

**Организация прогулки
(Основная образовательная
программа дошкольного
образования МБДОУ детский
сад «Золотой ключик»
п. Ванино)**

**Составила воспитатель
Голубева Мария Сергеевна**

Сан Пин 2.4.1. 2660 – 10. п. 12.5.)

- Ежедневная продолжительность прогулки детей в ДООУ составляет около 2.5- часа в зимний период и 3,5-4 часа в летний период.
- -Прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину дня – до обеда и во вторую половину дня – после дневного сна и (или) перед уходом детей домой.
- При температуре воздуха ниже - 15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже - 15°C и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет, а для детей 5-7 лет - при температуре воздуха ниже - 20°C и скорости ветра более 15 м/с.

Прогулка состоит из следующих частей:

- наблюдение,
- подвижные игры,
- труд на участке,
- самостоятельная игровая деятельность детей,
- индивидуальная работа с детьми по развитию физических качеств.

Подготовка к прогулке

- Чтобы дети не перегревались и не простужались, выход на прогулку организовывается подгруппами;
- продолжительность регулируется индивидуально, в соответствии с возрастом, состоянием здоровья и погодными условиями.
- Детей учат правильно одеваться, в определенной последовательности.

Один раз в неделю с 3-х летнего возраста с детьми проводят **целевые прогулки**.

Модель двигательной активности детей младшего дошкольного возраста на прогулке

Содержание работы	Длительность
Прогулка: (1-я половина дня) <ul style="list-style-type: none">- динамическая минутка;- наблюдения в природе;- сюжетно-ролевые игры;- трудовая деятельность;	15-20 минут
Индивидуальная развивающая работа с детьми: <ul style="list-style-type: none">- развитие двигательной сферы ребенка по рекомендациям инструктора по физкультуре.- развитие психических процессов по рекомендациям психолога.	8 минут 10-12 минут

Модель двигательной активности детей младшего дошкольного возраста на прогулке

Содержание работы	Длительность
Прогулка: (2-я пол. дня) <ul style="list-style-type: none">- совместная игровая деятельность воспитателя с детьми;- подвижные игры;- игры по интересам детей;- игры с элементами ТРИЗ;- опытническая работа;- создание условий для самостоятельной двигательной деятельности	10-12 минут 10 минут 10-12 минут 30-40 минут

Модель двигательной активности детей ср. и ст. дошкольного возраста на прогулке

Содержание работы	Длительность
<p>Прогулка: (1-я пол. дня) Динамическая минутка; Трудовая деятельность; Индивидуальная и подгрупповая работа по развитию движений (с учетом ДА); Совместная игровая деятельность воспитателя с детьми: - интерактивные подвижные игры на развитие «эмоционального интеллекта»; - подвижные игры на развитие коммуникативных навыков; - интерактивные подвижные игры на развитие психических процессов; - психогимнастика по Чистяковой М.И.; - подвижные игры для снятия эмоциональной напряженности</p>	<p>15-20 мин. 10 мин. 10-12 мин.</p>

Модель двигательной активности детей ср. и ст. дошкольного возраста на прогулке

Содержание работы	Длительность
<p>Создание условий для самостоятельной двигательной деятельности детей:</p> <ul style="list-style-type: none">- двигательные игры: скамейки, турники, рукоходы, легкоступы, щит для метания, стойки с веревочками и др.;- спортивные упражнения: мячи, скакалки, обручи, бадминтон, баскетбол;- сюжетные игры: ленты на кольцах, султанчики, мячи, дротики и др.;- игры с элементами спорта: хоккей, футбол, городки и др.; игры-эстафеты	25-30 мин.

