

Как сделать весенние прогулки с дошкольниками познавательными и спортивными.

Холодная, снежная, морозная зима осталась позади, позади суровые морозы и метели. Ей на смену пришла радостная весна. Солнце с каждым днем пригревает все сильнее и сильнее, на улице становится все светлее и гулять с малышами одно удовольствие. Весна – это самое полезное и приятное время года для прогулок с детьми. Именно весной солнце вырабатывает много ультрафиолета, что крайне необходимо для растущего организма. Прогулки на свежем воздухе – это всегда интересное и полезное занятие и очень помогает развитию познавательного интереса. Пройдитесь с ребенком по улице, парку, посмотрите, какие изменения происходят в природе: как набухают почки, пробиваются первые листья, зеленеет трава, появляются первые весенние цветы. Понаблюдайте, как на деревьях вьют гнезда птицы. Можно вместе с малышом сделать скворечник. Именно весенние прогулки помогут Вам и ребенку услышать «весенние звуки» в природе: звон капли, журчание текущих ручьев, пение перелетных птиц. Наблюдать за природой – это очень интересно. В процессе наблюдения дети учатся различать формы, величины, цвета, характер поверхности и многое другое. На прогулке с малышом расскажите ему о весне: почему тает снег, откуда берутся многочисленные ручьи, почему так ярко светит солнце и почему небо голубое, а не серое. Расскажите малышу, какие запахи несет весна: талого снега, березовых почек, первых подснежников и другие. Расскажите, что происходит весной, после того, как растает снег. Возвращаются перелетные птицы из южных стран, набухают почки и пробивается первая травка, появляются первые цветы подснежники. Покажите ребенку вербу, дайте потрогать, расскажите, что верба самая первая распускается весной, на ее запах слетаются жучки, мошки, бабочки. Понаблюдайте за веточками в вазе с водой, как появляются первые листочки. Поясните малышу, почему происходят все эти изменения, познакомьте с понятием «времени года». Расскажите малышу, почему зимой нужно было тепло одеваться, а весной в более легкой одежде. На улице можно выбрать объект наблюдения, и наблюдать за ним каждый день. Например, обратить внимание, что сегодня на этой полянке лежит снег, а завтра мокрая земля, через несколько дней можно будет увидеть молодую травку, а позже и яркие цветы. При таком общении с малышом не только расширяется словарный запас, но и развивается активная речь. Прогулки пешком весной – это активное, полезное физическое упражнение, которое под силу выполнить не только вам, но и вашему ребенку. Такие прогулки полезны для здоровья всего организма, потому что при длительной прогулке будет активизирован ваш организм и все его системы. А если использовать веселые подвижные игры с ребенком весной, тогда он будет активным, меньше подвержен болезням и у него всегда будет хорошее настроение. Что можно предложить интересного на весенней прогулке для вашего ребенка?

1. «Сосчитать перелетных и зимующих птиц».

Перелетные птицы возвращаются в свои края, радуясь весеннему солнцу и теплу. Сосчитать птиц и назвать их.

2. «Пройтись шагами лилипута».

Выбрать место, до которого хотите дойти (нога при шаге становится впрыток к другой ноге).

3. «Веселые кораблики отправляются в плавание».

Изготовить дома кораблики, и запустить их в ручейках.

4. «Следопыты или найти признаки весны в природе».

Вы с ребенком ищите признаки и фотографируетесь на фоне ваших находок.

5. «Рисование мелками на асфальте».

Можно нарисовать пригласительную открытку весне: солнце, перелетных птиц, как набухают почки, голубое небо.

6. «Координацию развиваем - движение выполняем».

Показать движение и повторить противоположное:

Например: взрослый поднимает руки - ребенок их опускает; взрослый присел - ребенок подпрыгнул.

7. «Найди предметы на букву».

Поискать предметы, которые начинаются на разные буквы: взрослый ищет на букву «А», ребенок на «В». Выигрывает тот, кто найдет и назовет больше предметов на свою букву.

8. «Самый прыгучий».

Нарисовать линию старта, от которой начнутся прыжки. Выполнить прыжок в длину с места, место приземления отмечается по пяткам. Выигрывает тот, кто прыгнет дальше.

Желаю вам познавательных и спортивных весенних прогулок с вашим ребенком.

*Статью подготовила
инструктор по ФК
Буланова Л.В.*