

Летняя прогулка

Дети просто обожают лето, ведь это самое яркое и веселое время года. Оно всегда дарит тепло, радость и множество положительных эмоций. В это время ярко светит и греет солнце, день длинный, можно ходить в легкой одежде, гулять целый день. Это пора каникул и отпусков, когда есть возможность провести время с любимой семьей. Летом множество ягод и фруктов, овощей и зелени. А главное, летом можно найти массу увлекательных занятий!



Прогулка – это лучшее средство укрепления здоровья, повышения иммунитета детей. 3 года - время их активного развития. В будни и в выходные все люди гуляют с детьми. Благодаря прогулке ребенок познает и изучает что-то новое с помощью взрослого. Необходимо приучать детей наблюдать и замечать все

значительное и ценное из того, что происходит на улице. Замечательно, что у ребенка возникают вопросы: Что это такое? и Что это значит?.

На прогулке родитель может спросить у ребенка Какая сейчас погода?

Светит ли солнце? Дует ли ветер? Как называется дерево или какого цвета листья? Сидят ли на ветках птицы и как они называются?. Затем вместе с ребенком перечислить названия всех птиц, которых знает ребенок. Можно обсудить с ребенком, во что одеты окружающие люди? Что ребенок видит вокруг: дома, дороги, машины и магазины? И для чего они нужны людям? После прогулки можно попросить ребенка дома нарисовать то, что он видел на улице, затем рассмотреть и обсудить вместе с ним рисунок.

На прогулке можно также проводить с ребенком игры и упражнения для развития внимания. В играх ребенок учится длительное время сосредотачиваться на определенном объекте. Нужно выявлять интересы ребенка и стараться поддерживать внимание ребенка к тому, что ему интересно. На прогулке с ребенком можно обратить внимание на 2 машины и спросить у ребенка, чем они похожи и чем они отличаются, какого цвета машины.

Детям дошкольного возраста необходимы движения. А любознательность детей привлекает внимание к предметам, создает необходимую эмоциональную настроенность ребенка самостоятельно выполнять упражнения и играть в различные игры.

Движения детей чаще носят игровой характер. Например, дети могут

изобразить "походку" гусей, медведя, зайчика, собаки. Движения положительно влияют на формирование здоровой осанки и гармонично развивают все группы мышц. Главное — вызвать у детей желание двигаться активно и с удовольствием. Двигательная активность детей в игровой форме позволяет развить воображение, внимание, мышление. Можно поиграть с ребенком в игру Перепрыгни через кочки. Вместо кочек положить маленькие кубики. Это развивает равновесие и координацию движений. Игра в кегли тоже развивает внимание детей.

Игра в Мыльные пузыри. Ребенок с удовольствием и вниманием будет следить за полетом мыльных пузырей и скорее всего захочет их поймать. А еще на упавшие мыльные пузыри можно наступать ножками. Игра в Лови мяч. Ребенок с удовольствием и вниманием будет ловить мяч.

Пальчиковая гимнастика помогает концентрировать внимание ребенка и правильно его распределять. Это очень важное умение. И нам нужно помогать его формировать.

Подвижная игра Догонялки развивает внимание и быстроту. Присутствие сказочного персонажа или героя любимой сказки (как игрушки, так и переоде того взрослого) помогает привлечь и активизировать внимание вашего ребенка. Возьмите две игрушки и разыграйте с ними представление: пусть игрушки догоняют друг друга.

Подвижная игра Кошка и мышка развивает внимание ребенка. Введение в двигательный режим детей непрерывного бега способствует развитию выносливости, координации движений, формированию стопы и укреплению организма ребенка.

Но нужно следить, чтобы бег, прыжки дети чередовали с успокаивающими движениями (например, ходьбой), чтобы ребенок не переутомлялся. Эти движения благотворно влияют на развитие всех мышц и всех систем организма ребенка. Игры и упражнения вызывают у детей чувство радости, способствуют снижению простудных заболеваний, повышению иммунитета детей.

Таким образом, правильно организованные и продуманные прогулки в летний период помогают осуществлять задачи всестороннего развития детей.

Составила воспитатель Сизова Н.В.