



Цель: Привлекать родителей и детей к отдыху на природе. Продолжать приобщать родителей и детей к здоровому образу жизни, развивать желание и умение проводить отдых с пользой, весело, энергично. Воспитывать дружеские отношения между детьми, родителями, воспитателями.

Задачи:

1. Обеспечить детям полноценный активный отдых на зимней прогулке.
2. Доставить детям удовольствие от взаимодействия с родителями.
3. Привлекать родителей к активному отдыху с детьми, расширяющему границы жизни дошкольников и формирующему навыки безопасного поведения во время отдыха.
4. Развивать желание активно проводить совместные досуги.
5. Развивать быстроту, ловкость, силу, выносливость.
6. Формировать навыки безопасного поведения при катании с горки.

Кататься с горок зимой – это древняя традиция на Руси. В давних временах такое развлечение имело особенный смысл. Люди считали, что катание с горок способно пробудить жизненные силы. Действительно стремительный спуск со снежной горки захватывает дух, дарит веселье и ребёнок получает значительный заряд бодрости.

Кто не любит кататься с горки зимой?! Эта русская забава устойчиво сохраняется в нашем быту и по сей день. Но оказывается это не просто развлечение, ведь дети во время этого веселого процесса приобретают очень ценный опыт. А вот какой, поговорим в этой статье.

Когда дети спускаются с горы, они скользят. И не важно, делают ли они это на ногах или на попе. Во время скольжения человек ощущает контакт тела с почвой, которые отличаются от тех ощущений, когда он ходит, сидит или просто стоит. Соприкосновение с опорой, с землей были очень значимыми и яркими в ранний период жизни ребенка, когда он учился ползать, впервые начал стоять и ходить. По мере взросления, полученные ранее ощущения притупляются и доводятся до автоматизма.

Но контакт тела с почвой под ногами недооценивать нельзя. Ведь нормальный обмен энергией с окружающей средой влияет на самостоятельность человека в жизни. Так например, люди у которых есть серьезные проблемы, связанные с недостаточной контактностью, склонны переносить вес тела на носки, а не наступать всей стопой.

Детки катаются тремя основными способами: на попе, на корточках и на ногах. 3-5летние малыши только начинают кататься без мамы. Начинаящие дети сначала переживают самостоятельный спуск с горы. Ему нужно понять, что такое катиться самому, как это можно сделать. На первых порах ребенок может чувствовать себя одиноким, когда родители подталкивают его с горки. Чтобы лучше осознать сам процесс катания, дети могут спускаться сначала санки или комки снега. Ведь ему еще нужно осознать и воочию увидеть, как происходит спуск.



Дети постарше, которые уже в совершенстве катаются на попе, предпочитают улучшить скольжение, используя картон, санки-ледянки, ящики, фанеры и т.д. Они уже умеют управлять ситуацией: могут сильно оттолкнуться, чтобы набрать максимальную скорость и катятся на спуске очень далеко. Очень многие детки любят кататься на животе или на спине, таким образом они увеличивают и усиливают телесный контакт с землей. Дети делают все, чтобы максимально оживить все ощущения и переживания во время спуска и после него. Такие действия наполняют его энергией и радостью. И недаром дети не любят, когда их зовут домой и просят закончить кататься.

Ребенок школьного возраста уже умеет кататься на ногах и способен съезжать с длинных высоких и неровных горок. И это еще одно важное умение, которое ребенок осваивает. Так он решает множество двигательных задач и продолжает тренировать и прорабатывать свое тело и свою психику. Умение сохранять устойчивость и равновесие пригодится на протяжении всей жизни ребенка.

Понаблюдайте за детьми на горке. Каждый ребенок выбирает для себя тот способ, который соответствует его возможностям. Он стремится показать все свои достижения, но избегает получить травму. Обычно дети хорошо чувствуют свой предел.

Во время катания на горке очень ярко проявляются способности ребенка придумывать новые задачи, обогащая ситуацию и развивая свою личность в целом. Катаясь, ребенок также проявляет свою степень активности, уверенности в себе и находчивости. Очень хорошо видны его страхи и его притязания, а также уровень самооценки. Если Вы видите, что ребенок не достаточно хорошо и уверенно катается с горки, да и вообще ему это занятие не нравится, то может быть стоит подумать над вопросом, как повысить самооценку у ребенка и помочь ему стать более раскованным и уверенным в себе.

Катание с горки дает ребенку большой социальный опыт. Он учится взаимодействовать с абсолютно разными детьми и взрослыми. Тем самым он расширяет способы своего поведения в жизни. Также он знакомится с социальными нормами и правилами. Ведь детей на горках много, а самих спусков всего 1-2. Поэтому возникает очередь, и если не учитывать особенности возраста, ловкости и подвижности детей, которые идут сзади или катятся впереди, то велика вероятность получить травмы.

Пока Ваш ребенок катается с горки, можно не просто мерзнуть, дожидаясь, когда можно будет пойти домой, а понаблюдать за ним и получить возможность лучше узнать свое чадо.

Катайтесь с ледяных и деревянных горок, ведь они дают детям так много для решения многих психологических проблем и физического развития.