и любимая пора.

НА САНКАХ

Мне тепло в ушанке!
Я хватаю санки,
На гору взбираюсь,
Под гору лечу.
Для меня пустое,
Самое простое —
Прокатиться стоя:
Видите — качу!
Вдруг рванулись санки...
Нет моей ушанки.
В снег она упала!
Падаю и я.
Санки дальше мчатся,
Весело кружатся.
По снегу веревка Вьется, как змея.
Я нашел ушанку,
Догоняю санки,
На гору взбираюсь,



Под гору лечу.
Для меня пустое,
Самое простое —
Прокатиться стоя:
Видите: качусь!
Перевод с Е.Благиной

Не секрет, что для физического развития, укрепления организма детям необходимо как можно больше времени проводить на свежем воздухе. И зима — не исключение из этого правила! А чтобы холод принес пользу и не мешал малышам получить удовольствие от прогулки, они должны быть заняты интересным делом. Необходимо лишь следить за тем, чтобы более интенсивные движения сменялись более спокойными. Поэтому мы стараемся подобрать специальные игры, задания, забавы, подходящие для зимних условий.

Задания на внимание:

1. Показать детям веточку и предложить внимательно осмотреть ее в течение 30 - 40 сек. Затем веточку спрятать. Теперь ребята должны постараться как можно точнее ответить на следующие вопросы: сколько на ветке сучков; сколько из них сломанных; от какого дерева и когда срезана эта веточка.

2. Во время пути обратите внимание детей на то, что происходит вокруг. Сколько труб на том доме? Кто там идет вдали - мужчина или женщина? Есть ли здесь лиственные деревья? Сколько человек в той группе? Что нес в руках прохожий? и др.

3. Обратить внимание, что:

а) если большие и маленькие предметы находятся от нас на одном и том же расстоянии, то маленькие кажутся дальше;

б) яркие предметы кажутся ближе, чем темные;

в) в пасмурный день, в дождь, в сумерки все расстояния кажутся больше, а в солнечный день — наоборот.

Кроме игр со снегом, занимательных упражнений и забав, большим успе-

хом у наших детей пользуются игры-эстафеты. Такие развлечения помогают нам содержательно и весело провести с детьми прогулки, спортивные состязания.





Кто быстрее слепит снеговика

Дети разбиваются на пары, и каждая пара получает задание слепить снеговика. Для этого необходимо скатать комки разного размера, поставить их друг на друга. Сделать снеговика глаза, брови, нос, рот (из морковки и угольков) и надеть шапку (ведро). Выигрывает та пара, которая быстрее за-

кончит работу. Дети о работе договариваются сами, игра начинается по команде «Приготовились! Начали!»

Флажки Вдоль ската горки расставлены палочки с ленточками на них. Необходимо прокатиться с горы на санках и схватить флажок. Побеждает тот, у кого больше флажков.

Снежки Дети лепят снежки и стараются попасть друг в друга. Бросать можно только в ноги. Вариант: можно разделить детей на две команды. Выбывает из игры тот, в кого попадут снежком. Выигрывает та команда, у которой останется больше игроков.

Шагай шире Расстояние между двумя линиями 3 - 4 м. Необходимо быстрее дойти до противоположной черты, делая широкие шаги. Вместо широких шагов можно передвигаться и прыжками.

Кто выше подбросит снежок В игре принимают участие все дети. По команде дети начинают лепить снежки и подбрасывать их. Каждый выполняет задание 3 раза. Побеждает тот, кто все три раза подбросит снежок выше всех. Бросают 2 раза правой и 1 раз левой рукой.

Самые быстрые санки 2—3 детей садятся на санки спиной вперед (на одних санках может ехать один ребенок или двое детей). По команде дети начинают отталкиваться ногами и двигаться вперед. Расстояние от старта до финиша — 5 метров. Игру можно повторять 2—3 раза, с разными участниками.



Попади в лунку Педагог делает в снегу несколько лунок, каждому ребенку дает мешочек с шариками. За установленное время дети забрасывают в лунку как можно больше шариков, затем подсчитывают итог.

