

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад пристра и оздоровления №17 «Ладушки»
города Новоалтайска Алтайского края

Консультация для родителей
«Зимняя прогулка»

Подготовил (а) :
Воспитатель МБДОУ №17
Рахманова А.Е

г.Новоалтайск

Вот север, тучи нагоняя,
Вдохнул, завыл и вот сама
Идёт волшебница зима.
Пришла, рассыпалась; клоками
Повисла на суках дубов;
Легла волнистыми коврами
Среди полей, вокруг холмов;
Брега с недвижною рекою
Сровняла пухлой пеленою,
Блеснул мороз. И рады мы
Проказам матушки зимы.

А.С.Пушкин

Зима, любимое время года многих людей и особенно детей. Это время когда можно весело погулять, играя в снежки, катаясь на санках, коньках, строя снежные крепости и просто любоваться природой! Пребывание на свежем воздухе укрепляет здоровье и закаливает организм, всесторонне развивает детей, активизирует их двигательную деятельность, познавательные возможности. Ребёнок дошкольного возраста должен гулять (даже в холодное время года 4-5 часов в день).

Важно, чтобы на протяжении всей прогулки ребёнок был в состоянии теплового комфорта. Для этого одежда и обувь должны соответствовать погоде и всем гигиеническим требованиям.

Одежда детей дошкольного возраста должна быть удобного покроя, для её изготовления рекомендуется воздухо-влагопроницаемые ткани. Для нательного белья, а также одежды, предназначенной для повседневной носки в помещении, не рекомендуются синтетические ткани, так как они обладают необходимой теплопроводностью, плохо проветриваются, препятствуют испарению влаги, что нарушает нормальное тепловое состояние организма, предрасполагает к заболеваниям простудного характера.

Очень важно правильно одевать ребёнка при разной температуре воздуха. Гигиенические рекомендации предусматривают: одежда детей, если температура воздуха колеблется в пределах от +3 до -3° при слабом ветре, должна состоять из трёх слоёв, включая бельё, верхняя одежда – из

утеплённой куртки, брюк или рейтуз. При температуре воздуха в пределах от -4 до -10° дети надевают зимнее пальто (при четырёх слоях одежды). Если температура воздуха -11-15°, рекомендуется надевать зимнее пальто с пятью слоями одежды или шубу с четырьмя слоями одежды. Увеличение числа слоёв одежды достигается дополнительным свитером, кофточкой, жилетом из шерстяной или смешанной пряжи. При очень неблагоприятной погоде дети надевают шубу или пальто с повышенными теплозащитными свойствами; общее число слоёв одежды в этом случае -4-5 (в зависимости от длительности прогулки, уровня двигательной активности детей). На ногах у детей при минусовой температуре воздуха должны быть утеплённые сапоги; сапоги на меху или валенки рекомендуются лишь при температуре воздуха ниже -10°.

Прогулка в зимний период года для детей 4-7 лет может проходить при температуре воздуха до -18-22°; при более низких температурах длительность прогулки сокращается.

Выходя на прогулку, возьмите любимую игрушку малыша, лопату и ведёрко, мяч, игрушку для друга, запасные варежки. Пусть кто-то из взрослых начнёт лепить снежную бабу. Тут же вокруг собираются любопытные малыши, подтягиваются и взрослые. Глядь, и закипела работа. Взрослые лепят, старшие дети катят заготовки огромные комья снега. малыши не могут остаться в стороне. Одни помогают старшим, другие подносят снег на лопатках.

В тесном общении легче устанавливаются дружеские связи не только со сверстниками. но и с более старшими детьми. У малышей нет опыта. Любое неумелое движение, досадный промах - и они теряются, разочаровываются, отходят в сторону. Не устранийтесь от детских дел. Подскажите, как правильно набирать снег, не вгоня лопатку в середину сугроба, а набирая его сверху «снимая шапку». Покажите, как правильно держать лопатку, чтобы снег не соскальзывал, как насыпать его, не переворачивая ведёрко. Обращайте внимание на то, чтобы малыши несли ведёрки не сгибая руки, захватывая дужку всеми пальцами, а не двумя -

тремя. Учить нужно именно сейчас. Это легче, чем переучивать позже. А, наука эта пригодится ребёнку на всю последующую жизнь. Дети будут с увлечением трудиться, если они действуют на равных со всеми, а не понарошку, если им виден результат собственных усилий.. Для малышей очень важно, как взрослые оценивают их действия. Не скупитесь на похвалу, восторгайтесь, удивляйтесь, благодарите за помощь. Это существенно повышает самооценку каждого. Малышам нравится слышать в свой адрес: «Маленький, да удаленький»; «Умелые руки не знают скуки». Им становится понятен смысл этих поговорок.

