

ЗИМНИЕ ЗАБАВЫ

**СБОРНИК МАТЕРИАЛОВ ПО ОЗНАКОМЛЕНИЮ ДОШКОЛЬНИКОВ С
ТЕМОЙ «ЗИМА И БЕЗОПАСНОСТЬ»**

Панкратова Е. А.
Воспитатель
МАДОУ детского сада №472

Екатеринбург
2025

Составитель сборника:

Панкратова Е..А.

Образовательные области:

«Речевое развитие», «Познавательное развитие», «Художественно-эстетическое развитие», «Физическое развитие»

Сборник предназначен для:

Педагогов дошкольных образовательных учреждений

Екатеринбург

2025

Содержание

Описание сборника.....	4
Конспект НОД по развитию речи в средней группе	5
Конспект интегрированного занятия в старшей группе.....	7
Конспект НОД по познавательной деятельности в подготовительной группе	12
Конспект по рисованию в подготовительной группе «Вот качу на санках по горе крутой»	18
Конспект по лепке «Лыжник» в подготовительной группе	30
Картотека подвижных игр зимой для детей среднего дошкольного возраста.....	34
Картотека подвижных игр зимой для детей старшего дошкольного возраста	37
Конспект беседы с детьми «Какие опасности подстерегают нас зимой?».....	45
Беседа с родителями на тему «Зимние забавы и детская безопасность».....	48
Приложение	
Папка-передвижка «Зимняя прогулка. Заблуждения родителей».....	52

Описание

Сборник материалов «Зимние забавы» - методическое пособие для работников ДОУ, представляющее собой сборник конспектов НОД (занятий), а также разработанные картотеки подвижных игр для детей в соответствии с данной темой. Также подобраны материалы для родительского уголка.

Занятия, включенные в сборник, предназначены для детей от 4-х до 7-ми лет.

Главная цель сборника - укрепление здоровья детей и приобщение их к здоровому образу жизни.

Основные задачи сборника :

- Уточнить знания детей о зимних видах спорта. Развивать умение различать простейшие взаимосвязи между видом спорта и его атрибутами. Обогащать словарь по теме.
- . Формировать представления о важности и пользе занятиями спортом для здоровья.
- . Способствовать формированию уважительного отношения друг к другу.
- Дать детям первоначальные знания о правилах безопасного поведения в природе в зимний период.

Конспект НОД по развитию речи «Зима и зимние забавы».

Средняя группа.

Цели: уточнение представления детей о зиме, зимних играх и забавах.

Познавательные задачи: закреплять знания детей о зиме, зимних явлениях;

Развивающие задачи: расширять и активизировать словарный запас по теме «Зима, зимние забавы» через рассматривание картинок по теме, совершенствовать навыки связной речи, учить согласовывать речь с движениями, развивать выразительность речи и выразительность движений, развивать логическое мышление, внимание, память, воображение.

Воспитательные задачи: воспитывать толерантное отношение к ответам детей, формировать умение работать и играть в коллективе.

Оборудование:

Сюжетные картинки «Зимние забавы», конверт с письмом, картинки с изображением различных предметов, мяч, лист ватмана, клей, картинки раскрашенные детьми с изображением зимних забав, кисточки, салфетки.

Ход занятия:

Воспитатель: Ребята, нам Вини Пух прислал письмо, слушайте внимательно, что же он нам пишет.

- «Здравствуйте, ребята! Какое замечательное время года - зима: Выпал снег. Все деревья надели снежные шапки. Дети с радостью выбегают на улицу поиграть и покататься на роликах. Дорога скользкая, ролики едут быстро. Но самая лучшая зимняя игра - это купание в речке. Поплавал в проруби, вышел на берег, лег на пушистый снежок и загорай себе на здоровье! Солнце светит ярко, скворцы щебечут. Чудесное время года зима!» Вини Пух.

Воспитатель: Вини Пух совсем ничего не знает о зиме, зимних играх и забавах. Поможем Вини Пуху? А какие зимние игры, забавы знаете вы? (Ответы детей)

Воспитатель: Почему эти игры называются зимними? (Ответы детей).

Воспитатель: А во что вы любите играть больше всего? Давайте, сначала поиграем в игру «Зимние слова».

Дидактическая игра «Зимние слова»

Дети хлопают в ладоши, если слышат слово, связанное с зимой. (Снежинка, ёлка, Новый год, санки, лед, жара, дождь, коньки, рукавички, ромашки, снеговик, Дед Мороз, листопад, Снегурочка, мандарины, загорать, сосульки, трава, снегопад, ручьи, сугробы, лыжи).

Рассказывание по сюжетным картинкам.

Воспитатель показывает детям сюжетные картинки «Зимние забавы», на которых изображены зимние виды игр.

Воспитатель: С каждым днем все холоднее, Греет солнце все слабее, Всюду снег, как бахрома, значит, к нам пришла... (зима). Посмотрите на картинки и скажите, какое время года изображено на них?

По каким приметам вы определили, что это зима? Какой сейчас месяц зимы? Давайте, послушаем стихотворение С.Я. Маршака «Январь». Читает ребенок:

Открываем календарь –
Начинается январь.
В январе, в январе
Много снегу во дворе.
Снег - на крыше, на крылечке.
Солнце в небе голубом.
В нашем доме топят печки,
В небо дым идет столбом.

Что дети делают на прогулке? Какое настроение у мальчиков и девочек? Как вы думаете, почему им весело? Ребята, вы любите зиму? (Ответы детей)

Скажите, какая погода может быть зимой?

Воспитатель предлагает варианты:

Если на улице идёт снег, то погода...

Снег – *(снежная)*;

Мороз – *(морозная)*;

Ветер – *(ветреная)*;

Холод – *(холодная)*

Физкультминутка.

Дети все в кружок вставайте,

Физкультминутку начинайте.

(Дети встают в кружок).

«Наконец пришла зима, *(Дети разводят руки в стороны)*

Стали белыми дома, *(Складывают руки домиком над головой)*

Снег на улице идёт, *(Двигают руками сверху вниз)*

Дворник улицу метёт, *(Имитируют)*

Мы катаемся на санках, *(Приседают, руки вытягивают вперёд)*

Пишем на катке круги, *(Руки закладывают за спину, медленно кружатся)*

Ловко бегаем на лыжах, *(Имитируют)*

И играем все в снежки. *(Лепят и бросают снежки)*

Дидактическая игра «Да и нет» (с мячом).

Воспитатель предлагает детям фразы, а дети определяют, бывает это зимой или нет: Зимой идет снег. Зимой люди купаются в реке. Зимой катаются на велосипеде. Зимой люди надевают шубы.

Дидактическая игра «Назови и покажи».

Воспитатель предлагает детям картинки с изображением различных предметов, которые относятся разным сезонам года (одежда, обувь, погодные явления, игры детей в разное время года). Задание для детей – найти картинки, относящиеся к зиме и зимним забавам, объяснить свой выбор.

Воспитатель: Ребята, давайте для Вини Пуха в подарок сделаем картину, чтобы он тоже знал, в какие игры играют зимой. У каждого из вас есть рисунок с изображением зимних забав, возьмите клей и наклейте на большой лист ватмана. У кого санки – на горку, у кого катание на коньках – на каток и т.д.

Дети выполняют задание под звучание спокойной музыки.

Итог занятия:

Ребята, вам понравилось сегодня занятие? А, чем вам больше всего понравилось заниматься? Что было самым легким? А самым трудным? Молодцы

Интегрированное занятие в старшей группе «Зимние забавы»

Вид занятия: интегрированное.

Интеграция образовательных областей: физическая культура, речевое развитие, познавательное развитие, художественно-эстетическое, социально-коммуникативное развитие.

Цель занятия: укрепление здоровья детей и приобщение их к здоровому образу жизни.

Учить создавать выразительный образ снеговика, передавая форму и пропорциональное соотношение частей.

Развивать речевую деятельность детей.

Задачи:

- **Развивающие:**

- закреплять умения ходить «змейкой» между предметами, подлезать под дугу в группировке, ползать на четвереньках по гимнастической скамейке, прыгать на двух ногах из обруча в обруч;
- развивать ловкость, быстроту реакции, координацию движений, пространственные представления через игру и игровые упражнения;
- учить согласовывать речь с движениями;
- развивать общую и мелкую моторику;
- формировать правильное речевое дыхание;
- развивать связную речь и творческое воображение;
- развивать внимание, память;
- совершенствовать навыки по созданию выразительного образа снеговика, работая в новой технике выполнения объемной аппликации.

- **Воспитательные:**

- воспитывать бережное отношение к своему здоровью;
- воспитывать чувство любви к родной природе;
- формировать умение работать и играть в коллективе.

Возраст воспитанников: 5-6 лет (старшая группа)

- **Познавательные:**

- закреплять знания детей о зиме и зимних явлениях.

Оборудование:

- фитболы (10шт.), спортивное оборудование для подлезания, гимнастическая скамейка, обручи,
- проектор, слайды с зимними пейзажами, аудиозаписи мелодий для релаксации,
- вата, кисточки для клея, клей, фломастеры, влажные салфетки для вытирания рук;

Предшествующая работа:

- наблюдения за сезонными изменениями в природе зимой;
- беседы на тему «Зима», «Зимние забавы»;
- обучение детей основным видам движений – лазанию, бегу, прыжкам и т.д.;
- разучивание подвижных игр; пальчиковых и дыхательных гимнастик;
- рассматривание репродукций с изображением зимних пейзажей;
- обучение технике объемной аппликации, композиционному построению объекта.

Ход занятия:

1. Вводная часть

Дети входят в зал. Встают в круг.

Звучит аудиозапись «Зимняя мелодия»

Инструктор по физической культуре:

Здравствуй, солнце золотое!

Здравствуй, небо голубое!

Здравствуй, вольный ветерок!

Здравствуй, беленький снежок!

Здравствуйте, детишки: девчонки и мальчишки!

Здравствуйте, гости дорогие!

Дети: Здравствуйте!

Инструктор: Какая чудесная, мелодия! Вы узнали ее?

Дети: Да! Это - зимняя мелодия.

Инструктор: А зимой-то, хорошо! Снег кружиться, морозно! А вы любите зиму?

Дети: Да!