На морозе необходимо постоянно двигаться. Делать это можно разными способами. Подойдут:

- Ходьба и бег спинами друг к другу.
- Парный бег (взявшись за руки).
- Быстрая ходьба с подниманием предметов.
- Бег вперед спиной.
- «Беги и не дотрагивайся» (шесть лыжных палок ставятся на расстоянии 2 - 2, 5 м друг от друга). Ребенок должен пробежать между палками(змейкой), не дотрагиваясь до них. Вместо палок можно использовать другие ориентиры.
- Подъем в горку руки за спиной, спуск с горы (можно шагом или бегом).
- «След в след» — ходьба по следам педагога, педагог при этом учитывает длину детского шага.
- Скользить и ходить по линиям, начерченным на скользкой площадке (старшая, подготовительная группы). Зимние игры в детском саду (описание игр) Далее приведу примеры зимних игр, которые сделают прогулку в детском саду интересной увлекательной, а также не дадут детям замерзнуть! Зимние игры помогут разнообразить физкультурные занятия на улице обучение счета, тренировкой памяти, развитием воображения и смекалки у юных дошколят.

СЛЕДОПЫТ Отправляясь на прогулку, прочитайте сказку про Винни-Пуха, который выслеживал неведомого зверя, а в итоге оказалось, что он ходил по своим собственным следам. Предложите детям самим на время стать следопытами. Для начала научите дошколят оставлять четкие следы ножек на снегу, затем предложите отгадать, кто из ребят какой след оставил. Для детей ясельной группы подойдет совсем незамысловатая игра: оставьте на снегу отпечатки кубиков разных размеров и предложите ребятам разложить



кубики по отпечаткам. На следующей прогулке в детском саду научите детей определять следы птиц. Попросите их пофантазировать и, возможно, придумать неведомого доселе науке зверя со следами, присущим только ему.

ТРОПИНКА В зимние игры в детском саду можно добавить обучение счету и немного... авантюризма. Потренируйтесь с детьми шагать по подсказкам: два шага направо, три шага налево, 5 шагов к дереву. Как только дети освоят эти упражнения, предложите им игру наподобие «острова сокровищ».

ПРЯТКИ Возьмите из группы различные предметы белого цвета и разложите их на площадке. Назовите детям предметы, которые замаскировались среди снега, и попросите их найти.

После активного движения необходим небольшой отдых. В это время можно предложить отгадать загадки о зиме.

Или понаблюдать за птицами: В народе говорили: «Подкорми птиц зимою — послужат тебе весною». Наблюдение за жизнью пернатых, рассказы о том, из чего они строят гнезда, как высиживают птенцов, где зимуют и чем питаются, — подчас становятся открытием не только для ребенка, но и для взрослого горожанина. Не забываем почистить кормушки и положить крошки хлеба, семечки— для детей это не только увлекательная игра, но и настоящий урок доброты! Можно задать детям вопросы для размышления: - Все ли синички одинаковые? - Кто обедал на рябине? И т.д.



Безопасность зимних прогулок

На первых этапах своих прогулок дети нуждаются в подсказке и поддержке взрослых. Необходимо показать ребенку, как правильно спуститься с горки, как проехать на санках, на лыжах, где можно спуститься, а где нельзя. Такие беседы с ребенком обязательны, особенно с маленькими детьми. Телесные повреждения независимо от времени года оставляют у ребенка физическую и психологическую травмы. Если малыш упал, родители должны проявить участие, успокоить, расспросить, где и что у него болит. Если ребенок жалуется на то, что он не может встать или самостоятельно идти, нужно немедленно обратиться в травматологический пункт.

Пусть ребенок потренируется на полу. Падая лицом вперед, важно приземлиться на чуть согнутые, пружинящие ноги и руки, как это делают животные. Тогда вероятность получить травму значительно снижается. Падая на спину, необходимо сгруппироваться: свернуться калачиком, поджать голову и ноги и в таком положении попробовать «покачаться» вперед-назад. При подобном перекате нагрузка на позвоночник распределяется физиологически правильно, а кроме того, нет риска повредить голову, ноги или руки. Конечно, чтобы освоить такую науку безопасных приземлений, понадобится время.

Помните в детстве это радостное возбуждение, когда, проснувшись, вдруг обнаруживаешь, что все вокруг белым-бело? Постарайтесь, чтобы и ваши дети получали удовольствие от зимы.

