

Методические рекомендации к организации и проведению прогулки зимой.



Не секрет, что для физического развития, укрепления организма детям необходимо как можно больше времени проводить на свежем воздухе.

И зима – не исключение из этого правила! А чтобы, холод принес пользу и не помешал ребятам получать удовольствие от прогулки, они должны быть заняты интересным делом. Необходимо организовать смену интенсивных движений более спокойными. Каждый воспитанник должен быть вовлечен в игру, которая не только развивает и воспитывает, но и согревает в холодный день.

Зимняя прогулка станет эффективной при соблюдении следующих условий:

- наличие оборудованного участка
- наличие выносного материала
- использование игр с бегом средней интенсивности
- изготовление построек из снега
- наличие непромокаемых варежек для игр со снегом

1. Оборудование зимнего участка

Педагог каждой возрастной группы должен разработать план зимнего участка, который включает в себя:

- утрамбованную площадку для организации игр, забав и развлечений;
- снежные скульптуры: фигуры различных зверей, снеговиков, самолеты, дома, паролод, ракета и другое для организации ролевой, сюжетной, творческой игры;
- ледяные дорожки, лыжню, постройки из снега для организации двигательной активности детей на участке: горки, валы...;
- кормушки для зимующих птиц.

Выносной материал: лопатки, санки с ящиками для перевозки снега, материал для оформления снежных построек (листы картона, фанеры, пластика), материал для украшения участка и построек (разноцветные льдинки, флажки, гирлянды).

2. Организация наблюдений за живой и неживой природой

2-ая младшая группа:

- Расширять представления о характерных особенностях зимней природы (холодно, идет снег, люди надевают зимнюю одежду).
- Организовать наблюдения за птицами, прилетающими на участок, подкармливать их.
- Учить замечать красоту зимней природы: деревья в снежном уборе, пушистый снег, прозрачные льдинки.
- Дать представления о свойствах снега: холодный, белый, тает в тепле.

Средняя группа:

- Развивать умение замечать изменения в природе, сравнивать по памяти осенний и зимний пейзажи.
- Наблюдать за поведением птиц (вороны, голубя, синицы, воробья, снегиря) на участке, подкармливать их.
- Рассматривать и сравнивать следы птиц на снегу.
- Проводить простейшие опыты со снегом: расширять представления о том, что вода на морозе превращается в лед, а лед, снег и сосульки тают в тепле. Воспитатель может рассказать о том, что в результате выхлопа автомобильных газов их частицы оседают на снег, из-за этого снег становится грязным. Следует показать детям, как растаявший снег превращается в грязную воду, и подвести к пониманию того, что снег нельзя потому, что он грязный, а также холодный, и можно простудиться.

Старшая и подготовительная группы:

- Обогащать представления детей о сезонных изменениях в природе (самые короткие дни и длинные ночи, холодно, мороз, гололед, заморозки, снегопады, сильные ветры).
- Обращать внимание на то, что некоторые деревья надолго сохраняют плоды (рябина, ель) объяснить, что это хороший корм для птиц. Подвести детей к пониманию того, что для жизни животных зима - самое трудное время. Развивать желание подкармливать птиц в зимний период, научить делать кормушки.
- Закреплять умение определять свойства снега: холодный пушистый, липкий, рассыпается.
- Закреплять знания детей, о том, что в зимнее время растениям необходимо укрываться под слоем снега. Объяснить, что зимой деревья и кустарники не погибают, а прекращают на это время свой рост.

3. Труд в природе зимой.

Вторая младшая группа:

- На прогулке дети выполняют трудовые поручения под руководством взрослого или вместе с ним, при этом воспитатель должен поощрять те или иные трудовые действия детей, тем самым, развивая у них желание трудиться. Следует учить детей трудиться рядом для этого можно объединять их в небольшие подгруппы. В зимнее время дети вместе с воспитателем могут расчищать дорожки от снега, счищать его со скамеек, подвозить снег на санках для снежных построек, помогать украшать постройки льдинками, печатками. Воспитатель учит детей мастерить снежные пирожки, торты, маленьких снеговиков и другие доступные детям этого возраста постройки.

Средняя группа:

- В этом возрасте следует учить детей проявлять самостоятельность и творчество: лепить снеговиков, украшать постройки и дополнять их природным материалом. Следует привлекать детей к подкормке зимующих птиц, помогать воспитателю приводить в порядок используемое в трудовой деятельности оборудование (очищать, просушивать, убирать в отведенное место).

