

Прогулка для радости и здоровья!

Совсем скоро зиму сменит весна. Солнышко светит ярко, и даже в морозный денёк хочется бежать на улицу. Зимние забавы и развлечения всегда увлекают ребят. А эта зима ещё и особенная: всеобщее внимание притягивают Олимпийские игры. И детям хочется быть такими же сильными, выносливыми, как и спортсмены.



Вот и спешат они на прогулку, с удовольствием играют на свежем воздухе в снежки, штурмуют снежную крепость, катаются на санках, на ледянках с горки. Снег является прекрасным «полем» для игр — из него можно строить огромные баррикады и лабиринты, устраивать «снежные» бои и многое другое.

Пользу спортивных игр и упражнений переоценить сложно. Они способствуют физическому развитию растущего организма, воспитанию положительных черт характера, создают благоприятные условия для воспитания дружеских отношений в коллективе, взаимопомощи, а физическая нагрузка совершенствует деятельность основных физиологических систем организма.

Прогулка зимой — не только прекрасное время для развлечений на открытом воздухе, но и замечательный способ оздоровления. Дети получают заряд бодрости и хорошее настроение, к тому же совместная деятельность развивает социальные навыки и воспитывает дружелюбие, чувство ответственности.

Поэтому мы постоянно работаем над тем, чтобы наши дети с удовольствием шли гулять. Детям интересно на свежем воздухе, когда они заняты.

Скука приходит, когда ребята остаются без дела. Разнообразие игр, наблюдений, упражнений, труд увлекает, и они порой забывают о времени, не хотят возвращаться в группы. Ребятам нравятся наблюдения за природными явлениями, ставить опыты, используя воду и снег. А мы, в свою очередь, воспитываем в дошколятах сообразительность, фантазию.

Отличительные черты зимних прогулок — эмоциональность, подвижность, насыщенность. Радостное настроение не покидает ребят целый день.

А. СЕМЕЙКИНА.

