

# Прогулка

подготовила: Мартынова Людмила Александровна



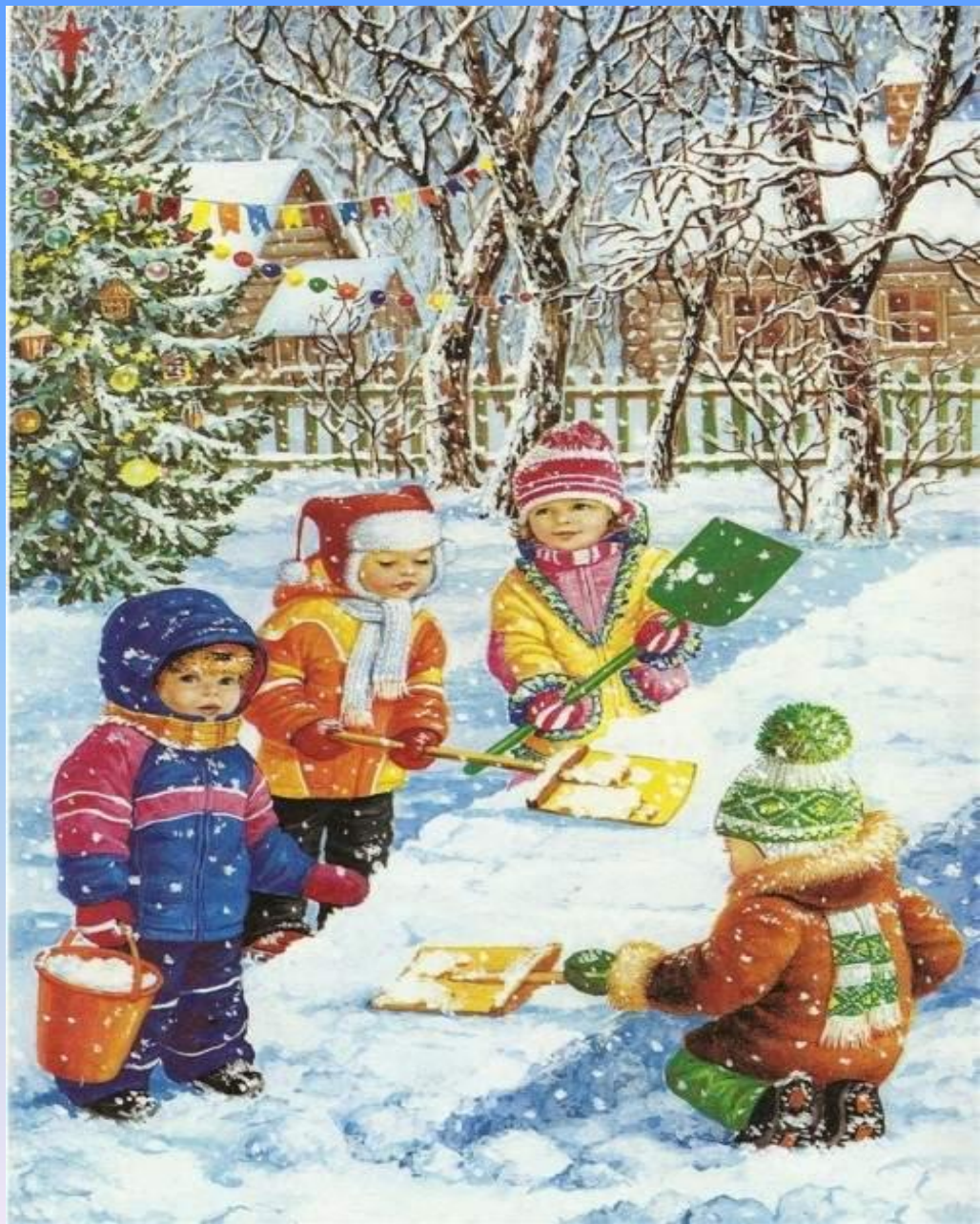
*В гости к нам пришла зима  
Стали белыми дома  
Снег летает там и тут  
малыши гулять идут*



*Пребывание детей на свежем воздухе имеет большое значение для физического развития. Прогулка является первым и наиболее доступным средством закаливания детского организма. Она способствует повышению его выносливости и устойчивости к неблагоприятным воздействиям внешней среды, особенно к простудным заболеваниям. На прогулке дети играют, много двигаются. Движения усиливают обмен веществ, кровообращение, газообмен, улучшают аппетит. Дети учатся преодолевать различные препятствия, становятся более подвижными, ловкими, смелыми, выносливыми. У них вырабатываются двигательные умения и навыки, укрепляется мышечная система, повышается жизненный тонус*



**Прогулка способствует умственному воспитанию. Во время пребывания на участке или на улице дети получают много новых впечатлений и знаний об окружающем: о труде взрослых, о транспорте, о правилах уличного движения и т. д. Прогулка развивает наблюдательность, расширяет представления об окружающем, будит мысль и воображение детей**