Старшая и подготовительная группы:

- Воспитатель организует коллективный труд детей: вместе со взрослыми развешивать кормушки, очищать дорожки от снега, для утепления корней деревьев подгребать к ним снег. Можно предложить детям помочь малышам (младшие группы) в уборке снега на участке. Вместе со взрослыми сооружать постройки из снега, расчищать и заливать ледяные дорожки. В этом возрасте можно привлекать детей к самостоятельному сооружению построек из снега по чертежам.

4. Подвижные игры.

Игры с санками

- **Дети младших групп** сами берут санки за веревку, катают игрушки, перевозят снег. Малышам педагог помогает скатываться с горки. Вместе с ребенком педагог поднимается на горку, усаживают на санки и осторожно спускают вниз. Если ребенок боится, то педагог спускает его, идя рядом, направляя санки, или предлагает скатываться вдвоем с более смелым ребенком. Постепенно дети смогут скатываться самостоятельно. Одновременно можно рекомендовать следующие игры: «Саный поезд» (педагог и старшие дети берут саный поезд), «Парное катание» и др.
- **Детей старших и подготовительных групп** привлекают более сложные виды двигательной деятельности: скольжение по ледяным дорожкам, игра в хоккей, катание цветных ледяных шаров с горки в лунку, спуски с гор на санках и лыжах, ледянках, снегоходах, а также скатывание на санках с горок на коленях, лежа на животе. Это трудные и опасные упражнения, поэтому разрешать выполнять их следует только дисциплинированным и достаточно подготовленным детям. Именно в старших группах спуски с гор и катание на санках можно усложнять различными заданиями: «Запомни как можно больше предметов и назови их», «Флажки», «Самые быстрые санки», «Гонки санок» (лежа на животе отталкиваться руками), «Быстрые упряжки», «Два по два», «Хоровод с санками», «Эстафета с санками» (опираясь руками на санки сзади, играющий добегают до условного ориентира, обегает его и возвращается). На спуске с горки можно поставить воротца, проезжая через них дети учатся управлять санками.

Игры и упражнения на ледяных дорожках.

- **В младших группах** на начальном этапе детям предлагается пройти по ледяной дорожке, передвигая ноги по льду и стараясь не упасть. Если ребенок упадет, надо ему предоставить возможность подняться самостоятельно.
- **Дети старшей и подготовительных групп** могут помогать малышам передвигаться по дорожке. Малыша берут с двух сторон за руки и прокатывают по ледяной дорожке или плотно укатанному снегу. Когда ребенок почувствует уверенность ему можно предложить разбежаться и самостоятельно поскользиться по дорожке.
В старших группах можно предложить по очереди катать своих друзей. Ребята присаживаются и берутся за шнур сложенный петлей, а другие, тянут, каждый раз меняясь местами. Ребенок, который скользит, может кататься стоя, в приседе. Тренированным детям можно предложить, разбежавшись скользить по дорожкам каскадом. Кроме того, на ледяной дорожке с невысокой горки можно скользить вдвоем, втроем, поездом (из положения стоя, присев). Одновременно можно детям давать во время движения задания типа: «Кто дальше продвинет кубик, шайбу по ледяной дорожке. Длина шнура 1-1,2 метра.

5. Самостоятельная деятельность детей.

Включает в себя: катание на санках с горки, лепка построек из снега, украшение снежных построек, ходьба на лыжах, сюжетно-ролевые игры, наблюдения за живой и неживой природой, за деятельностью взрослых, труд на участке.



Рекомендуемые подвижные игры на зимнем участке.

Младшие группы.

- «Снежинки»;
- «Найди снегурочку»;
- «Зайка беленький сидит»;
- «Попади в цель» (насест-вал);
- «Белые медведи»;
- «По снежному мостику»;
- «Поезд в туннеле»;
- «Стенка мишени».

Старшие группы

- «Мороз красный нос»;
- «Два мороза»;
- «Снежная карусель»;
- «Попади в движущуюся цель»;
- «Беги из круга»;
- «Взятие крепости»;
- «Попади в круг»;
- «Сбей колпак».

Элементы хоккея

- «Гонки с шайбой» (участвуют несколько команд);
- «Загони льдинку в ворота»;
- «Забей в ворота» (дети по очереди забивают в ворота шайбу);
- «Сбей кеглю» (на линии ворот ставят кегли расстояние 3-4 метра).

Площадка: 5x10; 10x20м

Ворота: ш-1метр, в- 1,5 метра.