

## «Чтобы зимние прогулки были радостью!»



Наиболее важная причина снижения здоровья детей дошкольного возраста – дефицит двигательной активности. Особенно низкие показатели двигательной активности характерны для прогулок в зимний период. Поэтому воспитатели второй младшей группы «Почемучки» проявляют изобретательность и выдумку в подборке и комбинации игр и упражнений на свежем воздухе.

Наиболее естественным и достаточно эффективным путем повышения двигательной активности детей на зимней прогулке является использование санок. Дети второй младшей группы «Почемучки» с удовольствием катают на санках друг друга, играют в «Лошадки», скатываются с горки. Во время прогулки мы лепим снежные фигурки.

Двигательную активность на прогулке необходимо строго контролировать путем чередования коллективных и индивидуальных форм работы; выполнения заданий разной интенсивности, сочетания двигательной и интеллектуальной деятельности. Все это помогает избежать переутомления детей.



*Воспитатель: Г.В. Уварова*