

# *«Как организовать зимнюю прогулку в детском саду»*

*Старший воспитатель Афанасьева О.П.*



# *Значение прогулки:*

- ❖ **Важнейшей задачей дошкольных учреждений является сохранение и укрепление здоровья детей.**
- ❖ **В дошкольном возрасте оптимальная двигательная активность и физическое воспитание являются ведущими факторами в сохранении здоровья, полноценном физическом и психическом развитии ребенка.**
- ❖ **Прогулка является первым и наиболее доступным средством закаливания детского организма.**



## *Время прогулки в режиме дня:*

- ❖ Для пребывания детей на свежем воздухе отводится примерно до четырёх часов в день.
- ❖ Режим дня детского сада предусматривает проведение дневной прогулки после занятий и вечерней – после полдника.
- ❖ Время, отведённое на прогулки, должно строго соблюдаться и в зимний период.



# *Подготовка детей к прогулке:*

- ❖ Зимой прогулки с младшими дошкольниками разрешается проводить при температуре воздуха не ниже  $-15^{\circ}$  и скорости ветра не более 15 м/с.
- ❖ С детьми 5-7 лет — не ниже  $-20^{\circ}$  и скорости ветра не более 15 м/с.
- ❖ При температуре воздуха ниже  $-15^{\circ}$  и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается



# *Участок детского сада и его оборудование:*

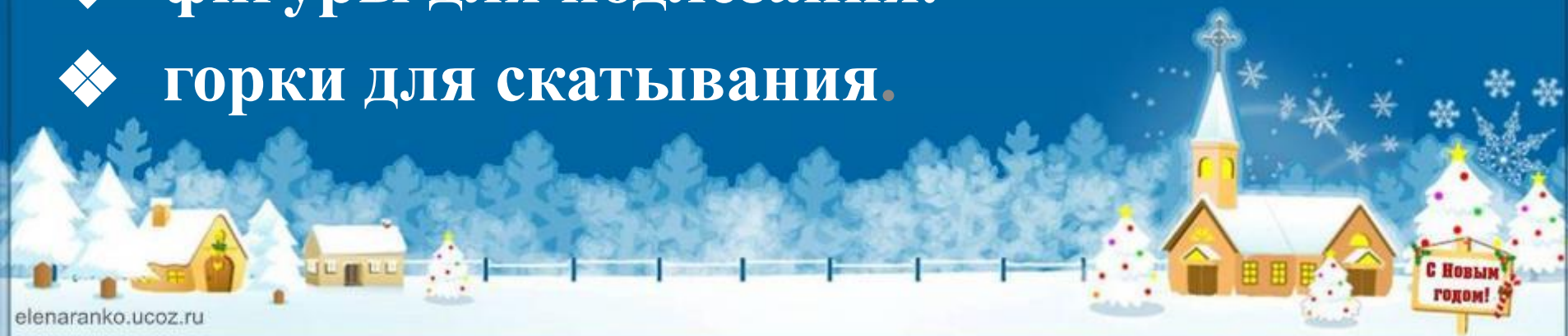
**необходимо создать определенные условия:**

- расчистить участок от снега;
- соорудить постройки для развития основных движений (ходьба, бег, упражнение в равновесии, лазанье, перешагивание, метание);
- залить ледяные дорожки;
- предусмотреть соблюдение инструкции по охране жизни и здоровья детей.



# *Рекомендуются разнообразные снежные постройки:*

- ❖ **фигуры для закрепления навыков равновесия.**
- ❖ **фигуры для перешагивания.**
- ❖ **фигуры для упражнений в метании.**
- ❖ **фигуры для подлезания.**
- ❖ **горки для скатывания.**



*На детских площадках соблюдаются требования «инструкции по организации охраны жизни и здоровья детей».*

## **ПРИ ИЗГОТОВЛЕНИИ СНЕЖНЫХ ПОСТРОЕК ПЕДАГОГИ НАШЕГО ДОШКОЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ УДЕЛЯЮТ ВНИМАНИЕ СЛЕДУЮЩИМ МОМЕНТАМ:**

- ❖ Качество изготовления построек
- ❖ Безопасность
- ❖ Разнообразие
- ❖ Учёт возрастных особенностей и интересов детей
- ❖ Учёт реализуемой в ДООУ программы
- ❖ Эстетика оформления



# *Участок нашего детского сада*



- Оснащен сказочными героями и героями из мультфильмов.
- Паук Шнюк





# *Веселая Сороконожка*



# *Паровозик Тишка (с упражнением для подлезания)*



# Ёжик



# *Семейка божьих коровок (для оббегания и перепрыгивания)*



# *Нильский крокодил*



# *Змея (для пробега «змейкой»)*



# *Танк*



# Пожарная машина



С Новым  
годом!