*Ведущее место на прогулке отводится подвижным играм. В них развиваются основные движения, снимается умственное напряжение от занятий, воспитываются моральные качества.*

***Движения на воздухе оказывают положительное влияние на физическое развитие.** Длительная ходьба во время прогулки требует от детей определенной выдержки, организованности и выносливости. Во время прогулок воспитатель проводится индивидуальная работа с детьми: это игры с мячом, метание в цель.*

- упражнение в равновесии,*
- прыгивание с пеньков, вала. перешагивание через палки, сбегание с пригорков.*



**Для воспитателей прогулка — это уникальная возможность не только оздоровить детей, но и обогатить ребенка новыми знаниями, показать опыты, материал для которых предоставляет сама природа, развить внимание, память и т. п.**



*А в саду у нас гора,  
Все катаются с утра.  
Крикнул Рома : "Берегись!" -  
Покатился с горки вниз.*



**На детской площадке все так интересно,  
Наверное, это уже всем известно!**



*Птички, птички  
подходите —  
Угостить мы вас  
хотим!  
Ешьте сколько  
захотите  
Мы вам зернышек  
дадим!*



# Наша любимая сказка



*Он по коробу  
скребен,  
По сусеку он  
метен,  
У него румяный  
бок,  
Он веселый...  
(Колобок)*



*Летом скачет в  
шубке серой,  
А зимою в шубке  
белой  
Длинноухий  
побегайчик,  
Маленький  
трусишка...  
(Зайчик)*

*Обитает среди леса  
Ярко-рыжая  
принцесса –  
Превеликая  
хитрица,  
И зовут ее...  
(Лисица)*







***По размеру и по весу  
Этот зверь –  
хозяин леса.  
Любит он зимой  
храпеть,  
А зовут его...  
(Медведь)***

# Для метания мешочков мячей



# Игры с мячиками





# Снежный вал





# Лазание по жуку





# Подлезаем, проползаем и ни чуть не замерзаем!



Дружно саночки возьмем и  
зверюшек повезем.

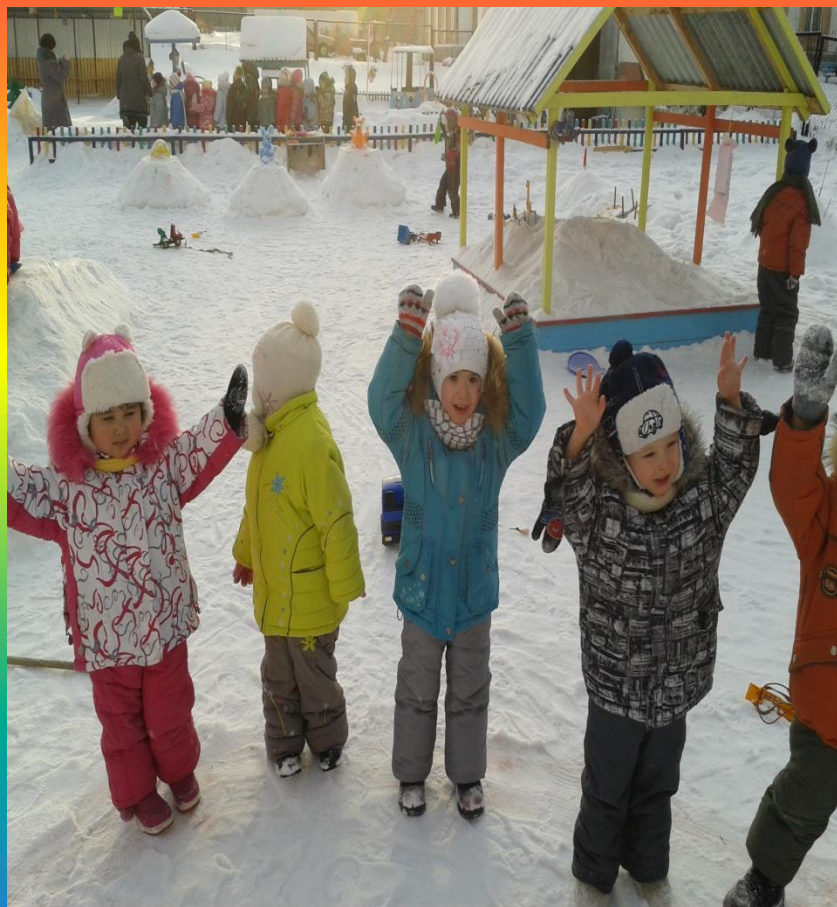


Кто же здесь оставил след?  
Угадай и дай ответ.





Ты дружок не зевай выше ручки  
поднимай, хлопни раз, хлопни два и  
снежиночку поймай







# *Игры с султанчиками, с масками.*





# *Катание на лыжах.*



Свежий воздух малышам  
Нужен и полезен!  
Очень весело гулять нам!  
И никаких болезней!...