



Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение МО
г. Краснодар «Детский сад №163»

Консультация для родителей
«Прогулка и её роль в развитии ребенка»

Подготовила:
воспитатель гр. № 10
Гарина Н.А.

«Прогулка и её роль в развитии ребенка»

Прогулка с детьми – это всегда радость, ведь ждут ее и взрослые, и дети., а потом дружно вываливают на улицу и получают наслаждение не только от свежего воздуха, но и от общения друг с другом.

Пребывание детей на свежем воздухе имеет большое значение для физического развития дошкольника. Прогулка является первым и наиболее доступным средством закаливания детского организма.

На прогулке дети играют, много двигаются. Движения усиливают обмен веществ, кровообращение, газообмен, улучшают аппетит. Дети учатся преодолевать различные препятствия, становятся более подвижными, ловкими, смелыми, выносливыми. У них вырабатываются двигательные умения и навыки, укрепляется мышечная система, повышается жизненный тонус.

Прогулка способствует умственному развитию, так как дети получают много новых впечатлений и знаний об окружающем мире.

Одним из важнейших средств познавательного развития детей дошкольного возраста являются наблюдения за природой.

Наблюдения расширяют кругозор детей, обогащают их мышление множеством конкретных сведений о секретах жизни природы. Приобщая ребенка к миру природы с помощью наблюдения, взрослые сознательно развивают различные стороны его личности, пробуждают интерес и желание познавать природу, интерес к жизни животных, желание им помочь, показывают уникальность жизни в любой, даже самой причудливой форме, указывают на сезонные изменения, необходимость сохранять, уважительно и бережно относиться к природе.

Дорогие родители! Учите ребёнка наблюдать. Именно наблюдательность помогает ребёнку развиваться в этом сложном мире. Наблюдение способствует развитию внимания, любознательности, мышления, сенсорного восприятия и речи, у ребёнка формируются нравственные качества.

С наступлением зимы все преобразовывается до неузнаваемости. Лес укрылся белой шубой, река спряталась подо льдом. Что знает Ваш ребенок о жизни природы зимой?

Гуляя на улице во время снегопада, понаблюдайте, как снежинки кружатся в воздух. Рассмотрите их с ребенком, какие они все разные и удивительно красивые. Но у всех снежинок есть одно общее свойство - у всех снежинок по шесть лучей.

Уместно будет поговорить с ребенком о зимней одежде, о том, для чего люди ее надевают. Вспомните зимние виды спорта и порассуждайте, почему летом нельзя кататься на санках или лыжах. Понаблюдайте за снегоуборочной техникой, расскажите о ее помощи людям.

Вспомните, какое дерево было осенью и какое оно сейчас, какие изменения произошли. Сравните лиственные деревья с хвойными. Расскажите, что хвоинки — это те же листочки только маленьким иголочкам, но им требуется меньше тепла и воды.

К зиме готовы не только люди и деревья. Животные и птицы тоже ждали холодов и делали на зиму запасы. Пусть ребенок вспомнит, как звери готовились к зиме осенью. Наблюдайте за повадками животных и птиц. Повесьте за окном кормушку и наблюдайте за птицами, которые прилетят за лакомством.

Прогуляться можно и к водоему, увидеть там своими глазами, что реки и озера на зиму замерзают. Расскажите ребенку о том, как зимуют рыбы и речные животные. Многие насекомые, мелкие рачки вмерзают в лед, но не погибают. А рыбы зимой опускаются на самое дно. Сверху река замерзает, а внизу, возле дна, остается небольшая прослойка не замерзшей воды. Чем сильнее мороз, тем меньше эта прослойка. Но рыбам все равно хватает места.

Наблюдая за природой, ребёнок учится её любить, ценить, понимать её красоту. Такой ребёнок уже не сломает ветку дерева, не разорит муравейник, не обидит кошку и собаку.

Зимние прогулки всегда приносят огромную радость детям. Но зимнее время омрачает радость детей и родителей очень распространенными травмами. **Обезопасить** себя от неприятных последствий зимних прогулок помогут простые и, казалось бы, само собой разумеющиеся правила.

Правило первое: держите ребенка за руку

Поведение детей порой бывает просто непредсказуемым, ребенок может внезапно побежать, последствия в условиях гололеда могут быть очень неприятными. Во избежание подобной ситуации лучше всю дорогу не отпускать руку ребенка. А перед тем, как собираетесь на улицу, регулярно повторяйте с детьми правила безопасного поведения на скользкой дороге — не бегать, не толкаться, не играть, не отпускать руку взрослого.

Правило второе: не спешите

Никогда не надо спешить. Здесь как раз, кстати, поговорка «Тише едешь, дальше будешь». Рекомендуется передвигаться мелкой, шаркающей походкой. Чем шире шаг, тем больше вероятности упасть. Бежать и догонять уходящий транспорт, тоже не стоит. Лучше подождать следующую маршрутку или автобус, чем получить травму.

Правило третье: выбирайте безопасную обувь

Третье правило гласит о том, что взрослая и детская обувь должна быть удобной и безопасной. В гололедицу лучше носить обувь на нескользящей каучуковой или другой подошве с глубоким «протектором». Кожаные подошвы очень сильно скользят.

Зима тем и хороша, что за развлечениями далеко ходить не надо! Достаточно просто выйти из дома, вдохнуть свежий морозный воздух и поиграть в снежки. Это всегда вызывает смех и поднимает настроение.

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