Инструктор: Я предлагаю вам совершить зимнюю прогулку. Не боитесь мороза?

Дети: Нет!

Инструктор: Тогда давайте собираться в дорогу.

Тактильная игра-массаж «Собираемся на прогулку»

Имитационно надеваем штаны, брюки, носки, - *легкое поглаживание ног*

Надеваем кофты, – *поглаживание рук, живота.*

Надеваем валенки, – *поглаживание ног от пальцев до колена.*

Надеваем шапки, – *поглаживание головы, легкий массаж, имитация завязывания.*

Застегиваем пуговицы на пуховиках, – *точечные движения от шеи до живота.*

Завязываем шарф – *имитация завязывания.*

Имитационное упражнение «Мы шагаем по сугробам»

Вот и все мы собрались, на прогулку отправились – *ходьба.*

По сугробам мы идем, ноги поднимаем, – *ходьба с высоким подниманием бедра, руки на пояс.*

А по льду легко-легко тихонечко шагаем – *ходьба на носках, руки вверх.*

Вот снежинки полетели, под ногами захрустели – *ходьба на пятках, руки за спину в замок.*

Чтоб в снегу не провалиться – быстро, быстро мы помчимся – *бег с переходом на ходьбу.*

3-5 мин

Установление эмоционального контакта

Берутся за руки, образуя круг, приветствуют друг друга.

Развитие передачи эмоционального состояния, положительных эмоций, развитие воображения

Легкий массаж рук, ног, головы.

В колонну по одному. Сочетать слова с движениями.

2. Основная часть

Инструктор:

Как красиво зимой!

Справа березка стоит,

Слева елка на нас глядит,

В небе снежинки кружатся,

Тихо, тихо на землю ложатся.

Дыхательные упражнения:

«Сдуй снежинку с ладони»

Инструктор: В какие игры вы любите играть зимой?

Дети: (Кататься с горки на санках, играть в снежки, валяться в снегу, лепить снеговика и т.д.)

А давайте, мы с вами тоже слепим снеговика!

С чего начнем?

Дети: (лепить снежные комья)

- Правильно, сначала скатаем снежные комья.

- Устали! Давайте сядем, отдохнем.

Пальчиковая игра-массаж «Мальчик-пальчик»

Пальчик-мальчик, где ты был?

Где ты с братцами ходил?

С этим я в снегу валялся,

С этим с горочки катался,

С этим по лесу гулял,

С этим я в снежки играл.

Все мы пальчики друзья,

Где они там и я.

- Молодцы!

Воспитатель: А сейчас встаем и идем в группу доделывать нашего «снеговика». Мне кажется, что там нас ждет что-то очень интересное.

Аппликация «Снеговик»

-Ребята, посмотрите, кто нас с вами здесь встречает?

(Снеговик)

Но почему- то наш снеговик не веселый.

- Ребята, а как вы думаете, почему снеговик грустит?

(один, нет друзей)

-А мы с вами сможем помочь снеговику?

(да)

-Как мы сможем помочь снеговику?

(Слепить или нарисовать друзей)

-Ребята, давайте сделаем снеговику друзей и подарим ему их.

Снеговики на улице сделаны из больших снежных комков, а наши будут из ваты, ведь снег такой же белый и пушистый как вата!

Анализ образца

Туловище у взрослого снеговика состоит из трёх частей. А у снеговика-малыша из двух. Мы с вами будем лепить маленьких снеговиков.

Практическая деятельность, аппликация.

-Давайте с вами приступим к работе.

Лепим мы снеговика,

Хоть работа нелегка.

Вот готов один комок.

Вдруг ещё комок возник

—Получился снеговик!

Глазки – это угольки,

Нос его – морковка.

Мы сегодня молодцы,

Есть у нас сноровка!

(20 мин)

2 раза

2 раза

Рассматривание «Зимних пейзажей» - (слайды)

Сочетать слова с движениями.

Развивать ловкость,
координацию движений.

Развивать умение группироваться, правильно принимать исходное положение при выполнении лазания.

Прыгать мягко, на полусогнутые ноги.

Держаться за край гимнастической скамейки.

Дети убирают спортивный инвентарь.

Встают в круг и берутся за руки.

Развивать скоростные качества детей, ловкость, воображение.

Восстановление дыхания после подвижной игры.

Рассматривание слайдов с зимними забавами.

Дети берут фитболы и прокатывают их пальчиками в колонну по одному.

Дети садятся на фитболы.

Спина прямая, колени согнуты, стопы на полу.

Подготовка руки к рисованию.

Дети уходят в группу.

Обучение техники объемной аппликации.

Совершенствовать навыки по созданию выразительного образа снеговика, работая в новой технике выполнения объемной аппликации

3. Заключительная часть

Воспитатель:

Каких замечательных друзей, мы с вами сделали для нашего снеговика. Теперь он не будет

грустить, а будет вместе с ними веселиться.

Давайте повеселимся вместе с нашими снеговиками.

Воспитатель:

За то, что мы так порадовали нашего снеговика, он приготовил для нас подарки. Так как любимая игра у него «в снежки», он приготовил для нас сладости, напоминающие снежные комочки.

(конфеты Рафаэлло)

Воспитатель:

Вам понравилась зимняя прогулка? Чем она вам запомнилась?

Настроение, каково?

Дети: Во! *(Показать большой палец)*

Воспитатель: Давайте подарим наше хорошее настроение другим. *(Дети сдувают хорошее настроение с ладошки).*

5мин

Встают и танцуют пружинки.

Рефлексия.

Конспект занятия по окружающему миру в подготовительной группе на тему «Зимние виды спорта».

Цель:

Расширение представлений детей об окружающей действительности через ознакомление детей с зимними видами спорта.

Задачи:

Уточнить знания детей о зимних видах спорта. Развивать умение различать простейшие взаимосвязи между видом спорта и его атрибутами. Обогащать словарь по теме. Способствовать развитию логического мышления, внимания, памяти. Формировать представления о важности и пользе занятиями спортом для здоровья. Способствовать формированию уважительного отношения друг к другу. Воспитывать интерес к физической культуре и спорту.

Предварительная работа:

Рассматривание альбомов и иллюстраций о спорте, беседы о зимних видах спорта, о пользе зарядки и физической культуры; чтение художественной литературы; просмотр презентации о зимних видах спорта.

Материалы и оборудование:

Дидактический материал «Зимние виды спорта», картинки: санки, лыжи, коньки; «снежок», карточки для выполнения индивидуальных заданий «Найди пару», карточки с изображением спортсменов.

Ход занятия:

Воспитатель:

-Послушайте внимательно и отгадайте загадку.

Запорошила дорожки,

Разукрасила окошки,

Радость детям подарила

И на санках прокатила. (Зима)

Дети, давайте поговорим сегодня о зимних видах спорта.

А что такое спорт? (ответы детей) Спорт – это занятие физическими упражнениями, регулярные тренировки, спортивные соревнования.

Как называют людей, которые занимаются спортом? (спортсменами).

А что нужно делать, чтобы стать спортсменом? (нужно делать каждое утро зарядку, заниматься физкультурой, закаляться).

Как вы думаете, для чего люди занимаются спортом? Что, по вашему мнению, спорт дает человеку? (ответы детей).

Вы сказали верно. Спорт делает человека сильным, выносливым, укрепляет здоровье. Если регулярно заниматься спортом и физкультурой, то будешь меньше болеть.

Мы поговорим сегодня с вами о зимних видах спорта.

Олимпийские игры зародились в Древней Греции, в древнем греческом городе Олимпии. В течение многих лет люди проводили Олимпиады. О первых Олимпийских играх точных данных не сохранилось. На Игры съезжалось множество людей не только из самой Греции, но и из ее городов-колоний.

На эти игры стремятся попасть **спортсмены со всей земли**, чтобы поучаствовать в соревнованиях в разных видах **спорта** и определить победителя. А победить на этих играх очень престижно и почётно. Имя победителя заносится в книгу Почета и Славы. Вот поэтому трудятся **спортсмены** всех стран нашей планеты, чтобы их имя было вписано в историю этой планеты. Конечно, не всем удаётся победить, но проигравших нет на этих играх, так как есть девиз для всех: *«Не главное победа, главное участие!»*. А девиз всей планеты звучит так: *«Быстрее! Выше! Сильнее!»*. Он призывает участников соревнований добиться успехов в **спорте**. Олимпийский флаг — белое шёлковое полотнище с вышитыми на нём пятью переплетёнными кольцами голубого, чёрного, красного (верхний ряд, жёлтого и зелёного (нижний ряд) цветов. Идея олимпийского флага проста: пять колец, его придумал француз Пьер де Кубертен, который, что говорил, что ни одно из колец не соответствует определённому континенту: шесть цветов (вместе с белым фоном полотна) скомбинированы так, что являют собой национальные цвета всех без исключения стран мира.

Воспитатель: Страны, в которых проводятся Олимпийские игры, придумывают свою символику. В 1980 году летние Олимпийские игры, проходили

в Москве. Символом московских Олимпийских игр стал добрый и ласковый медвежонок Миша.

Воспитатель: В 2014 году **зимние** Олимпийские игры проходили в России. Ребята, а вы знаете в каком городе? *(Ответы детей.)*

Символами игр были: белый леопард Барсик, Белый Мишка Полус, Зайка Стрелка.

Воспитатель: Как вы думаете, почему именно эти животные стали символами олимпиады? *(Ответы детей.)*

Воспитатель: Леопард Барсик-- сильный, выносливый зверь, который живёт в горах Кавказа. Белый леопард – знаток горных склонов и отличный альпинист. Он учит своих друзей кататься на сноуборде.

Белый Мишка по имени Полус, по характеру похож на своего предшественника - мишку символ Олимпиады -80, такой же покладистый и добрый, лучший друг детей, дарит им свою заботу и уважение. Он ни минуты не может сидеть на месте, любит кататься на санках, обладает настоящим **спортивным** напором и постоянно стремится к новым **спортивным вершинам**, демонстрируя силу и волю к победе. Зайка Стрелка успевает всё: заниматься **спортом**, учиться «*на отлично*» и помогать маме в ресторане Лесная Запруда. Прирождённая фигуристка.