Хорошо, если после завершения постройки с нею можно поиграть. Для малышей нужно лепить не просто снеговика, а снеговика с корзиной, куда модно будет забрасывать снежки (метание в цель). На хобот слонёнка набрасывают кольца, под его ногами катают мячи, через него перебрасывают снежки. По широкой спине крокодила можно ходить, упражняясь в равновесии, через его лапы и хвост перешагивать, с плоской головы спрыгивать. На ледяную черепаху карабкаются со скаткой. Можно перебегать от одной постройки к другой.

Дети любят кататься на санках, готовы не вставать с них хоть всю прогулку, Лучше не брать с собой санки каждый раз – тогда ребёнок будет больше двигаться. Детям нравится лихо скатываться на санках с ледяной горы. В то же время подняться с санками на гору, правильно сесть на них малыши не в состоянии. Скатиться вниз тоже порою небезопасно как для самого ребёнка, так и для других детей. Но лишать малышей этого удовольствия нельзя. Ведь это не только забава, но и возможность упражняться в преодолении страха. У ребёнка формируются такие ценные качества, как решительность, смелость. Вместо санок предложите детям скатки самодельные, мягкие, вырезанные из куска старого сукна в виде цветка, рыбки или гриба, сверху расшитые цветными нитками, а снизу подшитые клеёнкой. Сбоку можно прикрепить мягкую петельку – ручку, чтобы удобнее было носить.

Наблюдения. Зачерпните лопаткой снег, покажите его ребёнку. Пусть сам, уточняя для себя, накапливая словарный багаж, рассказывает, какой снег: белый, холодный, пушистый. А вы помогаете: лёгкий, воздушный, искрится на солнце. А какой лёд? Что холоднее: мяч или лёд? Что тяжелее: ведёрко снега или льда? В следующий раз можно продолжить наблюдения. Подбросьте лопаткой снег и полюбуйтесь серебристым лёгким облачком, послушайте, как он скрипит под ногами. Чистый, воздушный снег...

А чистый ли? Не верим – проверим. В конце прогулки наберите в ведёрко снег, пусть малыш принесёт его домой и понаблюдает, что получится. Чистая или грязная вода?

Не следует ограничиваться прогулками возле дома. Детям нравится осваивать пространство вокруг. Их увлекает новизна впечатлений.

В хмурую, пасмурную погоду не хочется ни лепить, ни идти в парк. Отправьтесь с малышом в поход вдоль улицы. Отметьте, какие машины мимо проезжают: грузовики, автобусы, троллейбусы. А вот совсем новая красная машина с большими фарами. Это пожарная машина, А это молоковоз. Вот машина с красным крестом – скорая помощь и другая с синим крестом. Оказывается, это скорая помощь для животных. Навстречу едет снегоочистительная машина, счищает снег с тротуара. Возникает много вопросов: кто управляет этой машиной? Кому она помогает? Зачем люди придумали её?

Выходит дворник, у него широкая лопата. Для чего? Он ею копает?

После обильного снегопада можно встретить на улице снегоуборочную машину. Она работает не спеша. За нею задним ходом движется грузовик. Для чего? Куда он потом увозит снег?

Можно остановиться у стройки, понаблюдать какие машины подходят, что привозят. Можно обсудить, что строят строители, как они одеты. Почему у них каски, высокие сапоги, рукавицы? Кто управляет подъёмным краном? Зачем люди придумали такую технику? А что делает бульдозер? Почему он так устроен?

Можно сходить к магазину. Около него часто останавливаются крытые грузовики – фургоны. Что в них привозят? Почему продукты не возят в грузовиках как кирпичи? Малыш уверен: хлеб нужно возить только в фургонах, чтобы птицы его не склевали.

Стало хорошей традицией на площадках или в парках устраивать конкурс поделок из снега или льда. Побродите с малышом по лабиринтам ледяного дворца, рассматривая каждую скульптуру, а потом примите участие в развлечениях.

В парк можно захватить с собой санки. Туда малыш везёт на них своего любимого друга мишку (или другую мягкую игрушку), а назад уставшего ребёнка везут папа с мишкой. Одному папе сына не довезти.

Вернулись домой весёлые, довольные: столько впечатлений!

Использованная литература:

1. Журнал «Дошкольное воспитание» №2, 2002 г.
- 2.Т. Л.Богина, Н. Т. Терехова, «Режим дня в детском саду», Москва, «Просвещение» , 1987 г.