Модель двигательной активности детей ср. и ст. дошкольного возраста на прогулке

Содержание работы	Длительность
<p>Прогулка: (2-я пол. дня) Совместная игровая деятельность воспитателя с детьми (с учетом ДА). Игры с элементами ТРИЗ. Опытническая работа. Создание условий для самостоятельной двигательной деятельности.</p>	<p>10-12 мин. 10 мин. 10-15 мин. 30-40 мин.</p>

Циклограмма планирования образовательной деятельности в первой младшей группе (прогулка)

День недели	Содержание
Понедельник	1. Наблюдение за окружающим миром 2. Подвижные игры с бегом
Вторник	1. Наблюдение за животными 2. Подвижные игры с прыжками
Среда	1. Наблюдение за транспортом 2. Подвижные игры с лазанием
Четверг	1. Наблюдение за растениями 2. Подвижные игры на координацию движений
Пятница	1. Прогулка вокруг детского сада 2. Подвижные игры на ориентировку в пространстве

Циклограмма планирования образовательной деятельности в первой младшей группе (прогулка)

3. Индивидуальная работа по развитию движений
4. Игры по инициативе детей, выносными игрушками.

Циклограмма планирования образовательной деятельности во второй младшей группе (прогулка)

День недели	Содержание
Понедельник	<ol style="list-style-type: none">1. Наблюдение за природой и природными явлениями.2. Подвижные игры с бегом и прыжками.3. Труд на участке4. Индивидуальные подвижные игры и упражнения с метанием.
Вторник	<ol style="list-style-type: none">1. Наблюдение за растительным миром, уход за растениями.2. Подвижные игры с прыжками.3. Труд, помощь взрослым4. Индивидуальные подвижные игры с бегом.
Среда	<ol style="list-style-type: none">1. Наблюдение за животным миром2. Подвижные игры с лазанием и метанием.3. Труд, индивидуальные трудовые поручения.4. Индивидуальные подвижные игры и упражнения с прыжками.

Циклограмма планирования образовательной деятельности во второй младшей группе (прогулка)

День недели	Содержание
Четверг	<ol style="list-style-type: none">1. Наблюдение за трудом людей, транспортом (ОБЖ правила ДД)2. Подвижные игры с метанием.3. Труд на участке.4. Индивидуальные подвижные игры и упражнения с лазанием.
Пятница	<ol style="list-style-type: none">1. Целевые прогулки и прогулки по экологической тропе (ОБЖ в природе)2. Народные подвижные игры.3. Индивидуальные игры и упражнения с бегом и метанием.

Циклограмма планирования образовательной деятельности во второй младшей группе (прогулка)

- Наблюдения за явлениями природы.
- Подвижные игры.
- Работа с родителями.

Циклограмма планирования образовательной деятельности в средней группе (прогулка)

День недели	Содержание
Понедельник	<ol style="list-style-type: none">1. Наблюдение за природой, небом2. Подвижные, народные игры с бегом и ходьбой.3. Труд в природе (ОБЖ)4. Игры с подгруппой детей
Вторник	<ol style="list-style-type: none">1. Наблюдение за животными и птицами.2. Подвижные и народные игры с прыжками и бегом.3. Труд, помощь взрослым.4. Индивидуальные упражнения в прыжках.
Среда	<ol style="list-style-type: none">1. Наблюдение за транспортом.2. Подвижные, народные игры с лазаньем и ходьбой.3. Труд, уход за растениями4. Упражнения в метании.

Циклограмма планирования образовательной деятельности в средней группе (прогулка)

День недели	Содержание
Четверг	<ol style="list-style-type: none">1. Наблюдение за растениями и деревьями.2. Подвижные, народные игры на развитие координации движений.3. Труд, помощь малышам.4. Игры с подгруппой детей
Пятница	<ol style="list-style-type: none">1. Работа на экологической тропе.2. Поисковая деятельность, экспериментирование.3. Труд на участке4. Дидактические упражнения на экологические темы.

Циклограмма планирования образовательной деятельности в средней группе (2 прогулка)

День недели	Содержание
Понедельник	Продолжение наблюдений. Подвижные игры по желанию детей. Индивидуальные беседы с родителями.
Вторник	Сюжетно-ролевые игры. Подвижные игры. Индивидуальные беседы с родителями.
Среда	Продолжить дневные наблюдения за природными явлениями. Подвижные игры. Консультации для родителей.
Четверг	Сюжетно-ролевые игры. Подвижные игры. Индивидуальные консультации для родителей.
Пятница	Сюжетно-ролевые игры. Подвижные игры. Индивидуальные беседы с родителями.

