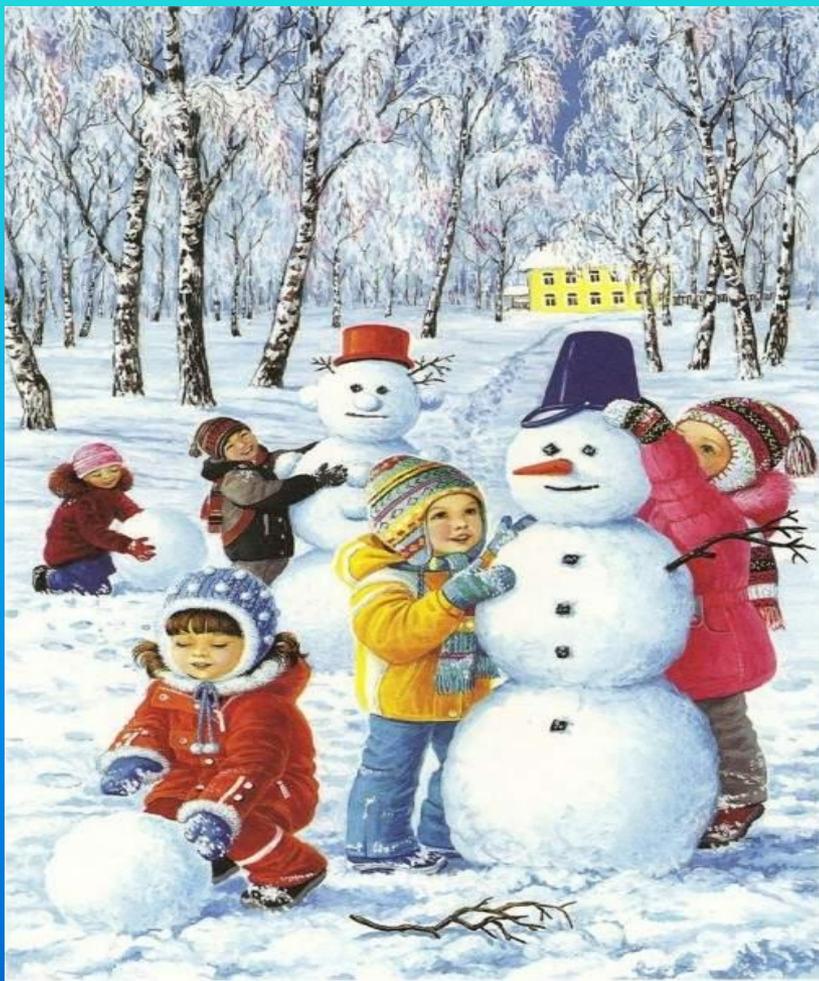


Прогулка

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!...