

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА – ДЕТСКИЙ САД №39»
683024 Камчатский край г. Петропавловск – Камчатский, ул. Толстого,2
тел. 23-27-39; 23-08-88; факс: 23-27-39; e-mail: mdou-39@pkgo.ru; <http://madou-39-41.ru>**

**Консультация для родителей
«Организация прогулок в зимний период
во второй младшей группе»**

Составила:

Воспитатель

Селина

Наталья Юрьевна

Первая квалификационная категория

Г.Петропавловск – Камчатский

2023 год

Игровая площадка зимой – это прекрасное место для оздоровительных прогулок на свежем воздухе.

Регулярное пребывание на свежем воздухе в любое время года способствует закаливанию организма ребенка. Такие дети бодры, реже болеют простудными заболеваниями. Зима – раздолье для зимних игр и забав.

Сколько радости, веселья, удовольствия доставляет детям зимние прогулки! Несмотря на то, что за окном мороз, не следует засиживаться дома перед телевизором или компьютером. И без того короткие зимние дни лучше проводить на улице.

Как сделать наиболее интересными прогулки зимой?

Итак, снег – это прекрасный и основной строительный материал для деятельности детей. В младшем возрасте детей можно знакомить со свойствами снега. Учить правильным навыкам обращения с лопатками, воспитывать самостоятельность при сооружении несложных построек. Это невысокие валы, горки для кукол. Ходить по снегу, наблюдая за следами. Возить санки с куклами, выполнять на снегу узоры печатками; из сырого снега лепят комья – это шары, мячи, колобки.

Активность в движениях – необходимое условие нормального роста и развития организма детей. Если в теплое время года ребята много бегают, прыгают, играют с мячом, катаются на велосипеде, то в холодное время их активность снижается. Тяжелая одежда и обувь, ветер, мороз, снег ограничивают движения, поэтому следует постоянно заботиться о создании необходимых условий для двигательной активности детей зимой. Привычка гулять и играть в холодное время года закаляет не только тело, но и характер ребенка.

Так, полезно прогуляться с ребенком по заснеженному парку или скверу, где в это время года особенно красиво, подышать свежим воздухом, покормить птиц, слепить снеговика. Если спокойные прогулки не очень привлекают ребенка, то на помощь придут санки, коньки и лыжи. Что же нужно для того, чтобы зимняя прогулка удалась? Хорошее настроение, немного фантазии.

Итак, снег – это прекрасный и основной строительный материал для деятельности детей. В младшем возрасте детей можно знакомить со свойствами снега. Учить правильным навыкам обращения с лопатками, воспитывать самостоятельность при сооружении несложных построек. Это невысокие валы, горки для кукол. Ходить по снегу, наблюдая за следами. Возить санки с куклами, выполнять на снегу узоры печатками; из сырого снега лепят комья – это шары, мячи, колобки.

Чем же можно заняться на прогулке зимой?

Я предлагаю поиграть в следующие игры:

«Скульпторы»

Одно из самых любимых занятий детей зимой – лепить из снега. Этот процесс получится интереснее и веселее, если захватить из дома какие —

нибудь предметы (*морковку, пуговицы, шарфик или сломанные солнцезащитные очки*).

Представь, какой забавный получится снеговик? Чтобы ему было не скучно слепите ему подружку. Вообще, из снега можно слепить все, что угодно: колобка, черепаху, башню, крепость, елочку.

«Меткий стрелок».

Выбираем цель. Из снега лепим снаряды. А теперь направляем снежок прямо в цель. После каждого попадания хлопаем в ладоши – получилось.

«Необыкновенные художники»

Рисовать на снегу – это так красиво! Можно пальчиком, прутиком, лопаткой, а можно – водой! Нам понадобится пластиковая бутылка с подкрашенной водой и две крышечки. Одной крышечкой закрываем бутылку, чтобы удобно было нести. Во второй делаем отверстие. На прогулке меняем крышки.

Инструмент для зимнего рисования готов!

«Знакомство с деревьями»

Расскажите ребенку, какие бывают деревья и как их можно различить друг от друга. Первое знакомство лучше начать с березы, рябины, елки или сосны. А чтобы лучше запомнить, поиграйте в игру: «Раз, два, три, к елочке (*березке, рябинке*) беги!

«Снежинки»

Попробуйте поймать снежинки и рассмотреть их. Они очень красивые. И заметьте, они совсем не похожи друг на друга. А что такое снежинка? Это всего лишь замершая капелька воды. Положите ее на ладошку, она растает и опять превратится в капельку. Ну, разве не волшебство? А дома, когда наступит вечер, возьмите листок бумаги и сделайте малышу подарок – вырежьте для него снежинку, которая не тает.

«Разведчики»

Настоящие разведчики должны ходить так, чтобы не оставлять после себя следов. Как сделать?

Очень просто – надо шагать след в след. Будет интереснее, если тот, кто идет впереди (например, папа, будет менять дистанцию между шагами или делать резкие повороты. Чем больше участников, тем играть веселее.

Катание на санках, ледянках

Для прогулки на санках ребенка надо одеть потеплее.

Хочется предложить родителям сформулированные семейные правила, касающиеся режима дня, закаливания, питания и других составляющих здорового образа жизни.

Про одежду :

Дети, которых кутают, чаще болеют, движения сами по себе согревают организм, и помощь в перегреве излишняя, так как в организме нарушается теплообмен, в результате такие дети болеют чаще,

им достаточно лёгкого сквозняка, чтобы простыть. Одежда для прогулки предполагается удобная и практичная.

Малыша надо «упаковать» так, чтобы он мог активно двигаться и при этом не замерз. Есть одно простое правило: подсчитайте, сколько слоев одежды на вас, столько же наденьте и на ребенка. Если на улице он будет бегать, снимите один слой, если же большую часть прогулки сидит в коляске, добавьте один слой. Чтобы удержать тепло, одежда не должна плотно прилегать к телу.

Многие родители считают, что простуженный ребёнок не должен гулять. Если температура у малыша не повышена, прогулки нужны обязательно! Держать больного ребёнка неделями в квартире — не лучший выход и заблуждение родителей. На свежем воздухе, насморк как будто отступает, нос прочищается, начинает дышать. Ничего если будет морозец, следите, чтобы ребёнок не дышал ртом, чтобы его не продуло ветром, чтобы он не вспотел. Не надо позволять ему много двигаться, кататься с горки, достаточно пройти «за ручку» спокойным шагом, покормить птичек, понаблюдать за снегом и т. д.

Семейный кодекс здоровья:

1. Каждый день начинаем с улыбки.
2. Просыпаясь, не залёживаемся в постели, а посмотрим в окно и насладимся красотой зимнего утра.
3. Берём холодную воду в друзья, она дарит бодрость и закалику.
4. В детский сад, на работу – пешком в быстром темпе.
5. Не забываем поговорить о зиме.
6. Будем щедрыми на улыбку, никогда не унываем!
7. В отпуск и выходные – только вместе.

Берегите своих детей, закаляйте, помните, что прогулки в любое время года — всегда хороши, полезны для здоровья ваших детей и вас самих!

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!