Воспитатель: Молодцы ребята! А сейчас давайте передохнем и попробуем отгадать загадки.

Отгадайте загадки:

Два серебряных коня у меня,

По воде они возят меня,

А вода тверда,

Словно каменная. (коньки)

Я катаюсь на нем до вечерней поры,

Но ленивый мой конь возит только с горы

Сам на горку пешком я хожу,

И коня своего за веревку вожу. (санки)

И в мишень спортсмен стреляет,

И на лыжах мчится он.

А вид спорта называют

Очень просто.....(биатлон)

Деревянных два коня

Вниз с горы несут меня.

Я в руках держу две палки,

Но не бью коней, их жалко.

А для ускоренья бега

Палками касаюсь снега. (лыжи)

Про этот спорт

Я много слышал:

Воздушный акробат

На лыжах...(фристайл)

Во дворе с утра игра,

Разыгралась детвора.

Крики: «шайбу!», «мимо!», «бей!» —

Значит там игра —(хоккей)

Посмотрите: лыжник мчится,

А потом летит как птица,

Совершив прыжок с вершин.

А помог ему трамплин... (прыжки с трамплина)

Какой огромный он,

Наш ледовый стадион.

И дорожка беговая,

Словно зеркало, сверкает.

Я на ней не упаду,

Первым к финишу приду!... (конькобежный спорт)

На льду танцует наш артист,

Не в шубе он, легко одет.

И вот на льду теперь дуэт.

Эх, хорошо катаются!

Зал затаил дыхание.

Вид спорта называется...(фигурное катание)

Упражнение «Разложи виды спорта»:

На доске прикрепляются три картинки: санки, лыжи и коньки. Под ними дети размещают картинки, на которых для данного вида спорта нужны данные спортивные атрибуты. (Дети делятся на 3 команды.)

Подвести итог: на санках проводятся такие виды спорта как: сани, скелетон, бобслей. На лыжах: лыжные гонки, биатлон, прыжки с трамплина, горнолыжный спорт, фристайл.

На коньках: конькобежный спорт, фигурное катание, хоккей, шорт – трек.

Воспитатель:

Ребята, а какими видами спорта вы хотели бы заниматься? Давайте потренируемся.

Физкультминутка «Зимние забавы»: (движения по тексту)

Мы бежим с тобой на лыжах,

Снег холодный лыжи лижет.

(дети изображают ходьбу на лыжах)

А потом мы на коньках

(изображают бег на коньках)

А потом мы на санях,

(присесть на корточки)

А потом снежки лепили

(лепят снежки)

И по крепости бомбили.

(имитируют броски)

Наигрались, покатались

(прыгают)

И здоровья мы набрались.

(показать силу)

Упражнение: «Дополни предложение» (игра со «снежком»)

- Катается на коньках...конькобежец.
- Катается на санках ...саночник.
- Катается на бобслее...бобслеист.
- Катается на лыжах...лыжник.
- Катается на лыжах с гор... горнолыжник.
- Спускается с горы на сноубординге ... сноубордист.
- Бежит на лыжах и стреляет из винтовки... биатлонист.
- Занимается фигурным катанием... фигурист.

Упражнение «Найди пару»

Воспитатель: А сейчас я предлагаю вам игру «Найди пару». Посмотрите внимательно, на столе у вас лежат картинки: на них изображены спортсмены и необходимый инвентарь спортсмену, только инвентарь весь перемешался. Вы должны определить где, чей инвентарь и соединить карандашом соответствующие картинки. (Дети соединяют линией изображение спортсмена и инвентарь, проговаривая вслух: лыжник — лыжи, хоккей — клюшка, фигурист — коньки и др.)

Воспитатель:

А теперь давайте проведём соревнования знатоков зимних видов спорта.

Игра «Четвёртый лишний»

- фигурное катание, лыжные гонки, велосипедный спорт, катание на санях.
- фристайл, шорт – трек, биатлон, прыжки с трамплина.
- горные лыжи, хоккей, кёрлинг, конькобежный спорт.
- санки, лыжи, коньки, лопатка.

Индивидуальная работа по карточкам

- У вас на столах лежат карточки с фигурками спортсменов. Вам нужно внимательно посмотреть и ответить, какой зимний вид спорта изображён на карточке, как называют спортсмена, занимающегося этим видом спорта, что ему необходимо для занятий спортом, какой инвентарь? (ответы детей)

После ответа ребёнок вывешивает фотографию на магнитную доску.

Воспитатель:

Молодцы! Вы хорошо знаете зимние виды спорта и, надеюсь, будете ими заниматься. Вам было интересно сегодня? Что-нибудь новое вы узнали? А может быть что-то было для вас трудно или непонятно?

Дети рассказывают о своих впечатлениях.

А знаете вы, что нужно делать, чтобы стать спортсменом?

Если вы будете больше гулять, заниматься спортом, то вы будете здоровыми.

А если хотите стать спортсменом, то нужно постоянно заниматься физической культурой: и в детском саду, и дома, в обычной и спортивной школе, когда вы туда поступите и тогда обязательно вы сможете стать спортсменами или быть такими же сильными, ловкими, быстрыми и, конечно же, здоровыми.

Рисование «Вот качу я в санках по горе крутой». **Художественно-эстетическое развитие в подготовительной группе**

Цель: расширить представление о зимних забавах и развлечениях; развивать способность наблюдать, всматриваться в явления и объекты природы, замечать их изменения, мелкую моторику рук; учить рисовать кистью разными способами, передавать положение предметов в пространстве на листе бумаги; воспитывать интерес к творчеству.

Оборудование для детей: альбом, акварель, кисти, карандаши.

Ход занятия

Воспитатель: Больше всех зиме радуются дети. Ведь у них теперь будет много новых развлечений — можно кататься на санках и с ледяных горок, барахтаться в сугробах, лепить снеговиков и устраивать поединки «на снежках». У малышей прибавится еще одна забота — брать на прогулку пластмассовую лопатку и деловито стучать ею по сугробам. В какие игры мы с вами играли на прогулке? Какие из них вам нравятся больше всего? (ответы детей) Отгадайте загадку и скажите, что мы будем рисовать сегодня.

Из-под полозьев снег летит,

И ветерок в ушах свистит.

С крутой горы несёмся вниз,
Ты на пути не становись —
Препятствий не боятся «танки»!
Хорошая забава — ... (санки).

Воспитатель: Что мы будем рисовать? (ответы детей) Сегодня мы рисуем катающихся на санках детей.

Все мы с детства любим кататься на санках. Сначала нас катали родители, а потом мы научились сами влезать на горку и весело катиться вниз.

Мои санки едут сами,
Без мотора, без коня,
То и дело мои санки
Убегают от меня.
Не успею сесть верхом,
Санки — с места и бегом...
Мои санки едут сами,
Вез мотора, без коня.
А под горкой мои санки
За сугробом ждут меня.
Непослушным, скучно им
Подниматься вверх одним.

И. Бурсов

В теплых куртках и ушанках
Веселее нет игры,
Чем на быстрых-быстрых санках,
Как стрела, лететь с горы.
Чтобы с горки вниз скатиться,
Надо быстрый взять разбег.
Мчатся санки словно птица,

Чаще — кубарем и в снег.

Вот опять перевернулся,

Но я плакать не хочу.

Отряхнулся, улыбнулся

И опять с горы лечу!

Б. Эльянский

Воспитатель: Что может быть веселей, чем скатиться зимой со снежной горки на санках? Что такое санки? (Ответы детей.)



Евгений Балакшин. Зимние забавы



Богданов-Бельский Николай Петрович. В школу зимой



Санки, или сани, — это повозка без колёс на полозьях, скользящих по снегу. Сани возят лошади, олени, быки и даже собаки.

Слово «сани» происходит от «сать», что значит «змея», ведь полозья имели сходство со змеёй. Сани также называли на Руси «возила», «дровни», «каптана» и «избушка». Сани куда древнее, чем колёсные повозки. Сани были и остаются любимцами в России, где на добрых двух третях территории зима длится полгода или около того. Кстати, из этой вечной проблемы с погодой мудрые наши предки сделали забаву — катание на санях, запряжённых тройкой, и катание на санях с гор стали любимыми народными развлечениями, доступными всем — да и полезными. Как теперь говорят, активность на свежем воздухе поднимает иммунитет. В древности об иммунитете не слыхали, но санки любили. И горки тоже. И вот для этих самых катаний с гор и придумали небольшие сани, то есть — санки. Классические детские санки хранят в себе форму и суть исконных русских саней. Это потом уже придумали массу разновидностей санок для катания с горки, например, ватрушки и ледянки, усовершенствовали обычные санки практически до транспортного средства, добавив руль и подняв сиденье (снежокат), но всё же детские санки ассоциируются у нас с деревянными, гнутыми полозьями, саночками, на каких еще Кай катал Герду в сказке Х.-К. Андерсена «Снежная королева».

Физкультминутка

Мы на плечи руки ставим,
плечами вперёд и назад.

Руки к плечам, вращение

Начинаем их вращать.

Так осанку мы исправим,

Раз-два-три-четыре-пять!

Руки ставим перед грудью,
руками в стороны.

Руки перед грудью, рывки

В стороны разводим.

Мы разминку делать будем

При любой погоде.

Руку правую поднимем,
вниз,

Одна прямая рука вверх, другая

А другую вниз опустим.

Мы меняем их местами,
опускается, а другая

плавным движением одна рука

Плавно двигаем руками.

одновременно поднимается.

А теперь давайте вместе

Ходьба на месте.

Пошагаем все на месте.

Творческая практическая деятельность.

Задание: выполнить рисунок на тему «Вот качусь я в санках по горе крутой...».

Воспитатель показывает детям приёмы рисования, обращает внимание на цвет снега, демонстрирует способы получения оттенков голубого цвета.



Для начала давайте сделаем голубой фон. Смочим бумагу водой, далее будем добавлять голубую краску и широкой кистью раскрашивать фон. Далее обозначим линию горы, и с помощью линий обозначим наши будущие санки и сидящего на них мальчика. Представив сидящего мальчика, мы увидим, что туловище можно обозначить прямой линией, а согнутые ноги в виде ломаной линии (не забывая конечно про пропорции).



