**Эх, зимушка – зима! До чего ж ты, хороша!**

Зима - не только самое холодное, но и самое интересное время года. Мы живем в регионе, где зима богата морозами и снегами, дающими детям множество возможностей для различных забав. Она радует нас незабываемыми зимними пейзажами, удивительными снежными постройками, смешными снеговиками, разнообразными спортивными играми. Она способствует проявлению большей двигательной активности, что благотворно влияет на укрепление физического развития ребенка.

Именно в зимний период мы в своей группе стараемся оказывать стимулирующее воздействие на организм детей, помогая им укреплять все его функции, развивать их физические способности. А дети наши – особенные, со сложной структурой дефекта. Они больше других нуждаются в том, чтобы их здоровью и развитию уделяли больше внимания, их необходимо каждый день чем - то удивлять и радовать. Физические упражнения на воздухе, прогулки в любую погоду, закаляют наших детей, способствуют развитию разнообразных физических качеств.

С этой целью большое внимание мы уделяем оформлению и благоустройству своего участка. И хотя он у нас совсем небольшой, здесь все продумано для организации активных физических нагрузок. Уже с середины ноября месяца на нашем участке появилась снежная горка, на которой дети с удовольствием и детским азартом катаются на ледянках. А сколько интересных игр и заданий можно придумать, скатываясь с горки!!! Во время катания у детей развиваются такие качества, как выносливость, настойчивость, выдержка.

Для развития ловкости рук, координации движений умения действовать с предметами, развития глазомера мы вылепили скульптуру собаки с корзинкой, куда дети могут забрасывать снежки, мячики, шишки, кубики. Все эти действия заставляют ребенка двигаться, наклоняться, поднимать, бросать и т.д. Вокруг снежной собачки дети могут бегать, шагать, скакать, водить хоровод, а также используют этот персонаж при проведении подвижных игр. Для спрыгивания, перешагивания, бега змейкой мы вылепили снежные пенечки. Прекрасный домик из снега привлекает детей к уединению или наоборот помогает им организовать интересные ролевые игры на воздухе.

Одним из самых интересных занятий по укреплению здоровья детей в этот период года, стала для нас « скандинавская» ходьба с палками. Учитывая возможности наших детей - пока это совсем небольшие расстояния. Не у всех детей хватает терпения. Но постепенно они идут все дальше и дольше. Почти на каждой прогулке мы проводим катание на санках. Дети с радостью действуют с ними самостоятельно или катают друг друга. Не забываем мы на прогулках и про лыжи. Ходьба на них укрепляет все мышечные группы

Увлекательнейшим занятием для наших детей является игра в снежки. Для этого на нашем участке построена необычная снежная крепость. Соорудили мы ее быстро и просто: взяли полиэтиленовые мешки, насыпали в них снег, завязали и наставили их друг на друга. Теперь мы организовываем снежные атаки и игры.

Такой активный отдых на зимнем участке закаливает ребенка, неоценим для здоровья и его физического развития.

МБДОУ № 10 Г. Апатиты, Мурманской области.

Педагоги гр. «Теремок» - Савинич Л.А, Лисова Н.П.