Циклограмма планирования образовательной деятельности в старшей группе (прогулка)

День недели	Содержание
Понедельник	<ol style="list-style-type: none">1. Наблюдение за погодой: осадки, ветер, облачность.2. Подвижные игры с бегом и прыжками.3. Труд, трудовые поручения.4. Игры с выносным материалом (ОБЖ в природе)
Вторник	<ol style="list-style-type: none">1. Наблюдение за растительным миром, насекомыми.2. Подвижные игры с прыжками.3. Труд, помощь малышам.4. Индивидуальные упражнения в метании.
Среда	<ol style="list-style-type: none">1. Наблюдение за птицами.2. Подвижные игры с лазанием и метанием.3. Труд, уход за растениями.4. Индивидуальные подвижные игры и упражнения в беге.

Циклограмма планирования образовательной деятельности в старшей группе (прогулка)

День недели	Содержание
Четверг	<ol style="list-style-type: none">1. Наблюдение за трудом людей, транспортом (ОБЖ правила ДД)2. Подвижные игры на метание.3. Труд, помощь взрослым.4. Индивидуальные упражнения в лазании.
Пятница	<ol style="list-style-type: none">1. Целевые прогулки и прогулки по экологической тропе, экспериментальная деятельность (ОБЖ в природе)2. Подвижные игры с бегом, народные игры.3. Индивидуальные игры и упражнения с бегом и метанием.

Циклограмма планирования образовательной деятельности в старшей группе (2-я прогулка)

День недели	Содержание
Понедельник	Наблюдения, сюжетно-ролевые игры, игры с элементами спорта. Работа с родителями.
Вторник	Наблюдения, подвижные игры с мячами и скакалками. Работа с родителями.
Среда	Наблюдения, народные игры. Работа с родителями.
Четверг	Наблюдения, подвижные игры с прыжками (резиночки, классики). Работа с родителями.
Пятница	Наблюдения, подвижные игры по желанию детей. Работа с родителями.

Циклограмма планирования образовательной деятельности в подготовительной группе (прогулка)

День недели	Содержание
Понедельник	<ol style="list-style-type: none">1. Наблюдение за природой (осадки, ветер, облака)2. Труд в природе (ОБЖ)3. Подвижные игры с бегом, ориентировкой в пространстве.4. Индивидуальные упражнения в беге
Вторник	<ol style="list-style-type: none">1. Наблюдение за растительным миром, насекомыми.2. Подвижные игры на лазание, народные игры (ОБЖ в играх)3. Труд, помощь малышам.4. Индивидуальные упражнения в метании.
Среда	<ol style="list-style-type: none">1. Наблюдение за птицами.2. Подвижные игры на метание, народные игры, индивидуальные упражнения в лазании.3. Труд, уход за растениями.4. «Дыхательная гимнастика» (ЗОЖ)

Циклограмма планирования образовательной деятельности в подготовительной группе (Прогулка)

День недели	Содержание
Четверг	<ol style="list-style-type: none">1. Наблюдение за трудом людей, транспортом (ОБЖ правила ДД)2. Подвижные игры с элементами футбола, хоккея (игры-соревнования)3. Труд, помощь взрослым.4. Индивидуальные упражнения в прыжках
Пятница	<ol style="list-style-type: none">1. Экологическая тропа (наблюдения, эксперименты), ОБЖ2. Подвижные игры с бегом, ориентировка в пространстве3. Индивидуальные игры в бадминтон, катание на велосипеде (санках, люжах)

Циклограмма планирования образовательной деятельности в подготовительной группе (2-я прогулка)

День недели	Содержание
Понедельник	Наблюдение за явлениями природы; Подвижные игры Работа с родителями
Вторник	Наблюдения Сюжетно-ролевые игры, подвижные игры Индивидуальные беседы с родителями
Среда	Наблюдения. Подвижные игры Консультации для родителей
Четверг	Продолжить дневные наблюдения за природными явлениями Подвижные игры Работа с родителями
Пятница	Наблюдения Сюжетно-ролевые игры Индивидуальные беседы с родителями