Добавим руки и стопы ног. Согнутые руки тоже обозначим в виде ломаной линии.



Теперь начинаем прорисовку туловища и деталей одежды. Линии, которые показывали расположение частей тела превратим в эти части тела, не забудем нарисовать мальчику детали зимней одежды: куртку, штаны, рукавицы, валенки и тёплую шапку! Не забудем нарисовать сиденье, полозья и спинку у санок.



Для изображения деревни и заснеженных деревьев для начала обозначаем линию горизонта. Далее схематично изображаем деревенский дом из простых геометрических форм, а также намечаем стволы будущих деревьев и кустов (не забываем про композиционное расположение предметов в пространстве: то что ближе — рисуем крупно, то что дальше — меньшего размера).



Теперь прорисовываем мелкие детали: брёвна у дома, ветви у деревьев (вначале рисуем крупные ветви, далее добавляем мелкие).





Приступаем в раскрашиванию нашего рисунка. Раскрасим одежду мальчику. Берём тонкую кисть и выбирая понравившиеся цвета, закрашиваем детали одежды (не забываем каждый раз промывать кисть). Стараемся хорошо закрасить карандашные линии, и заранее отмечаем, что в рисунке будем закрашивать выбранным цветом, тем самым экономя краску и время на высыхание.

Ну и какая же зима без снега! Самое время нарисовать снег. Он повсюду!



Как только акварель подсохнет, можно приступать к прорисовке мелких деталей. Это придаст выразительность и завершённость нашей работе.



Рефлексия. Выставка работ. Дети расставляют рисунки, любуются ими, обсуждают их.

Конспект НОД по лепке «Лыжник» в подготовительной группе.

Цель: учить передавать фигуру человека в движении.

Задачи:

1. Формировать умение лепить человека в движении, соблюдать пропорции.
2. Закрепить знания детей о лыжном виде спорта.
3. Закрепить способ лепки цилиндра (валика) надрезанного с двух концов. Продолжить учить передавать в лепке не сложные движения (сгибание рук и наклон туловища, перемещение ног). Учить сглаживать поверхность формы. Учить соотносить части тела человека по величине и пропорциям. Продолжить развивать умения передавать мелкие детали, работая пальцами. Развивать умение пользоваться стекой, делить деталь на части.
4. Воспитывать самостоятельность, поощрять инициативу.
5. Воспитывать аккуратность при работе с пластилином.

Материалы: пластилин, стеки, клеенки, салфетки, шпажки деревянные, презентация по теме «Зимние виды спорта».

Ход непосредственной образовательной деятельности.

Воспитатель: Физкульт привет! Доброе утро! Я очень люблю спорт и пришла к вам не с пустыми руками. А что это, и для чего узнаете позже.

Воспитатель: Дети! Сели прямо, ноги под стул, посмотрите на экран телевизора. Как вы думаете, что изображено на экране?

Дети: Кольца разного цвета, олимпийские кольца.

Воспитатель: Верно. Это олимпийские кольца! Кто скажет, что означают эти кольца?

Дети: Символ олимпиады.

Воспитатель: Да, правильно. Олимпийские кольца - это символ олимпиады. Пять разноцветных переплетенных колец - это символ мира и дружбы спортсменов пяти континентов: Австралии, Европы, Африки, Азии и Америки.

Воспитатель: В Олимпийских играх участвуют лучшие спортсмены мира – самые сильные, ловкие, быстрые, которые усердно готовятся к играм, тренируются.

Воспитатель: Зимних видов спорта очень много. Давайте вспомним некоторые из них. А помогут нам загадки.

Загадки:

1. Красиво, грациозно,
Танцуют в нём на льду.
И пусть бывает сложно,
Я этот спорт люблю!

Воспитатель: А как называют спортсмена, который занимается этим видом спорта?

Дети: Фигурист.

2. Шайбу здесь вовсю гоняют
И в ворота всё бросают.
Здесь на поле лёд везде,
Рады мы такой игре!

Воспитатель: Кто играет в хоккей?

Дети: Хоккеист.

3. Мы бежим все по лыжне
С винтовкой каждый на спине.
И как вид спорта тот зовётся?
Ответить кто из вас возьмётся?

Воспитатель: Как спортсмена называют?

Дети: Биатлонист

4. Он на вид - одна доска,
Но зато названьем горд,
Он зовется.

Воспитатель: Кто катается на сноуборде?

Дети: Сноубордист

5. Спорт на свете есть такой

Популярен он зимой.

На полозьях ты бежишь

За соперником спешишь.

Воспитатель: А что такое полозья? Как вы думаете?

Полозья – это скользящая часть лыж.

6. Кто по снегу быстро мчится,

Провалиться не боится?

Воспитатель: Предлагаю принять участие в олимпийских соревнованиях по лыжному спорту? Лыжня зовет! (обращаю внимание детей на макет лыжни)

Воспитатель: (с досадой, огорченно) да, лыжня – то зовет. Вот только она пустая. Что же делать?

Дети: (предлагают разные варианты, выбирают лепку лыжников)

Воспитатель: Вы каждый слепите лыжника и поставите на трассу.

Показ и объяснение процесса лепки.

(Показываю изображение спортсменов – лыжников на экране телевизора)

Воспитатель: Давайте рассмотрим лыжника, спускающегося с горы: его туловище наклонено вперед, руки согнуты в локтях и прижаты к туловищу, ноги спортсмен согнул в коленях. А этот лыжник движется по прямой, ровной лыжне: туловище его прямое. Одной ногой он отталкивается, а другую согнул в колене, палки поочередно находятся в снегу.

Воспитатель: Обратите внимание, как одеты спортсмены?

Дети: Шапка, спортивный костюм, перчатки, очки, куртки.

Воспитатель: Какой спортивный инвентарь использует лыжник?

Дети: Лыжи, лыжные палки.

Воспитатель: сейчас мы подготовим наши руки к работе и для этого сделаем пальчиковую гимнастику.

Раз, два, три, четыре, пять (загибаем пальчики)

Мы во двор пошли гулять

(указательным и средними пальчиками "идем" по столу)

Бабу снежную слепили (катаем ручками "комки")

Птичек крошками кормили ("кормим птичек ")

С горки мы потом катались

(ведём указательным пальцем правой руки по ладони левой руки)

А ещё в снегу валялись

(кладём ладошки на стол то одной стороной, то другой)

Все в снегу домой пришли (отряхиваем ладошки)

Итак, начнём! Лепка лыжников:

Воспитатель: -Покажите в воздухе какими движениями вы будете лепить голову (круговыми), туловище (прямыми). Перед вами лежит пластилин.

Возьмем пластилин цвета, который вам нравится. Отрезаем стекой половину брусочка пластилина, это- туловище. Возьмем еще пластилин, цвет на выбор, но отрезаем кусочек немного меньше, чем первый. Это ноги.

Возьмите первую часть, которая больше и скатаем из него цилиндр, стекой разрежем верхнюю часть на две части, до середины цилиндра - это руки.

Вытянем правую руку левую. Возьмем вторую, меньшую, часть пластилина.

Прямыми движениями раскатаем в колбаску, и согнём пополам, приставим ноги к туловищу, примажем пальцами. Лепим ботинки к ногам из чёрного пластилина, прижимаем их к ногам. Возьмем розовый кусок пластилина и скатаем голову круговыми движениями, поставим её на плечи.

Делаем глаза. Шапку. У лыжника в руках палки, их мы делаем из шпажек.

Возьмите шпажки и вставьте их в руки к лыжнику. Его надо поставить на лыжи. Лыжи лепим из колбасок, которые приплющим и загнем с одной стороны концы. Поставим лыжника на лыжи.

Анализ работ.

Воспитатель: Посмотрите, какая замечательная команда лыжников! Лыжники вам понравились?

В этом занятии мы слепили вместе с вами лыжника – человека, который занимается интересным зимним видом спорта. Создать такую фигурку можно, если вспомнить уже изученные нами уроки лепки человека. А показать, что человек именно лыжник, можно, естественно, слепив для него сами лыжи – это главная экипировка такого спортсмена. Еще лыжник должен быть в спортивном костюме, шапочке, ведь занимается он на морозе, а также в защитных очках. Выбирайте любые цвета пластилина, ведь одежда человека бывает разной.

Итог: Что нового вы сегодня узнали?

Какие новые слова вы слышали сегодня?

Я рада встрече с Вами! Мне понравилось работать с вами!

Картотека подвижных игр зимой для детей среднего дошкольного возраста.

Подвижные игры зимой на свежем воздухе

Развлечения на открытом воздухе зимой доставляют детям огромную радость и приносят неоценимую пользу их здоровью. Подвижные игры обогащают содержание прогулок, увеличивают их продолжительность.

Как много зимних развлечений и забав: катание на санках, лыжах, игры в снежки! А если прихватить на прогулку лопатки, совочки, ведерки и метелочки, можно построить целые города из снега!

Подвижные игры для проведения в зимний период.

«Два Мороза»

Цель: учить детей играть по правилам, развивать быстроту, ловкость, выносливость.

Ход игры: на противоположной стороне площадки обозначены два дома, играющие располагаются в одном из домов. Водящие – Мороз Красный нос и Мороз синий нос встают посередине площадки лицом к играющим и произносят:

Мы морозы молодые

Мы два брата удалые

Я Мороз Красный нос!

Я Мороз Синий нос!

Кто из вас решится

В путь – дороженьку пуститься?

Играющие отвечают хором:

Не боимся мы угроз,

И не страшен нам мороз.

После слова «мороз» дети перебегают через площадку в другой дом, а водящие догоняют их и стараются коснуться рукой, «заморозить».

«Замороженные» останавливаются на том месте, где до них дотронулись, и до окончания перебежки стоят не двигаясь. Воспитатель вместе с «Морозами» подсчитывают количество «замороженных».

«Смелые воробушки»

Цель: развивать быстроту и ловкость

Ход игры: дети строятся в круг, перед каждым играющим два снежка. В центре круга водящий – кошка. Дети изображают воробушка и по сигналу воспитателя прыгают в круг через снежки и прыгают обратно из круга по мере приближения кошки. Воробей, которого коснулась кошка. Получает штрафное

очко, но из игры не выбывает. Через некоторое время воспитатель останавливает игру и, подсчитывает количество «осаленных»; выбирается новый водящий.

