Двигательная активность детей зимой на прогулке.

Подготовила: Комарова Е.А.

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:

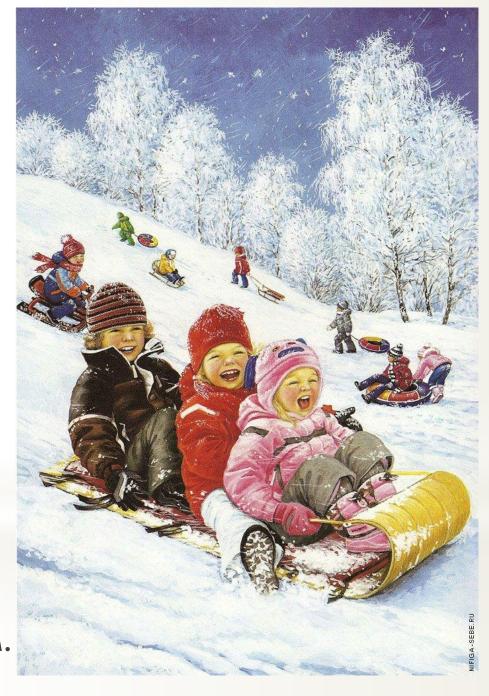
- Оказывать закаливающее воздействие на организм в естественных условиях
- Способствовать повышению уровня физической подготовленности детей
- Оптимизировать двигательную активность детей
- Способствовать познавательному, речевому, художественно-эстетическому, социальнокоммуникативному развитию

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.

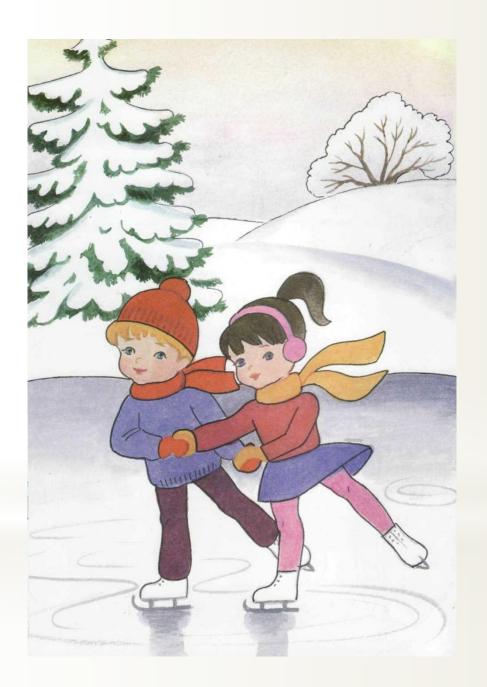




Мои санки едут сами Без мотора, без коня То и дело мои санки Убегают от меня. Не успею сесть верхом, Санки с места и бегом... Мои санки едут сами Без мотора, без коня А под горкой мои санки За сугробом ждут меня. Непослушным, скучно им Подниматься вверх одним.



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.



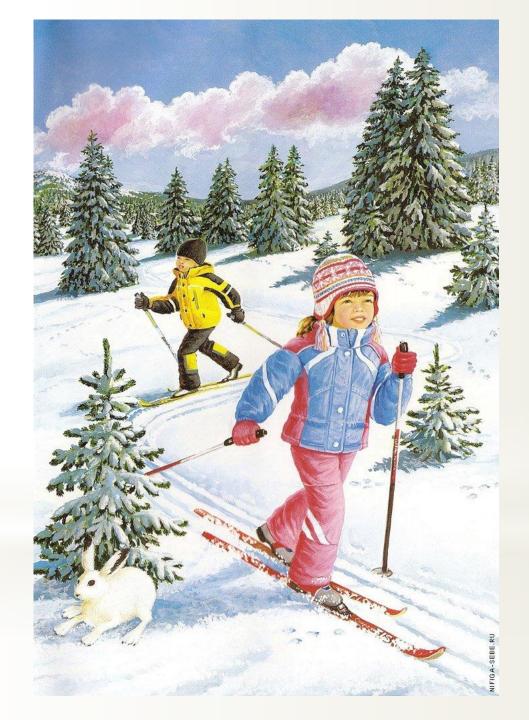


Доставайте рукавицы, К нам пришла зима-сестрица! Во дворе белым-бело, Ночью снега намело. Рада-рада детвора, Всем в снежки играть пора!





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.