

О значении прогулки

Пребывание детей на свежем воздухе имеет большое значение для физического развития дошкольника. Прогулка является первым и наиболее доступным средством закаливания детского организма. Она способствует повышению его выносливости и устойчивости к неблагоприятным воздействиям внешней среды, особенно к простудным заболеваниям.

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

Наблюдая за детьми, убеждаешься, что радость общения с природой делает их жизнь эмоционально богаче. Чтобы дети в дальнейшем, во взрослой жизни могли черпать в природе вдохновение и силу, любовь и мудрость, нужно учить их бережно и чутко относиться к растениям и животным, заботиться о них.

Этому их необходимо научить.

Семейные прогулки в природу – самое благоприятное для этих целей время.

Далеко ли можно уйти с ребенком? В 6 лет ребенок спокойно может проходить по прямой до 2,5 км. Это примерно. Много зависит от физического состояния, от тренированности.

Необходимо следить за самочувствием ребенка, дозировать нагрузку, и тогда прогулка принесет только пользу!

Прогулка осенью



Расскажите ребенку, что началом осени принято считать отлет ласточек и стрижей, то есть по природному календарю – первый заморозок на почве, а по астрологическому календарю – день осеннего равноденствия, когда день равен ночи и начинает увеличиваться темное время суток. В сентябре после первых заморозков наступает полоса теплых солнечных дней – бабье лето. В это время в сентябре бывает последняя гроза. Каждый осенний месяц имеет свою характерную особенность:

В сентябре лист на дереве не держится.
В октябре в одном часу и дождь и снег;
Ноябрь – ворота зимы.

Прогулка зимой

Зимой следует обратить внимание детей на то, что дни стали короче, похолодало, осыпалась листва с деревьев, оголились леса, ударил мороз, выпал снег, улетели многие птицы. Регулярно проводить наблюдения за погодой, приучать детей замечать и называть явления: холодно, ветер, идет снег, светит солнышко...

Снег рано привлекает внимание детей. Ребята с удовольствием рассматривают снежинки: похожи на крошечную звездочку, только лучей не пять, а шесть. Стоитдохнуть на нее, и, превратившись в капельку, она на морозе через 1-2 минуты станет полупрозрачной круглой льдинкой. На руке она превращается в капельку воды. Объясните, почему это происходит. Снежинки падают редко, часто: мохнатые, иголочками, блестящие... В зависимости от погоды меняются свойства снега: липкий, рыхлый сыпучий, плотный...



Прогулка весной



Ранней весной часты редкие перепады температуры. Из-за оттепелей на снегу появляется ледяная корочка - наст. На крышах сосульки. В начале весны сосульки бывают сначала только на одной стороне строений, а некоторое время спустя - и на другой стороне тоже. Стаивание снега на крыше идет неравномерно: одни сосульки длиннее и толще, другие тоньше. Обратить внимание на неравномерность освещения поверхности земли в течение дня. А вот проталинки-лунки появились у стволов деревьев. Под кленом лунка глубокая, почти до земли. У березы луночка едва наметилась. В чем дело? Под кленом теплее. Предметы нагреваются неодинаково. Темные сильнее, светлые меньше. Потому - то и белая кора березы холоднее темной коры клена.

Рассказать о весеннем солнышке. Трудится оно с утра до вечера, спешит, пробуждает и траву, и цветы, деревья от зимнего сна. Радует солнышко и птичек, и людей. Солнце утром раскрашивает небо в красные, желтые, розовые цвета. Просыпаются птички, цветы, бабочки. Солнце греет землю, помогает расти всему живому в природе. Вечером оно садится за тучу, закрывает глазки и становится вокруг темно. Вместе с солнцем все живое засыпает.

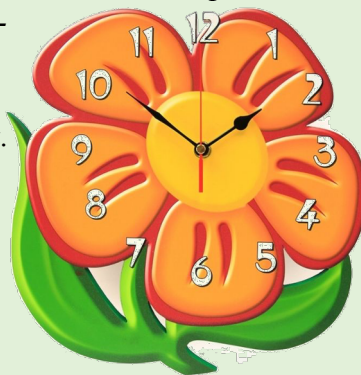
Прогулка летом

Многие дети боятся грома. Нужно доступно им объяснить это явление природы.

Во время прогулок все это дает большой простор для развития наблюдательности дошкольника. Во время грозы обратить их внимание на яркие сполохи молнии, прислушайтесь вместе с ними к громовым раскатам. До того, как начнется гроза, можно увидеть ее приближение. Обратить внимание, как внезапно и очень быстро темнеет небо. Как ветер сгоняет тучи, несет пыль, листья, скручивая их столбом, поднимаясь от земли.

Во время дождя замечаем, что птички не поют, спрятались от дождя; прислушаемся, как шумит дождь, стучат его капли по крыше домов, веранды.

В солнечный день покажите детям, как работают «цветочные часы»: в 6 утра просыпаются одуванчики, через час - полевой осот, в 8 - вьюнок, в 9 - полевая гвоздика. Осот «засыпает в 9 утра, гвоздика - в час дня. В час одуванчики сжимают желтенькие цветы в зеленый «кулачок». В 2 дня закрываются маки, около 5 вечера - незабудки, в 6 часов опускаются под воду белые кувшинки. В пасмурную погоду ход «цветочных часов» нарушается. В дождь они совсем останавливаются.



Информационный буклет «Прогулки в природу»