«Снежная баба» (русская народная)

Цель: развивать двигательную активность.

Ход игры: выбирается «Снежная баба». Она садится на корточки в конце площадки. Дети идут к ней, притоптывая,

Баба Снежная стоит,

Утром дремлет, днями спит.

Вечерами тихо ждет,

Ночью всех пугать идет.

На эти слова «Снежная баба» просыпается и ловит детей. Кого поймает, тот становится «Снежной бабой».

«Ветерок»

Цель: развивать двигательные навыки, упражнять в умении менять движения в соответствии с текстом.

Ход игры: выбирается водящий. Ему надевают шапочку «Ветерка». И он отходит в сторону. Воспитатель говорит:

«Из – за елки на опушке

Чьи-то выглянули ушки. (Дети присели и показывают ушки)

Лапки заек замерзают,

Зайки лапки согревают (встали, согревают лапки)

Стали прыгать и скакать,

Стали весело играть». (Дети прыгают).

Воспитатель говорит:

«Ну-ка, ветер, не зевай

И зайчишек догоняй!»

Водящий догоняет детей.

«Охота на зайцев»

Цель: развивать внимание, ловкость, быстрый бег.

Ход игры: Все ребята -«зайцы» и 2-3 «охотника». «Охотники» находятся на противоположной стороне, где для них нарисован дом.

Воспитатель: Никого нет на лужайке.

Выходите, братцы-зайки,

Прыгать, кувиркаться!..

По снегу кататься!..

«Охотники» выбегают из домика и охотятся на зайцев. Пойманных «зайцев» «охотники» забирают себе в дом, и игра повторяется.

«Смелые воробушки»

Цель: развивать быстроту и ловкость

Ход игры: дети строятся в круг, перед каждым играющим два снежка. В центре круга водящий – кошка. Дети изображают воробушка и по сигналу

воспитателя прыгают в круг через снежки и прыгают обратно из круга по мере приближения кошки. Воробей, которого коснулась кошка. Получает штрафное очко, но из игры не выбывает. Через некоторое время воспитатель останавливает игру и, подсчитывает количество «осаленных»; выбирается новый водящий.

«Зимующие и перелетные птицы» (русская народная)

Цель: развивать двигательные навыки; закреплять представление о поведении птиц зимой.

Ход игры: дети надевают шапочки птиц (перелетных и зимующих). В середине площадки на расстоянии друг от друга стоят два ребенка в шапочках Солнышка и Снежинки. «Птицы» бегают врассыпную со словами:

Птички летают, зерна собирают.

Маленькие птички, птички-невелички».

После этих слов «перелетные птицы» бегут к Солнцу, а «зимующие» - к снежинке. Чей круг быстрее соберется, тот и выиграл.

«Белые медведи»

Цель. Укрепление мышц рук, ног и спины.

Ход игры: Ребенок входит на снежную горку по скату на четвереньках (на прямых ногах, переваливаясь с боку на бок, изображая белого медведя. Взбравшись наверх, он встает и сбегает вниз.

«По снежному мостику»

Цель. Развитие равновесия, обучение прыжкам.

Ход игры: Ребенок поднимается на снежный вал и проходит по нему до конца, сохраняя равновесие. Дойди до конца вала, спрыгивает с него и поднимается на вал еще раз. Если ребенок боится идти один, взрослый помогает ему.

«Поезд и туннель»

Цель. Развитие координации движений, тренировка дыхательной системы, умение ориентироваться в пространстве, действовать согласованно.

Ход игры: Играющие, положив друг другу одну руку на пояс, изображают поезд. Стоящий первым изображает паровоз, другие дети-вагоны. «Паровоз» гудит: «Ту-у-у!» По этому сигналу «поезд» трогается с места и отправляется по направлению к снежному туннелю. Подъезжая к нему, «паровоз» снова гудит, ребенок, изображающий его, наклоняется и проходит в туннель, за ним проходят весь поезд. Затем паровоз изображает другой ребенок, и поезд снова отправляется в путь.

«Снежинки и ветер»

Цель. Развитие координации движений.

Ход игры: Дети собираются в кружок и берутся за руки. По сигналу взрослого: «Ветер подул сильный, сильный. Разлетайтесь, снежинки!» - разбегаются в разных направлениях по площадке, расправляют в разных направлениях по площадке, расправляют руки в стороны, покачиваются, кружатся. Взрослый говорит: «Ветер стих! Возвращайтесь, снежинки, в кружок! Дети сбегаются в кружок и берутся за руки. Игра повторяется 3-4 раза.

Картотека зимних подвижных игр детей старшего дошкольного возраста

Подвижные игры малой подвижности

«Снежная королева»

Цель: формирование умения напрягать и расслаблять поочередно мышцы всего тела, координировать движения.

Ход игры: сначала педагог, в дальнейшем ребенок, превращается в «Снежную королеву» и начинает постепенно «замораживать» всех детей, называя при этом определенные части тела (правая рука, левая рука, левая нога, голова, соответствующие мышцы напрягаются. Дети превращаются в ледяную скульптуру, которая начинает медленно таять под лучами солнца. (Расслабляются шея, руки, корпус, ноги, дети сначала опускаются на корточки, затем полностью расслабляются и ложатся на пол.

«Снежинки и ветер»

Цель: развитие умения двигаться соответственно тексту, двигательной активности.

Ход игры: Дети собираются в кружок и берутся за руки. По сигналу взрослого: «Ветер задул сильный, сильный.

Разлетайтесь, снежинки!» — разбегаются в разных направлениях по площадке, расправляют руки в стороны, покачиваются, кружатся. Взрослый говорит: «Ветер стих! Возвращайтесь, снежинки, в кружок». Дети сбегаются в кружок и берутся за руки.

«Затейники»

Ход игры: Один из играющих выбирается затейником, он становится в середину круга. Остальные дети идут по кругу, взявшись за руки. Они произносят:

«Ровным кругом,
Друг за другом,
Мы идем за шагом шаг.
Стой на месте,
Дружно вместе
Сделаем. вот так».

Опуская руки, играющие останавливаются. Затейник показывает какое-нибудь движение, имитирующее позу конькобежца, шаг лыжника, вращение фигуриста, удар клюшкой или действия вратаря в хоккее, а также любое другое действие, характерное для одного из зимних видов спорта. Все дети должны повторить это действие и назвать его. После нескольких повторений игры затейник выбирает на свое место кого-нибудь другого из играющих. Затейники должны стараться вспоминать разнообразные движения спортсменов, не повторять уже

«Попади в ведро»

Цель: упражнение в метании в цель на расстоянии 1,5-2 м; развитие глазомера.

Ход игры: Дети становятся полукругом вокруг небольшого ведёрка, у каждого в руках снежки. Дети бросают снежки в ведёрко с расстояния 1,5 – 2 м.

Указание: детей надо расставлять только с одной стороны, чтобы они не попали друг в друга. Группа должна быть небольшой – 2-3 человека.

«Угадай, чей голос»

Цель: развивать слуховые качества, физические качества.

Ход игры:

Дети образуют круг. Водящий встает в центре круга и закрывает глаза. Не держась за руки, дети идут по кругу вправо (влево) и говорят:

Мы собрались в ровный круг,
Повернемся разом вдруг,
А как скажем «Скок-скок-скок»,
Угадай, чей голосок

Слова «скок-скок-скок» произносит один из детей по указанию воспитателя. Водящий должен узнать, кто сказал эти слова. Если он отгадал, он встает на место произносившего слова. Если водящий не узнал голос, игра повторяется, а дети идут по кругу в другую сторону.

«Ледяные статуи»

Цель: развивать координацию движений, слух, физические качества, умение играть по правилам.

Нужно кидать снежный ком прямо в руки. Внимательно слушать ведущего.

Игроки становятся по кругу и перебрасывают ком друг другу руками. Кто не поймает ком, получает наказание: продолжает игру, стоя на одной ноге. Если в такой позе ему удастся поймать ком, то наказание снимается; он становится на обе ноги. Если же совершается еще одна ошибка, игрок становится на одно колено. При третьей ошибке он опускается на оба колена. Если в этом положении игрок поймает ком, ему прощаются все наказания, и он продолжает игру, стоя на обеих ногах. А если постигнет неудача, придется выбыть из игры.

Подвижные игры средней подвижности

«Снеговик»

Цель: развитие умения изображать движения снеговика по тексту стихотворения, развитие двигательной активности.

Среди нашего двора
Снеговик стоял вчера.
Сами мы его слепили,
Нос - морковку не забыли,
А сегодня за окном
Потекли ручьи кругом.

Ход игры: дети обыгрывают стихотворение, а затем показывают, как таял снеговик.

«Зимушка-зима»

Цель: развитие умения действовать по сигналу, развитие двигательной активности, внимания.

Ход игры: по команде дети выполняют следующие задания: «Мороз» - стоять, «Вьюга» - бег на месте, «Метель» - присесть, «Снег» - кружиться на месте. Воспитатель при этом может показывать другие движения, например, говорит «Снег», а сам приседает. Выигрывает тот, кто не сделает ни одной ошибки.

«Слалом на санках»

Цель: формирование умения скользить на санках, лежа на животе.

Ход игры: дети делятся на 2 подгруппы, становятся с санками на расстоянии 1 м от обозначенной линии. По сигналу «Приготовились» наклоняются вперед и упираются руками в санки. По сигналу «Поехали» они делают несколько шагов с разбега и на ходу ложатся на санки. Воспитатель отмечает тех, кто проскользил дальше всех за линию.

«Запретный круг»

Цель: развитие быстроты реакции, силы.

Ход игры: На снегу рисуется круг. Дети, взявшись за руки, становятся вокруг него. По первому сигналу водящего они передвигаются хороводом в ту или иную сторону. По второму сигналу все, не разъединяя рук, стараются кого-либо втянуть внутрь круга. Кто не удержался и заступил за черту круга, выходит из игры. Ведущий опять подает сигнал, и дети снова ведут хоровод. Играют до тех пор, пока размеры круга позволяют еще браться за руки.

«Снежиночки-пушиночки»

Цель: развитие умения двигаться вокруг объекта с изменением направления движения по сигналу.

