



# **Значение прогулки в развитии детей дошкольного возраста**

Разработала Солдаткина С.И.  
воспитатель высшей квалификационной категории

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.



На прогулке дети играют, много двигаются. Движения усиливают обмен веществ, кровообращение, газообмен, улучшают аппетит. Дети учатся преодолевать различные препятствия, становятся более подвижными, ловкими, смелыми, выносливыми. У них вырабатываются двигательные умения и навыки, укрепляется мышечная система, повышается жизненный тонус. Прогулка способствует умственному развитию, так как дети получают много новых впечатлений и знаний об окружающем мире.



## **Структура прогулки:**

1. Наблюдение.
2. Подвижные игры: 2-3 игры большой подвижности, 2-3 игры малой и средней подвижности, игры на выбор детей, дидактические игры.
3. Индивидуальная работа с детьми по развитию движений, физических качеств.
4. Труд детей на участке.
5. Самостоятельная игровая деятельность.

Последовательность структурных компонентов прогулки может варьироваться в зависимости от вида предыдущего занятия. Если дети находились на занятии, требующем повышенной познавательной активности и умственного напряжения, то в начале прогулки целесообразно провести подвижные игры, пробежки, затем — наблюдения.

Если до прогулки было физкультурное или музыкальное занятие, прогулка начинается с наблюдения или спокойной игры.

Каждый из обязательных компонентов прогулки длится от 7 до 15 минут и осуществляется на фоне самостоятельной деятельности.



## Наблюдение.

Большое место на прогулках отводится наблюдениям (заранее планируемым)

за природными явлениями и общественной жизнью.

Наблюдения можно проводить с целой группой детей, с подгруппами, а также с отдельными малышами.

В младшем возрасте наблюдения должны занимать не более 7-10 минут и быть яркими, интересными, в старшем возрасте наблюдения должны составлять от 15 до 25 минут.

Проводить их надо ежедневно, но каждый раз детям должны предлагаться разные объекты для рассмотрения.



## Объектами наблюдений могут быть:

Живая природа: растения и животные;

Неживая природа: сезонные изменения и различные явления природы (дождь, снег, текущие ручьи);

Труд взрослых. Наблюдения за трудом взрослых (дворника, шофера, строителя)

организуются 1-2 раза в квартал.



## Виды наблюдения:

Кратковременные наблюдения организуются для формирования о свойствах и качествах предмета или явления (дети учатся различать форму, цвет, величину, пространственное расположение частей и характер поверхности, а при ознакомлении с животными — характерные движения, издаваемые звуки и т.д.

Длительные наблюдения организуются для накопления знаний о росте и развитии растений и животных, о сезонных изменениях в природе. Дети при этом сравнивают наблюдаемое состояние объекта с тем, что было раньше.





**Организуя наблюдения, воспитатель должен всегда Соблюдать данную последовательность:**

1. устанавливаются факты;
  2. формируются связи между частями объекта;
  3. идет накопление представлений у детей;
  4. проводятся сопоставления;
  5. делаются выводы и устанавливаются связи между проводимым сейчас наблюдением и проведенным ранее.
- Окружающая жизнь и природа дают возможность для организации интересных и разнообразных наблюдений.





## Инструкция проведения прогулок в ДОУ.

1. Разработку прогулки начните с календарного планирования.

Ее цели и задачи должны соответствовать текущим планам на данный период времени. Включите в программное содержание прогулки воспитательные, обучающие и развивающие задачи.

2. Подготовьте все необходимое оборудование для организации деятельности детей. Обратите внимание на выносной материал.

Он должен соответствовать содержанию прогулки, отвечать требованиям безопасности.

Кроме того, выносной материал должен быть подобран в соответствии с возрастом детей.

Обязательно проверьте количество игрушек.

Их должно хватить для всех детей.

Недопустимо, чтобы кто-то из дошкольников испытал недостаток оборудования для игры.

3. Составьте краткий план прогулки и зафиксируйте его на карточке.

Это позволит планомерно осуществить намеченные задачи.

Кроме того, это облегчит проведение прогулки.

4. Обязательно настройте воспитанников на прогулку.

Пусть они почувствуют радость от предстоящей деятельности.

В таком случае она окажется продуктивной. Кроме того,

хорошее настроение в сочетании с физическими упражнениями

будет способствовать улучшению общего самочувствия дошкольников.

5. Подготовьте участок для проведения прогулки.

На нем не должно быть ядовитых или колючих растений, грибов, кустарников с ягодами.

Кроме того, необходимо убрать весь мусор с территории участка.

6. В летнее время каждое утро необходимо поливать и перекапывать песок в песочнице.

Это поможет подготовить песочницу к приходу детей,


а также позволит обнаружить возможный мусор в песке.

При проведении прогулки обязательно чередуйте виды

деятельности дошкольников. Прогулку начните с наблюдения.

Это могут быть наблюдение за объектами живой и неживой природы, людьми разных профессий.

7. Включите в прогулку трудовую деятельность.

The background features a vibrant green color palette with stylized, glowing leaves and stems. A bright, ethereal light source at the top center creates a lens flare effect, with rays of light extending downwards. The overall aesthetic is clean, fresh, and positive.

**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ**