

Памятка для родителей Зимняя прогулка.

Особенности организации двигательной активности в зимний период :

- в холодный период года, родителям следить за тем, чтобы дети дышали носом. Носовое дыхание соответствует формированию у детей умения правильно дышать, предупреждает заболевание носоглотки;
- при низких температурах воздуха нецелесообразно организовывать игры большой подвижности, так как они приводят к форсированию дыхания, когда дети начинают дышать ртом. Не следует также в этих условиях проводить игры, требующие произнесения детьми в полный голос четверостиший, припевок, какого — либо текста.



Зимние подвижные игры для детей.

□ Вариант 1.

□ Дети движутся гурьбой вокруг снеговика, повертывающийся одновременно и вокруг себя. Через некоторое время направление движения меняется, хоровод кружится в другую сторону. Взрослый говорит:

□ «Снежинки - пушинки устали налету, кружиться перестали, присели отдохнуть» .

□ Играющие останавливаются, приседают. Отдохнув немного, возобновляют игру.

□ Вариант 2.

□ Дети свободно распределяются по площадке, руки в стороны . Затем начинают кружиться и говорить слова:

□ «Снежинки — пушинки на лету, кружиться перестали, присели отдохнуть» .

□ По окончанию слов дети приседают на корточки.