Ход игры: дети движутся гурьбой вокруг снеговика, поворачиваясь одновременно и вокруг себя. Через некоторое время направление движения меняется, хоровод кружится в другую сторону. Взрослый говорит:

««Снежиночки-пушиночки» устали на лету, кружиться перестали, присели отдохнуть».

Играющие останавливаются, приседают. Отдохнув немного, возобновляют игру.

Вариант. Дети свободно распределяются по площадке или залу, руки в стороны. Затем начинают кружиться и говорить слова:

««Снежиночки-пушиночки» устали на лету, кружиться перестали, присели отдохнуть».

По окончании слов дети приседают на корточки.

Правила: кружиться спокойно.

«Зима пришла!»

Цель: упражнение в беге, перемещении по сигналу по игровой площадке.

Ход игры: дети разбегаются по площадке и прячутся, присаживаясь на корточки за снежными валами, горкой, снеговиком и т. п.

Взрослый говорит: «Сегодня тепло, солнышко светит, идите гулять!» Дети выбегают из укрытий и разбегаются по площадке. На сигнал: «Зима пришла, холодно! Скорей домой!» — все бегут на свои места и снова прячутся.

«Метелица»

Цель: упражнение в беге цепочкой.

Ход игры: все дети встают друг за другом и берутся за руки. Первым стоит взрослый - он метелица. Метелица медленно пробегает между снежными постройками,

валами, санками змейкой или обегает их, ведя за собой.

Ребята стараются не разорвать цепочку и не наткнуться на предметы.

«Два на два»

Цель: формирование умения скользить на санках по 2-3 человек.

Ход игры: Договариваются играть четверо детей. Они садятся по двое на санки, ноги ставят на полозья. Дети скользят вперед на санках, отталкиваясь недлинными палками. Кто кого обгонит?

«Флажки»

Цель: развитие двигательной активности, ловкости движений.

Ход игры: В игре принимают участие все дети. Вдоль ската горки расставлены палочки с ленточками на них.

Необходимо прокатиться с горы на санках и схватить флажок. Побеждает тот, у кого больше флажков.

«Кто выше подбросит снежок»

Цель: упражнение в метании снежков в высоту, развитие силы броска.

Ход игры: в игре принимают участие все дети. По команде дети начинают лепить снежки и подбрасывать их. Каждый выполняет задание 3 раза. Побеждает тот, кто все три раза подбросит снежок выше всех. Бросают 2 раза правой и 1 раз левой рукой.

"Попади в городок"

Ход игры: Играющие делятся на 2 команды, заготавливают снежки и выстраиваются за общей чертой. Перед каждой командой на расстоянии 8 шагов ставят по «городку», закопанному вертикально в снег. Играющие обеих команд одновременно дают залп снежками, каждая по своему «городку». Сбитый «городок» относится на один шаг дальше черты метания. Затем следуют новые залпы. Команда, не сбившая свой «городок», делает новую попытку до тех пор, пока «городок» не будет сбит.

Команда, игроки которой сумеют за условленное число залпов отодвинуть свой «городок» дальше другого, побеждает. Переступать за линию метания нельзя.

Подвижные игры высокой подвижности

«Салки со снежками»

Цель: развитие быстроты реакции, упражнение в беге.

Ход игры: игра проводится на площадке 30 x 15 м. В ее центре чертят небольшой круг — место для водящего и его помощников. Выбирают водящего, остальные игроки разбегаются по площадке. Задача водящего — осалить заготовленными снежками игроков, которые бегают по площадке. Осаленные игроки становятся помощниками водящего, встают в круг и получают право тоже осаливать игроков за кругом. Таким образом, по ходу игры постепенно уменьшается число игроков, свободно бегающих по площадке. Игра заканчивается, когда остается один не осаленный игрок. Он — победитель и может стать водящим при повторной игре.

«Двое на снегу»

Цель: развитие ловкости, силы, умения быстро реагировать на сигнал водящего.

Ход игры: на снегу чертят круг диаметром 2 м. 2 соперника, заложив руки за спины, входят в круг и по сигналу ведущего пытаются вытолкнуть друг друга из круга. Если игрок заступил за круг или убрал руки из-за спины, он проигрывает. В этой игре нельзя допускать болевых приемов, судит игру ведущий. Игрок, не вышедший из круга, побеждает.

«На горку»

Цель: развитие равновесия передвижении на лыжах, ловкости; воспитание чувства ответственности за членов команды.

Ход игры: соревнуются 2 команды. Лыжники выстраиваются в ряд на одной общей линии. По сигналу руководителя все участники бегут на лыжах вперед, стараясь как можно скорее взобраться на гору. Отстающим разрешается помогать: протягивать палки, поднимать упавших и т. д. Это важно, так как команда выигрывает только в том случае, если она в полном составе окажется на горе.

Игра-соревнование «Хоровод»

Цель: упражнение в беге, прыжках, развитие ловкости, быстроты реакции.

Ход игры: дети выстраиваются в большой круг на площадке. Кладут несколько небольших снежных комьев в середину круга. Затем берутся за руки и по сигналу воспитателя начинают двигаться по кругу, причем каждый игрок стремится заставить своего соседа задеть какой-ни будь снежный ком. Чтобы не допустить этого, игрок может отбегать, перепрыгивать через ком, упираться в землю, но не отпускать при этом рук своих соседей. Игрок, задевший ком или выпустивший руку соседа справа, выбывает из игры. Игра продолжается до тех пор, пока в кругу не останутся три игрока. Они и считаются победителями. Разрешается тянуть друг друга только руками. Толкаться или ставить подножки нельзя. После выхода из игры очередного участника, задевшего ком, круг игроков начинает двигаться в другую сторону.

«Разноцветные снежинки»

Цель: развитие умения действовать по сигналу воспитателя, быстроты реакции, упражнение в беге.

Ход игры: Дети делятся на команды. У каждого участника команды в руках цветная снежинка. По сигналу первый бежит к сугробу, где стоит флажок такого же цвета, как и снежинка у него в руках, прищепкой прикрепляет ее к флажку и возвращается обратно. Выигрывает команда, игроки которой первыми прикрепят свои снежинки.

«Зайцы и волк»

Цель: упражнение в беге, прыжках на обеих ногах с продвижением вперед; развитие быстроты реакции.

Ход игры: одного из играющих назначают волком,

остальные изображают зайцев. Зайцы располагаются на одной стороне площадки, волк на противоположной.

«Зайцы скачут «Скок-скок-скок»

На заснеженный лужок.

Кору щиплют, кушают,

Осторожно слушают –

Не идет ли волк.

Зайцы разбегаются по площадке. Прыгают на двух ногах, присаживаются, оглядываются в поисках волка.

Воспитатель произносит слово «Волк», и волк выходит из укрытия и бежит за зайцами, стараясь их поймать,

коснуться. Присевшего зайца волк не может осалить.

Пойманных зайцев он отводит в сторону. После того как были пойманы 2-3 зайца, выбирается другой волк.

«Мороз»

Цель: упражнение в беге врассыпную по всей игровой площадке.

Ход игры: с помощью считалки выбирается Дед Мороз.

Ты зеленый, ты красный,

Ты в шубе, ты в кушаке,

У тебя синий нос,

Это ты, Дед Мороз!

Все дети разбегаются, а Дед Мороз старается дотронуться до любого игрока и заморозить его. Замороженный стоит неподвижно в любой позе.

Правила: разбежаться можно только после окончания считалки. В момент заморозки можно принять любую позу. Выигрывает тот, кто ни разу не попался Деду Морозу.

«Снежная карусель»

Цель: упражнение в беге со сменой темпа по сигналу водящего.

Ход игры: взявшись за руки, дети образуют круг вокруг снеговика и изображают снежинки. По сигналу взрослого они идут сначала медленно, потом все быстрее, в конце концов бегут. После того как играющие пробегут по кругу несколько раз, взрослый предлагает им изменить направление движения, говоря: «Ветер изменился, полетели снежинки в другую сторону». Играющие замедляют движение, останавливаются и начинают двигаться в противоположном направлении. Сперва они двигаются медленно, а потом все быстрее и быстрее, пока взрослый не скажет: «Совсем стих ветер, снежинки спокойно падают на землю». Движение снежной карусели замедляется, дети останавливаются и отпускают руки.

«Белые медведи»

Цель: упражнение в беге.

Ход игры: На игровой площадке отмечается участок, изображающий льдину. На льдине – два «белых медведя» – водящие. Они могут произносить следующие слова:

«Мы плывем на льдине,
Как на бригантине,
По седым суровым морям.
Кто не бережется,
Не остережется,
Тот, наверняка уж, попадется нам.
Раз-два-три – беги!»

С последними словами остальные играющие разбегаются по площадке. Медведи выходят на охоту, держась за руки. Настигнув кого-нибудь, они стараются обхватить ребенка обеими свободными руками. Если медведям это удастся, то пойманный сам становится медвежонком и присоединяется к водящим. Теперь медведи продолжают «охоту» втроем. Выигравшими считаются те дети, которым удастся дольше всех не попасться в лапы медвежьей семейки.

«Ловишки – елочки»

Цель: упражнение в беге с увертыванием.

Ход игры: дети произвольно располагаются на площадке, ловишка стоит в середине. По сигналу: «Раз, два, три – лови!» - все разбегаются по площадке, увертываются от ловишки. Ребята стараются выручать друг друга, так как ловишке нельзя запятнать тех детей, которые станут лицом друг к другу и, вытянув руки в стороны вниз, будут изображать елочку.

«Ловишки со снежком»

Цель: упражнение в метании по движущейся цели.

Ход игры: невысоким снежным валиком обозначается круг диаметром 4-5 м. В нем собирается группа играющих. Водящий становится на расстоянии 2-3 м от круга, на этом расстоянии он может передвигаться вдоль круга. В руках у него корзинка со снежками. По сигналу взрослого ловишка старается снежком попасть в кого-нибудь из увертывающихся в кругу детей. Взрослый следит за тем, какой по счету снежок окажется метким и ловишка запятнает им одного из игроков. Игра повторяется 2-3 раза, после этого выбирается новый ловишка.

