**Создание условий и проведение зимней прогулки**

На прогулках зимой находиться без движений нельзя, и никакие другие игры или занятия, кроме подвижных, неприменимы. Для того, чтобы не причинять вреда здоровью детей, следует правильно организовать зимнюю прогулку.

1. Пребывание на свежем, морозном воздухе способствует развитию сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Поэтому дети зимой должны ежедневно гулять.

2. В зимнее время прогулка организуется два раза в день: утром – до обеда и вечером – после ужина.

3. Прогулка не проводится:

- для детей до 4х лет – при tº воздуха ниже –15º C и υ ветра более 15 м/с.

- для детей 5-7 лет – при tº воздуха ниже –20 º C и υ ветра более 15м/с.

4. Одежда не должна стеснять движений детей. Одевать детей следует тепло и легко.

5. При посещаемости детей более 10 человек и в целях недопустимости перегрева, воспитатель выходит на прогулку с I подгруппой детей, остальных выводит помощник воспитателя.

6. Педагогам следует тщательно продумать оформление зимней площадки, рационально разместить снежные постройки:

- горку, ледяные дорожки;

- валы, кубы – для выполнения основных движений;

- крупные сказочные фигурки – для организации сюжетных игр;

- в центре участка – утрамбованную ровную площадку.

7. Все постройки обязательно строятся с соблюдением инструкций по охране жизни и здоровья воспитанников, размеров снежных построек в соответствии с возрастом воспитанников.

8. Следует соблюдать рациональное сочетание видов и форм двигательной деятельности:

- после организованной образовательной деятельности по физической культуре и музыке проводятся наблюдения, опыты в природе, а затем подвижная игра и трудовая деятельность;

- в остальные дни – труд, подвижная игра и затем наблюдения и опыты в природе.

9. Игры следует организовывать в соответствии с зимней тематикой, использованием зимних построек.

10. Чтобы интерес к играм не снижался, следует проводить их, используя новые игровые варианты.

11. Участие педагога в играх детей обязательно! Это поддерживает положительный эмоциональный настрой детей и интерес к различным формам двигательной активности.

12. На зимней площадке следует проводить игры с включением основных движений. Во время прогулки проводится не менее 2 подвижных игр, одну – обязательно с элементами соревнования. Педагогу следует вовлекать в игры всех детей.

13. Исключаются игры, хороводы с пением, с длинными речевками. Педагогам следует следить, чтобы воспитанники громко не кричали, т.к. это может привести к различным заболеваниям горла и голосовых связок.

14. В морозную погоду предпочтительнее проводить такие игры, в которых принимают участие все воспитанники группы.

15. В новые игры с детьми 3-4 лет целесообразно играть в течение 2-3 дней подряд, затем следует усложнять двигательные задачи, используя различные вариации игры.

16. Для детей 5-6 лет дополнительно организуются игры: катание на санках, ходьба на лыжах, прогулки – походы в ближайший зимний лес длительностью от 1,5 до 2 часов на дистанцию 2,5 - 3км. в сопровождении 2 взрослых: 2 воспитателя; воспитатель и помощник воспитателя; воспитатель и родитель.

17. Детей с высоким и средним уровнем Д.А. следует вовлекать в игры на развитие внимания и точности выполнения движений. Детей с низким уровнем Д.А. - вовлекать в игры на быстроту движений, на скорость.