

# Зимняя прогулка детей в средней группе.



**Подготовила: Мягкова Т.И.**

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.

Важнейшей задачей нашего дошкольного учреждения является сохранение и укрепление здоровья детей.

Здоровье детей и его состояние относится к числу важнейших характеристик, определяющих положение детей в обществе, и отражает состояние здоровья всего общества. В дошкольном возрасте оптимальная двигательная активность и физическое воспитание являются ведущими факторами в сохранении здоровья, полноценном физическом и психическом развитии ребенка.

Двигательная активность - это естественная потребность в движении.

Ее удовлетворение является важнейшим условием всестороннего развития и воспитания ребенка. Движение - это врожденная, жизненная необходимость и потребность человека. Полное удовлетворение ее особенно важно в раннем и дошкольном возрасте, когда формируются все основные системы и функции организма. Пребывание детей на свежем воздухе имеет большое значение для физического развития.

Прогулка является первым и наиболее доступным средством закаливания детского организма. Она способствует повышению его выносливости и устойчивости к неблагоприятным воздействиям внешней среды, особенно к простудным заболеваниям.

Прогулка - очень важный режимный момент в жизнедеятельности детей.

**Цели прогулки:** профилактика утомления, физическое и умственное развитие детей, укрепление здоровья.

Наблюдение и беседа с детьми на прогулке начинается с эмоционального момента.

Воспитатель: Ребята, посмотрите, как красиво на улице! Кругом белым бело!  
А как же хорошо дышится!

Потом вместе с детьми вспоминаем приметы зимы, свойства снега.

- Какое сейчас время года? (Зима)

- А вы любите зиму? (Высказывания детей)

- А что вам больше всего нравится зимой? (Ответы детей)

- Давайте вдохнем зимний, свежий, морозный воздух через нос, а выдохнем через рот.

- Ребята, отгадаете загадку!

Меня слепили дети ловко, из снега сделали клубки.

Вместо носика морковка, вместо глазок - угольки.

На голову ведро надели и соломенный парик.

А теперь скажите поскорее. Кто же это? (Снеговик)

Самостоятельная (игровая, двигательная, конструктивная) деятельность детей.

Скатывание снежков.

Выкладывание снеговика, несложных фигур из комочков снега.

Использование снежных комков, слепленных детьми накануне.

Самостоятельные игры детей с выносными игрушкам