"Перебежки"

Ход игры: На одной стороне площадки отделяется линией дом, на расстоянии 5-6 м чертится вторая линия, за которой находится другой дом. Вдоль одной из сторон перпендикулярно домам проводится еще одна черта.

Играющие делятся на две группы - две команды (не более 6-8 человек в каждой). Дети одной команды встают вдоль линии любого дома, другая команда размещается вдоль боковой линии; у ног каждого ребенка лежит по два снежка. По сигналу воспитателя первый отряд перебегает из одного дома в другой. Дети второй команды берут по одному снежку и бросают их в бегущих. Те, в кого

попали снежком, отходят в сторону. На новый сигнал перебежка происходит в обратную сторону; дети, стоящие у боковой линии, бросают в бегущих по второму снежку. Осаленные в этот раз также отходят в сторону.

"Великан"

Ход игры: Из снега лепят «великана» (снежную бабу) и сквозь него пропускают канат. Играющие (равные по силе) становятся друг против друга в 2-3 м от «великана» и берутся за канат. По сигналу начинают перетягивать его, каждый в свою сторону.

Побеждает игрок, которому удастся натолкнуть противника на «великана».

Нельзя выпускать канат из рук до того, как «великан» будет повален.

"Гонки снежных комков"

Ход игры: Для начала игры каждый участник лепит себе снежный ком диаметром 50-60 см. Ведущий принимает комья участников и обтесывает их до приблизительно одинакового размера. Игроки со своими снежными комьями выстраиваются на старте. Игровое поле длиной 10-12 м ограничивается флажками. Игроки по сигналу водящего, катя снежные комья, добиваются до флажков, огибают их и возвращаются на финиш-старт. Игрок, прибежавший первым, побеждает, а из комьев после 3-4 забегов лепят снежную бабу.

«Мороз – красный нос»

Цель: учить детей перебегать в рассыпную с одной стороны площадки на другую, увёртываясь от ловишки, действовать по сигналу, сохранять неподвижную позу.

Развивать выдержку, внимание. Закрепить бег с захлестом голени, боковой галоп.

Ход игры:

На противоположных сторонах площадки обозначается два дома, в одном из них находятся игроки. Посередине площадки лицом к ним становится водящий – Мороз-красный нос, он говорит:

«Я мороз – красный нос.

Кто из вас решится

В путь дороженьку пуститься?»

Дети отвечают хором:

«Не боимся мы угроз и не страшен нам мороз»

После этого они перебегают через площадку в другой дом, мороз их догоняет и старается заморозить. Замороженные останавливаются на том месте, где их настиг мороз, и стоят так до окончания пробежки. Мороз подсчитывает, сколько играющих удалось при этом заморозить, учитывается, что играющие выбежавшие из дома до сигнала или оставшиеся после сигнала, тоже считаются замороженными.

2 вариант.

Игра протекает так же, как и предыдущая, но в ней два мороза (Мороз-Красный нос и Мороз-Синий нос). Стоя посередине площадки лицом к детям, они произносят:

Мы два брата молодые,

Я Мороз-Синий нос.

Два мороза удалые,

Кто из вас решится

Я Мороз-Красный нос,

В путь-дороженьку пуститься?

После ответа:

«Не боимся мы угроз и не страшен нам мороз»

все дети перебегают в другой дом, а оба мороза стараются их заморозить.

«Два Мороза»

Ход игры:

Игра проходит на двух площадках.

На противоположных сторонах площадки отмечены "школа" и "дом".

Выбираются два Мороза – водящие, а остальные ребята располагаются за линией дома в одну шеренгу. Посередине площадки – на улице – стоят два Мороза.

Морозы обращаются к детям:

– Мы два брата молодые,

– Два Мороза удалые.

– Я Мороз-Красный Нос,

– Я Мороз-Синий Нос.

– Кто из вас решится

– В путь-дороженьку пуститься?

Дети (хором). Не боимся мы угроз,

И не страшен нам мороз!

После этих слов ребята бегут из дома в школу. Морозы осаливают-замораживают ребят.

Конспект беседы с детьми «Какие опасности подстерегают нас зимой?»

Цель: формировать у детей основы безопасного поведения в зимний период.

Задачи:

1. Дать детям первоначальные знания о правилах безопасного поведения в природе в зимний период.

2. Выработать навыки сознательного отношения к соблюдению правил безопасного поведения зимой на улице.

3. Приобщать детей к правилам безопасного поведения во время зимних игр.

4. Развивать способности у детей к предвидению возможной опасности.

5. Развивать умение детей обращаться за помощью к взрослым.

6. Развивать интерес детей к собственной безопасности.

Предварительная работа: эксперименты со снегом и льдом, чтение стихов о зиме, отгадывание загадок о зиме, рассматривание сюжетных картин.

Оборудование: куклы Ваня и Маша, зимняя одежда для кукол, слайдовая презентация.

Ход занятия:

Приветствие:

Станем рядышком по кругу
Скажем «Здравствуйте!» друг другу.
Нам здороваться не лень,
Всем «Привет» и «Добрый день».
Если каждый улыбнется
Утро доброе начнется.

- Воспитатель: Скажите, о каком времени года говорится в стихотворении?

В ледяной карете мчится
Зимушка-зима,
Ветер крыльями стучится
В сонные дома.
Расцветают скверы, парки
Снежной белизной.
И мороз возводит арки
Над тропой лесной.

Воспитатель: Ребята, зима — это не только катание на санках и коньках, но еще

Подстерегают вас опасности.

Первая опасность — это обморожение.

Обморожение — очень серьёзно. И опасно. И больно. Чтобы это не случилось, нужно помнить, что обморозиться можно и не только на сильном морозе. Обморожение может грозить человеку и весной и осенью в дождливую, ветреную погоду при высокой влажности и длительном пребывании вне помещения. К обморожению могут привести также длительное отсутствие движения (например, при ожидании транспорта на остановке, тесная обувь, влажная одежда, отсутствие головного убора, ослабленное состояние организма после болезни). Обморозить можно уши, кончик носа, пальцы на руках и ногах, ступни и кисти рук.

Беседа о том, как можно уберечься от сильных холодов.

Д/игра «*Маша и Ваня собираются на прогулку*»

Итог беседы:

Составить правила:

Чтобы избежать переохлаждения, нужно всегда держать ноги в тепле.

Пальцы рук замерзают быстрее всего, носите тёплые перчатки или варежки, чтобы не получить обморожения.

Даже в сильный мороз лицо должно быть полностью открыто, не нужно прикрывать нос и рот шарфом — от вдыхаемого воздуха ткань становится влажной и замерзает. Контакт с такой «защитой» может привести к обморожению кожи.

Вторая опасность — это зимние дороги.

Рассматривание сюжетных картин на слайдах с изображением зимних улиц.

- Помните и не забывайте, что под снегом может быть лед.

Вопросы к детям:

-Какая зимняя погода способствует образованию гололеда?

-Почему в гололед происходит много аварий на дорогах?

-Почему в гололед люди часто получают травмы?

-Как обезопасить себя в гололед? -Какие дорожные службы и как помогают людям в гололед?

Меры предосторожности при гололеде:

Итог беседы:Запомните правила: не толкаться, ходить шагом по скользкой дороге, играть только во дворе, а если кто-то упал, помочь подняться, позвать на помощь взрослого.

Загадка:

Я прозрачна, как хрусталь,

С крыши я зимой свисаю.

Только очень, очень жаль,

Что в тепле я быстро таю. (*Сосулька*)

В феврале днём солнышко поднимается выше и на улице становится теплее.

И тут возникает еще одна опасность

Снег подтаивает, и на крышах домов и появляются сосульки. Случается так, что сосульки с силой падают с крыш, и с треском и звоном разбиваются о снежную дорожку. Это опасно для жизни человека, если он находится вблизи от дома.

Напомнить детям, что ни в коем случае нельзя:

- Играть там, где с крыши свисают сосульки или может упасть снег!

- Подходить и трогать свисающие сосульки!

- Нельзя сосать и есть сосульки!

- Не кидайся сосулькой или снегом!

Физминутка: «Снежок».

Раз, два, три, четыре,

Мы с тобой снежок слепили –

Круглый, крепкий, очень гладкий

И совсем, совсем не сладкий.

Раз – подбросим, два – поймает,

И еще раз повторяем.

Сминают лист бумаги

Лепят, меняя положение ладоней

Показывают, глядят одной ладонью, грозят пальчиком.

Подбрасывают, смотря вверх

Приседают, ловят снежок.

Третья опасность «*Зимние забавы*».

Поднимите руки те, кто любит зиму. В какие игры, вы, любите играть зимой? (*Ответы детей*).

Обсуждение ситуации правильного и неправильного поведения детей на горке

Игра (словесная) «*Хорошо - плохо*».

Четвёртая опасность «*Лёд на реке*».

Зима на пороге. Реки начали покрываться тонким льдом, вода потемнела. Лёд, прикрытый снегом, проруби, полыньи, лунки, трещины до наступления устойчивых морозов чрезвычайно опасны. Такой лёд легко проламывается, если на него наступить, человек может оказаться в холодной воде, подо льдом. Что очень опасно не только простудами, переохлаждением, но и даже может привести

к гибели. Многие люди, особенно дети, выходят на неокрепший и непроверенный лёд.

Бывает, в водоёме бьют подводные ключи, образуя полыньи на поверхности льда, можно её не заметить и провалиться под лёд.

Рассматривание слайдов о поведении на реке зимой,

Почему нельзя кататься на санках и коньках на реке?

Почему нельзя выходить на тонкий лёд и проверять провалится он или нет?

Не ходи зимой по льду.

Можешь ты попасть в беду

В лунку или полынью –

И загубишь жизнь свою.

Зима - чудное и прекрасное время года! Но не надо забывать о том, что зимой на улице нас могут подстеречь опасности – скользкий лёд, сход снега с крыш, падение сосулек, вы можете провалиться под лёд.

Что бы с вами не случилась беда – будьте осторожны, помните и выполняйте правила личной безопасности!

Используемая литература

Волошина Л.Н., Курилова Т.Н. Программа "Играйте на здоровье" и ее технология применения в ДОУ».

