

Двигательная активность детей зимой на прогулке.

Подготовила:
Семенова В.В.

2016г.

Зима - удивительное время года, когда вся природа одевается в белый, пушистый наряд и у детей появляется прекрасная возможность кататься на лыжах, санках, сооружать разнообразные постройки из снега.



Двигательная активность - это естественная потребность детей в движении, удовлетворение которой является важнейшим условием гармоничного развития ребенка, состояние его здоровья.



Развитие двигательной активности на прогулке имеет непосредственное влияние на физическое и нервно-психическое, интеллектуальное развитие ребенка, а также на становление его поведения.



Прогулка - очень важный режимный момент в жизнедеятельности детей.

Цели прогулки:

- Профилактика утомления
- Физическое и умственное развитие детей
- Укрепления здоровья

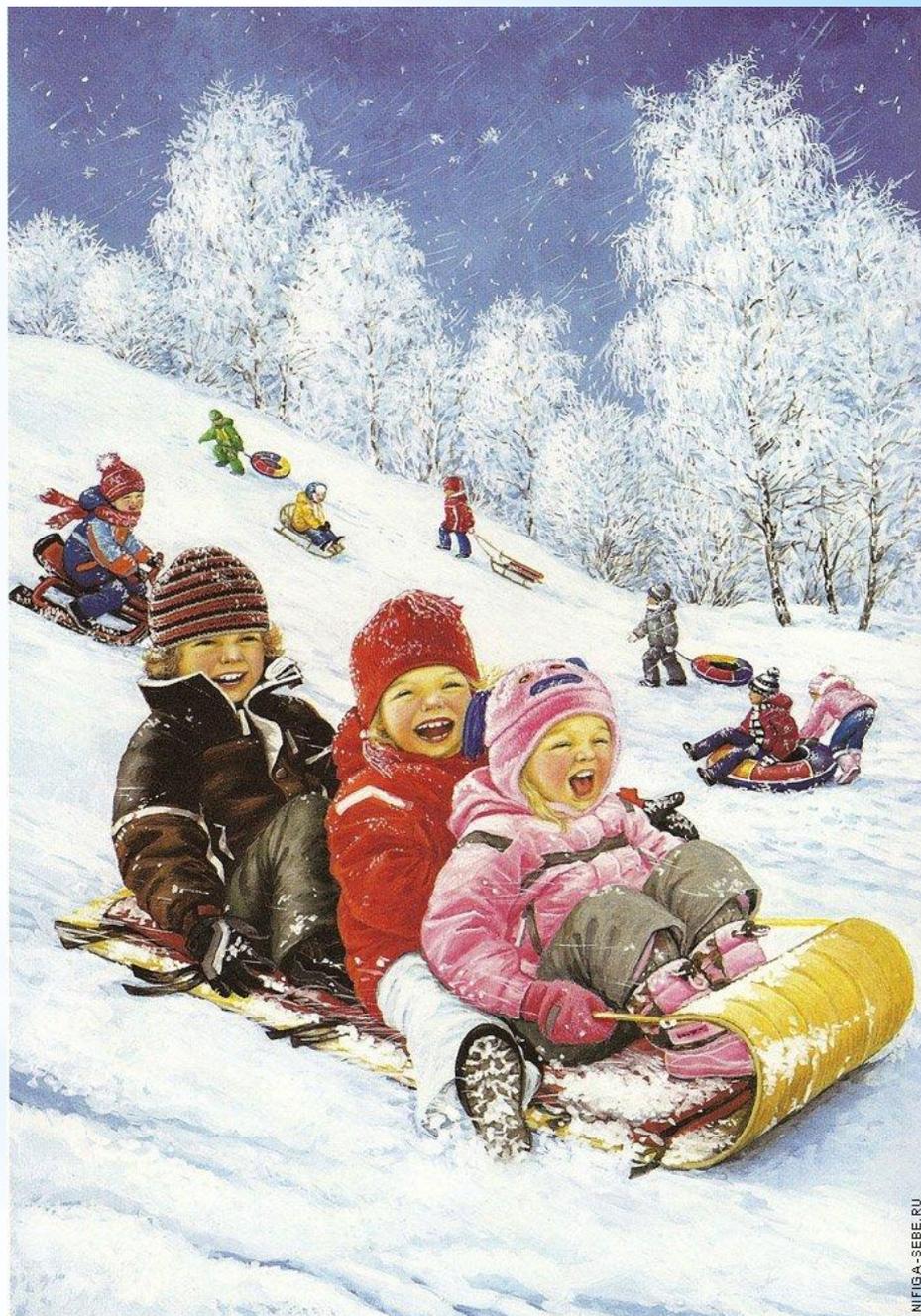
Задачи прогулки:

- Оказывать закаливающее воздействие на организм в естественных условиях
- Способствовать повышению уровня физической подготовленности детей
- Оптимизировать двигательную активность детей
- Способствовать познавательному, речевому, художественно-эстетическому, социально-коммуникативному развитию

Для физического развития и укрепления организма детей необходимо как можно больше времени проводить на свежем воздухе. А чтобы холод принес пользу и не помешал детям получать удовольствие от прогулки, они должны быть заняты интересным делом.



Мои санки едут сами
Без мотора, без коня
То и дело мои санки
Убегают от меня.
Не успею сесть верхом,
Санки с места и бегом...
Мои санки едут сами
Без мотора, без коня
А под горкой мои санки
За сугробом ждут меня.
Непослушным, скучно им
Подниматься вверх одним.



На пруду каток хороший
Лед сверкает, как стекло
На коньках бежит Сережа
И в мороз ему тепло.



Раскраснелась детвора -
Накатала три шара!
Друг на друга их сложили,
И ведро нагромоздили.
Нос - морковка, уголь - глазки,
Снеговик из детской сказки!
Руки - ветки, рот - конфетка...
Пусть стоит теперь до лета.



Доставайте рукавицы,
К нам пришла зима-сестрица!
Во дворе белым-бело,
Ночью снега намело.
Рада-рада детвора,
Всем в снежки играть пора!



Ах, лыжи мои, лыжи, —
Без вас я сам не свой.
Ну что на свете ближе
Мне снежною зимой?
На валенки нацепишь
Хрустящие ремни
И день гоняешь целый,
И напролёт все дни.
Ну а потом чуть дышишь,
Чуть на ногах стоишь...
Ах, лыжи мои, лыжи —
Нет в мире лучше лыж!



Одежда и обувь ребенка на прогулке зимой.

Конечно, такая активная деятельность предусматривает удобную и не сковывающую движений одежду. Одежда и обувь имеют большое значение для защиты организма от неблагоприятных воздействий внешней среды, но в то же время, они не должны ограничивать движения детей. Желательно, что бы одежда даже в зимний период была достаточно теплой и удобной для движения ребенка.



Спасибо за внимание.