

Консультация
**«Роль организации проведения прогулок в зимний
период для формирования здорового образа
жизни детей»**

Старший воспитатель
МБДОУ «Детский сад № 6»
Дидик Н.В.

Цель консультации: систематизировать знания педагогов по организации проведения прогулок в зимний период для формирования здорового образа жизни детей.

План консультации:

1. Организация проведения прогулок.
2. Создание условий для эффективного проведения прогулок.
3. Условия для активизации движений детей.
4. Структурные компоненты прогулки.

1. Организация проведения прогулок.

Процесс воспитания детей непрерывен. Большие потенциальные возможности для всестороннего гармонического развития личности ребенка заложены в процессе Воспитательно-образовательной работы с детьми в условиях прогулки. Здесь представляются уникальные условия для всестороннего развития, в полной мере удовлетворяются его потребности в активных движениях. В самостоятельных действиях при ознакомлении с окружающим миром, в новых ярких впечатлениях, в свободной игре, как с природным материалом, так и с игрушками. Прогулка хорошо влияет на формирование физического воспитания детей, укрепление их здоровья, а также на эмоциональное состояние.

В зимнее время прогулка проводится 2 раза в день общей продолжительностью до 4 часов. Только понижение температуры до -15 градусов или ветреная погода, вьюга могут служить поводом для сокращения прогулки или ее отмены.

В целях охраны жизни и здоровья детей воспитатель и помощник воспитателя, начиная рабочий день, внимательно осматривают весь участок: нет ли поломанного оборудования, битого стекла, каких-либо нежелательных предметов.

При организации прогулки на участке дошкольного учреждения помощник воспитателя помогает подготавливать на участке игровую среду. Для того, чтобы дети охотно оставались на прогулке положенное по режиму время, необходимо им создать условия для разнообразной деятельности.

2. Создание условий для эффективного проведения прогулок.

Помимо стационарно установленного оборудования, на участок непременно следует выносить разнообразный дополнительный материал, который служит целям закрепления, уточнения и конкретизации новых знаний детей об окружающем мире, развивает наблюдательность, умение детей сравнивать, обобщать и делать простейшие выводы.

В зимнее время, среди припорошенных снегом кустов, с горки спускаются лыжники и саночки (одетые в соответствующие костюмы куклы). За день здесь могут произойти изменения, например, какие-то из кукол изменили свое положение. Кто из ребят заметит это первым? В следующий раз на пригорке появился заяц, а из-за кустов за ним будет следить хищники - волк или лиса. Грамотный педагог всегда найдет повод как для наблюдения, так и для развернутой беседы с детьми, для инсценировки сказки с этими персонажами или сюжетно-ролевой игры с использованием этих сюрпризных моментов. Нужна только фантазия воспитателя.

Нарядный, хорошо украшенный участок сам по себе вызывает у детей устойчивый положительный эмоциональный настрой, желание идти на прогулку.

Достаточное количество игрового материала сделает прогулку более насыщенной и интересной.

3. Условия для активизации движений детей.

Особенностью детей дошкольного возраста является их потребность в активных и разнообразных движениях.

Особое внимание уделяется двигательной активности детей на прогулке в зимнее время, когда движения несколько ограничены одеждой, когда погодные условия не дают возможности много и разнообразно двигаться по участку.

Большая часть площадки должна быть расчищена от снега, чтобы дети могли свободно побегать, попрыгать, развернуть игру с разнообразными движениями. Постройки из снега, расположенные по всей территории, служат не только украшением участка, но и стимулируют движения детей. По собственному желанию дети могут влезть на спину сооруженного из снега кота, петуха, зайца, собаки, подлезать под оленя, слоненка. Можно покатить под каждым из них мячики, шары, побросать снежки в корзину снеговика, печки, на длинную шею гуся, хобот слоненка, набросить серсо. По спине удава или крокодила можно поупражняться в равновесии, а перепрыгивая через змейку упражнять детей в прыжках. Влезая на горку, и скатываясь с нее, дети получают огромное удовольствие.

Такая активная деятельность на прогулках требует правильно одевать малыша. Одежда должна быть удобной, достаточно легкой, но не сковывающей движения детей. Воспитатель так продумывает прогулку, чтобы дети не охлаждались и в то же время не перегревались и не потели, что особенно опасно в зимнее время.

Увлеченные разнообразной игровой и развивающей деятельностью, дети постоянно находятся в хорошем настроении, с радостью откликаются на все предложения взрослого и порой выражают недовольство тем, что прогулка уже окончена.

4. Структурные компоненты прогулки.

Непременным условием успешного развития и воспитания дошкольников на прогулке является одновременное овладение ими умственными и практическими действиями. Это успешно решается в ходе систематически проводимых наблюдений, заранее планируемых педагогом. Ежедневные наблюдения на прогулке обогащают представления детей о мире природы, людей – их труда, взаимоотношений, обогащают детские эстетические представления.