Беседа с родителями на тему «Зимние забавы и детская безопасность»

У каждой зимней забавы свои особенности. Но есть и общие правила безопасности во время детских игр, которые будет полезно знать ребенку:

нельзя снимать шапку и шарф, даже если появилось обманчивое ощущение тепла или другие дети сочли одежду «немодной»;

расскажите ребёнку, что если он почувствовал, что замерзает или промочил ноги — нужно немедленно возвращаться домой и сразу же переодеться в сухую одежду;

если по каким-то причинам замерзший ребёнок не может сразу войти в теплое помещение, пусть не прекращает двигаться, что-бы стимулировать кровообращение;

любые игры должны проходить подальше от проезжей части.

Катание на лыжах, снегокатах

Лыжи и снегокаты — один из самых безопасных зимних развлечений. Под контролем взрослых дети учатся кататься на лыжах уже с 4-5 лет.

Как выбрать лыжи ребёнку: по росту, возрасту и уровню подготовки.

Правила безопасности для юных лыжников и их родителей :

для катания выбирайте не очень крутую горку, желательно в парке или в таком месте, где нет автомобильного движения;

надевайте на ребёнка защитный шлем, если планируете кататься на общих горках, где существует риск столкнуться с другими лыжниками;

оденьте ребёнка в яркий костюм — так он будет замечен на склоне;

если ребёнок никогда раньше не катался на лыжах — сначала просто научите его ходить по лыжне;

лыжные палки не нужны начинающему лыжнику, без дополнительной опоры он быстрее научится держать равновесие.

Совет родителям. Отправляясь с ребёнком на склон, захватите запасные перчатки, воду и перекус.

Снегокаты похожи на санки, где вместо полозьев — лыжи. Хорошо управляемые, но требуют своих мер безопасности :

выбирайте для катания с ребёнком плавную горку без крупных препятствий (*камней, деревьев*) на спуске;

покажите ребёнку, как управлять снегокатом с помощью руля и тормоза;

помогайте поднять снегокат на вершину горки, если ребёнку тяжело справиться самостоятельно.

Снегокаты весят в среднем около 6 кг, малышу дошкольного возраста будет сложно ими управлять. Начиная с младшего школьного возраста дети справляются со снегокатами довольно уверенно.

Катание на коньках: поведение на льду

Главное условие безопасного катания на коньках — выбор специально оборудованной для катания площадки. В первый раз ставить ребёнка на лед можно уже в 3 года. Другие правила поведения на льду:

всегда надевайте на ребёнка защитный шлем, наколенники и налокотники;

для похода на каток с начинающим конькобежцем выбирайте время, когда на площадке мало других людей: относительная безлюдность поможет избежать травм;

старайтесь всегда быть поблизости, чтобы помочь ребёнку в случае необходимости;

в первый раз на катке ограничьтесь хождением с одного края катка до другого боковым приставным шагом;

научите ребёнка технике правильного падения: группироваться и падать на бок.

Совет родителям. Выбирайте коньки на полразмера-размер больше, чем обувь ребёнка.

Горки: техника безопасности

Выбирая горку для катания ребёнка, обратите внимание на её безопасность. Рядом с горкой не должно быть автодорог и водоёмов. Если вы ведёте кататься маленького ребёнка, то скопление на горке активных подростков — это тоже потенциальная опасность.

Что нужно знать детям и родителям — меры предосторожности на горке зимой:

напомните сыну или дочери, что вежливость хороша везде, и на горке тоже: пусть ребёнок уступает младшим и соблюдает очередь катания;

следите за катанием ребёнка, особенно если он ещё небольшой и на горке много других детей;

малышу младше 5 лет разрешайте кататься только с пологих горок;

обувайте ребёнка перед походом на горку в нескользящую обувь;

разрешайте ребёнку кататься только на средстве для катания — ледянке, ватрушке, снегокате, но не на ногах или на корточках.

Совет родителям. Если вашему малышу меньше 5 лет, не покупайте ему ледянку в форме корытца — такими средствами для катания довольно сложно управлять.

Санки, ледянки и тюбинг: что нужно знать

Санки, ледянки и тюбы одинаково хорошо подходят для катания с горок, но различаются по некоторым характеристикам, в том числе и по степени безопасности. Самое безопасное устройство для спуска — санки, наиболее сложны в управлении тюбы. Ледянки хороши легкостью и низкой ценой, но немного проигрывают санкам по безопасности — контролировать ледянку сложнее, чем сани.

Как сделать катание на ледянке безопасным :

для ровных ледяных горок подходят простые овальные ледянки с одной ручкой, для снежных склонов — ледянки-тарелки или ледянки-корытца с двумя ручками и углублениями для ног;

не используйте ледянки в форме тарелки или корытца на ледяных горках — на скользкой поверхности такие ледянки становятся неуправляемыми;

для катания на ледянке выбирайте только ровные горки, без трамплинов, чтобы избежать травмы спины.

Правила безопасного катания на санках :

если ребёнку меньше 5 лет — выбирайте горку для катания без крутого спуска;

напомните ребёнку, что во время спуска нужно крепко держаться за санки руками;

расскажите ребёнку, что нельзя спускаться на санках стоя, лежа или сидя против движения.

Меры предосторожности при катании на «ватрушках» (тюбинг) :

для катания на тубах подходят не слишком крутые горки — тубы легкие, и ребёнок может не справиться с управлением;

объясните ребёнку, что столкновение на «ватрушке» с другими детьми может привести к травмам — пусть скатывается на тубе тогда, когда риск столкнуться минимален;

будьте поблизости с горкой, если пришли покататься на «ватрушке» с маленьким ребёнком.

Ледянкой ребёнок может научиться управлять в 3 года, санками — с 4 лет, «ватрушкой» — с 6 лет.

ЗИМНЯЯ ПРОГУЛКА

ЗАБЛУЖДЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ

РЕБЕНОК ЗАМЕРЗНЕТ ИЛИ, НАОБОРОТ, ПЕРЕГРЕЕТСЯ. Зимой надо надеть на младенца большое количество одежды, а точно понять, не мерзнут ли ноги или, напротив, не спарился ли малыш, сложно.

НА САМОМ ДЕЛЕ. Обычно родители одевают ребенка так тепло, что он точно не замерзает. Даже если кроха лежит в коляске, всегда можно пощупать его ручки и ножки и определить, не холодные ли они. Гораздо чаще ребенку на прогулке жарко, и узнать об этом можно по его виду и поведению. Лицо младенца краснеет, он начинает беспокоиться (капризничает или плачет), просит пить. Тогда нужно засунуть руку за шиворот малыша и пощупать его спинку (не вспотела ли она).

ЗИМОЙ ПЛОХАЯ ПОГОДА Если не метель, то гололед, если не мороз, то слякоть.

НА САМОМ ДЕЛЕ. Плохая погода зимой, если человек не живет действительно в сложных * климатических условиях, все-таки бывает нечасто. Метели не метут всю зиму, а суровые холода сменяются легким и приятным морозцем, так что чаще всего п «плохая погода» скрыта та же родительская лень. Давайте ее отложим и прогуляемся с ребенком!



ЗИМНЯЯ ПРОГУЛКА

ЗАБЛУЖДЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ

ГУЛЯТЬ ЗИМОЙ ТАК СЛОЖНО И СКУЧНО.

Зимой надо долго одеваться: сначала самой, а потом еще облачить в несколько слоев одежды ребенка. Причем одеться надо по погоде, иначе быстро замерзнешь и придется возвращаться. Спрашивается: зачем тогда вообще выходили? А еще надо ничего не забыть (те же варежки), иначе, опять-таки, надо вернуться домой, а это с маленьким ребенком всегда неудобно. Кроме того, многие младенцы процесс одевания переносят плохо: кричат так сильно, что проще плюнуть на прогулку и остаться дома. Зимой холодно, с коляской на лавочке не посидишь, книжку не почитаешь, надо все время ходить. Плюс многим родителям вообще скучно гулять с коляской или за ручку с ребенком, даже если погода хорошая и малыш спокоен.

НА САМОМ ДЕЛЕ. Это все отговорки и банальная лень. Сегодня так много высокотехнологичной и удобной одежды (и взрослой, и детской), что одеться на прогулку можно легко и удобно. Дети очень быстро привыкают к процессу одевания или просто смиряются с ним. Если немного постараться, то даже в прогулке с коляской можно найти что-то интересное (слушать аудиокниги, музыку, общаться в компании таких же мам).



ЗИМНЯЯ ПРОГУЛКА

ЗАБЛУЖДЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ

РЕБЕНОК ЗАБОЛЕЕТ НА ХОЛОДЕ. Это типичная страшилка, которую особенно любят мамы и бабушки: мол, ребенок вдохнет воздух на морозе и у него начнется кашель, насморк или заболит горло. Но холодный воздух болезни не вызывает – это миф.

НА САМОМ ДЕЛЕ. Человек болеет от бактерий или вирусов, а не от холода. Наоборот, на морозе многие вирусы гибнут, поэтому гулять при минусовой температуре безопаснее, чем при плюсовой. Другое дело, что переохлаждение (замерзшие ноги, например) может способствовать тому, что попавший в организм вирус или микроб начнет развиваться. Ну так его (переохлаждение) просто не надо допускать.



ЗИМНЯЯ ПРОГУЛКА ЗАБЛУЖДЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ

НА УЛИЦЕ ОДНИ ИНФЕКЦИИ. Сейчас, когда на нас обрушился поток самой разной негативной информации, в частности о всяких вирусах и болезнях, многие тревожные мамы вообще боятся лишний раз выходить с маленьким ребенком на улицу. Особенно в первые недели и даже месяцы после родов если ребенок родился осенью-зимой. Считают, что на младенца могут чихнуть на улице, или в подъезде после больного человека останется вирус, и ребенок его подхватит. Бесконечные страшилки средств массовой информации про новые и ужасные штаммы гриппа, ежедневные новости о тяжелых осложнениях после болезней и другие ужастики только подливают масла в огонь. Вот и сидят мамы с ребенком всю зиму дома и гуляют только на балконе.

НА САМОМ ДЕЛЕ. Квартира не защитит от болезней — принести в дом вирус может папа, бабушка, сама мама: в полной изоляции от мира семья не живет. А вот прогулка на свежем воздухе, наоборот, укрепит здоровье и иммунитет.