# Лабиринт



# Различные фигуры

Имитированная речка

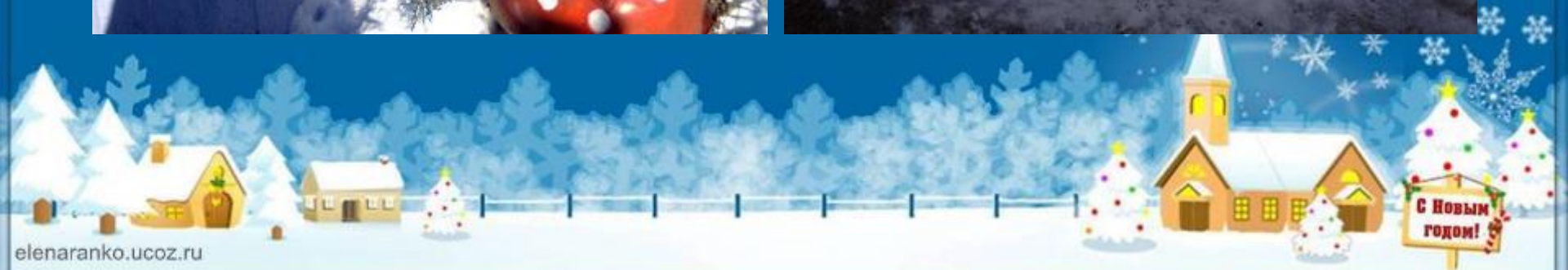


Домик Дедов Морозов



# *Домик (для подлезания и перелезания)*





*Все это творчество педагогов  
МДОУ «Полянка»*



**ПЕДАГОГИ ДОУ ПРОЯВЛЯЮТ СВОЁ  
МАСТЕРСТВО И ТВОРЧЕСТВО  
ОФОРМЛЯЯ УЧАСТОК ПО ЗИМНЕЙ  
ТЕМАТИКЕ (ЦВЕТНЫЕ ЛЬДИНКИ,  
ГИРЛЯНДЫ, БРОСОВЫЙ МАТЕРИАЛ,  
ТКАНЬ), ПРЕВРАЩАЯ ЕГО В СКАЗОЧНУЮ  
СТРАНУ, КОТОРУЮ НАСЕЛЯЮТ  
ПЕРСОНАЖИ ЛЮБИМЫХ СКАЗОК,  
ВЫЛЕПЛЕННЫЕ ИЗ СНЕГА.**



# Для организации самостоятельной двигательной деятельности детей необходимо

## создать все условия:

- Лопатки для снега и формы для творческой деятельности
- Санки-ледянки
- Лыжи, коньки
- Клюшки и шайбы
- Печатки
- Султанчики
- Вертушки
- «Карандаши»
- Обручи разного диаметра
- Мешочки, мячи для метания
- Бросовый материал для игр со снегом



## Атрибуты для сюжетно-ролевых игр:

- куклы, одетые по сезону,
- саночки для кукол.

## Атрибуты для подвижных игр:

- маски
- ленточки
- нагрудные знаки

## Набор для исследовательской деятельности:

- емкости для снега и воды
- формочки для заморозки
- палочки для измерения глубины снега
- многое другое





# *Вы можете организовать разные виды игр на прогулке:*

- спортивные упражнения («Катание на санках», «Скольжение», «Ходьба на лыжах»).
- игры-эстафеты
- игры с элементами спорта
- сюжетные подвижные игры
- зимние забавы
- аттракционы
- сюжетные подвижные игры
- бессюжетные подвижные игры
- народные игры
- хороводные



# *Катание на коньках*



# *Ходьба на лыжах*



## Советы воспитателям:

- приступая к спортивным играм, следует иметь в виду, что все дети очень разные по своему физическому развитию, характеру, здоровью. Нагрузка в играх дозируется с учетом индивидуальных и возрастных особенностей ребенка;
- не следует начинать игру сразу же после еды: после приема пищи должно пройти не менее 30 минут. Прекращать спортивные занятия надо за 1,5-2 часа до сна;
- после игр на свежем воздухе полезны: обтирание, теплый душ, купание, чай или молоко с медом;
- игры большой активности чередуйте со спокойными;
- спортивная одежда должна быть легкой, удобной, теплой, не стеснять движений, не мешать свободному дыханию, кровообращению, не раздражать кожу детей.



*В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ МОЖНО  
ПРОВОДИТЬ «НЕДЕЛИ ЗИМНИХ ИГР И ЗАБАВ».*

**ЦЕЛЬ:**

**ОБЕСПЕЧИТЬ ВОСПИТАННИКОВ  
ПОЛНОЦЕННЫМ АКТИВНЫМ ОТДЫХОМ НА  
ЗИМНЕЙ ПРОГУЛКЕ, ПРЕДОСТАВИТЬ  
ВОЗМОЖНОСТЬ УЧАСТВОВАТЬ В  
РАЗНООБРАЗНЫХ ИГРАХ И ЗАБАВАХ.**



Для зимних игр и забав необходимы следующие условия:

- в деятельности должны принимать участие все дети;
- не нужно предлагать игры, в которых нужно долго и интенсивно бегать, чтобы дети не вспотели;
- для бега следует организовать пространство;
- игры со снегом следует проводить в теплую погоду, когда снег мягкий;
- зимние игры проводятся на площадке с утрамбованным снегом.

Увлекательные игры и развлечения зимой на открытом воздухе доставляют детям огромную радость и приносят неоценимую пользу их здоровью. Разнообразные подвижные игры обогащают содержание прогулок и увлекают детей. Это позволяет увеличить продолжительность прогулок, что особенно важно при низких температурах.



**Будьте ЗДОРОВЫ !!!**

**ТВОРЧЕСКИХ УСПЕХОВ И  
УДАЧИ !**