Таким образом, наблюдение – один из главных компонентов прогулки.

Посильные трудовые действия детей естественным образом вплетаются в ход наблюдений за трудом взрослого. В силу собственной активности дети стремятся включиться в совместный со взрослым трудовой процесс, испытывая радость от полученных результатов.

Таким образом, трудовые действия детей следует также считать одним из самостоятельных компонентов в структуре прогулки.

Следует учитывать, что дети постоянно и довольно разнообразно двигаются на участке. Увлеченно двигаясь по участку в процессе выполнения дидактических заданий, активно участвуя в подвижных играх, занимая интересной самостоятельной деятельностью, ребенок достигает хороших результатов без приложения сверх усилий, как бы само собой. Очевидно,

что подвижные игры, игровые упражнения, а также дидактические задания являются основным обязательным компонентом каждой прогулки.

Таким образом, структурными компонентами прогулки являются:

наблюдение

дидактические задания

трудовые действия детей

подвижные игры и упражнения

Все эти компоненты позволяют сделать прогулку более насыщенной и интересной. К тому же они выступают не как отдельные педагогические мероприятия, а как логически обоснованные части того основного, что запланировано воспитателем в конкретной прогулке. В зависимости от различных погодных и сезонных условий, объекта наблюдения, общего настроения детей, проведенных занятий, эти структурные компоненты могут осуществляться в разной последовательности.

Зимние игры

Пирожки

Игра подходит для самых маленьких. Из снега можно слепить пирожки руками, а можно применить разнообразные формочки. Из ведерка можно сделать кулич: плотно утрамбовываем его снегом, переворачиваем, стучим лопаткой, убираем... получился высокий кулич. Кулич украшаем веточками и ягодками рябины.

Раскопки

Если снежный покров небольшой, то попробуйте с детьми раскопать снег до самой земли и посмотреть, что под ним. А там... маленькое чудо — зеленая трава. Расскажите детям, что ее укрыл снежок, как одеялом, и она спит.

Следопыты

Зимой можно рассматривать с ребенком следы на снегу. Вот проехал трактор, тут пробежала собака, здесь прыгала птичка

Разные дорожки

Если вы найдете нетронутую полянку со снегом, то можете сделать на ней различные следы самостоятельно: будто кто-то проехал на лыжах, петляющие следы, следы-елочкой.

Делаем кормушку

Сделайте с ребенком кормушку для птиц – это и познавательная игра, и польза птицам. Для этого вам пригодится пакет из-под сока, молока или пластиковая бутылка, коробка из-под новогоднего подарка.

Вырежьте большое аккуратное окошко, а лучше два (с противоположных сторон). Потом привяжите красивую ленточку, на которую повесите кормушку. А затем вместе с детьми повесьте ее на дерево. И каждый раз, когда идете на прогулку, берите с собой немного корма.

Гараж для детской машины

Находим высокий сугроб, сбоку делаем углубление, чтобы поместилась машина, и аккуратно хлопаем по стенам и потолочку лопатой, чтобы снег не осыпался. Гараж готов.

Полоса препятствий

Поделите детей на команды. Цель этой игры — преодолеть полосу препятствий. На что она может быть похожа?

- ◆ Разбег.
- ◆ Скольжение по ледяной дорожке.
- ◆ Прыжок через препятствие.
- ◆ Хождение по бревну.
- ◆ Прыжок вверх.

Разведчики

Настоящие разведчики ходят, не оставляя после себя следов, шагая след в след. Воспитатель идет впереди, меняя размер шага или делая резкие повороты. А дети идут по следам: чем больше участников, тем игра веселее.

Снежные художники

Рисовать на снегу — это так весело! Пальчиком, палочкой, а лучше всего водой! Вам понадобится пластиковая бутылка с подкрашенной водой и две крышечки.

Одной крышкой закрываем бутылку, чтобы удобно было нести. Во второй крышечке делаем дырочку. На прогулке меняем крышки. Инструмент для зимнего рисования готов!

Поиск клада

Эта увлекательная игра требует небольшой подготовительной работы. Вам надо будет заранее подготовить "клад". Это может быть игрушка или сувенир. "Сокровище" нужно положить в непромокаемую коробочку (пакетик) и спрятать под снегом в определенном месте.

По заданию дети должны найти клад, руководствуясь вашими подсказками. Подсказки могут быть простые, например, горячо-холодно или более сложные: сделай два шага налево, потом три шага вперед и т.д.

Елочные украшения из цветного льда

Можно сделать елочные украшения из цветного льда, налив подкрашенную пищевыми красителями воду в формочки разного размера и формы. Можно использовать обычную воду, но для красоты добавить в нее ягоды, кусочки апельсина, веточки ели, мишуру и т.п. Украсьте получившимися игрушками елочку