

# Прогулка в детском саду - важнейший режимный МОМЕНТ

Консультация для начинающих воспитателей  
Подготовила воспитатель высшей категории  
Лосева Наталья Викторовна



# Функциональные обязанности воспитателя при проведении прогулки регулируются

Основной общеобразовательной программой дошкольного образования учреждения

Инструктивно-методическим письмом «Об организации воспитательной работы с детьми на прогулке» МП РСФСР от 17.07.1980 г. №295-М

Приказом по учреждению «Об охране жизни и здоровья воспитанников»



# Время прогулки в режиме

**Сан ПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций"**

- 11.5. Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3-4 часа. Продолжительность прогулки определяется дошкольной образовательной организацией в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15 С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать.**
- 11.6. Рекомендуется организовывать прогулки 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой.**



# Цели и задачи прогулки в дошкольном учреждении

**Прогулка** – очень важный режимный момент жизнедеятельности детей в ДОУ.

**Цель прогулки** – укрепление здоровья, профилактика утомления, физическое и умственное развитие детей, восстановление сниженных в процессе деятельности функциональных ресурсов организма.

**Задачи прогулки:** оказывать закаливающее воздействие на организм в естественных условиях; способствовать повышению уровня физической подготовленности детей дошкольного возраста; оптимизировать двигательную активность детей; способствовать познавательно-речевому, художественно-эстетическому, социально-личностному развитию детей.



# Значение прогулки для детей

- -удовлетворить естественную биологическую потребность ребенка в движении;
- -обеспечить развитие и тренировку всех систем и функций организма ребенка через специально организованную для данного возраста двигательную активность и физические нагрузки;
- -сформировать навыки в разных видах движений;
- -способствовать развитию двигательных качеств и способностей ребенка;
- -стимулировать функциональные возможности каждого ребенка и активизировать детскую самостоятельность;
- -создать оптимальные условия для разностороннего развития детей: активизации мыслительной деятельности, поиска адекватных форм поведения, формирования положительных эмоциональных и нравственно-волевых проявлений детей.



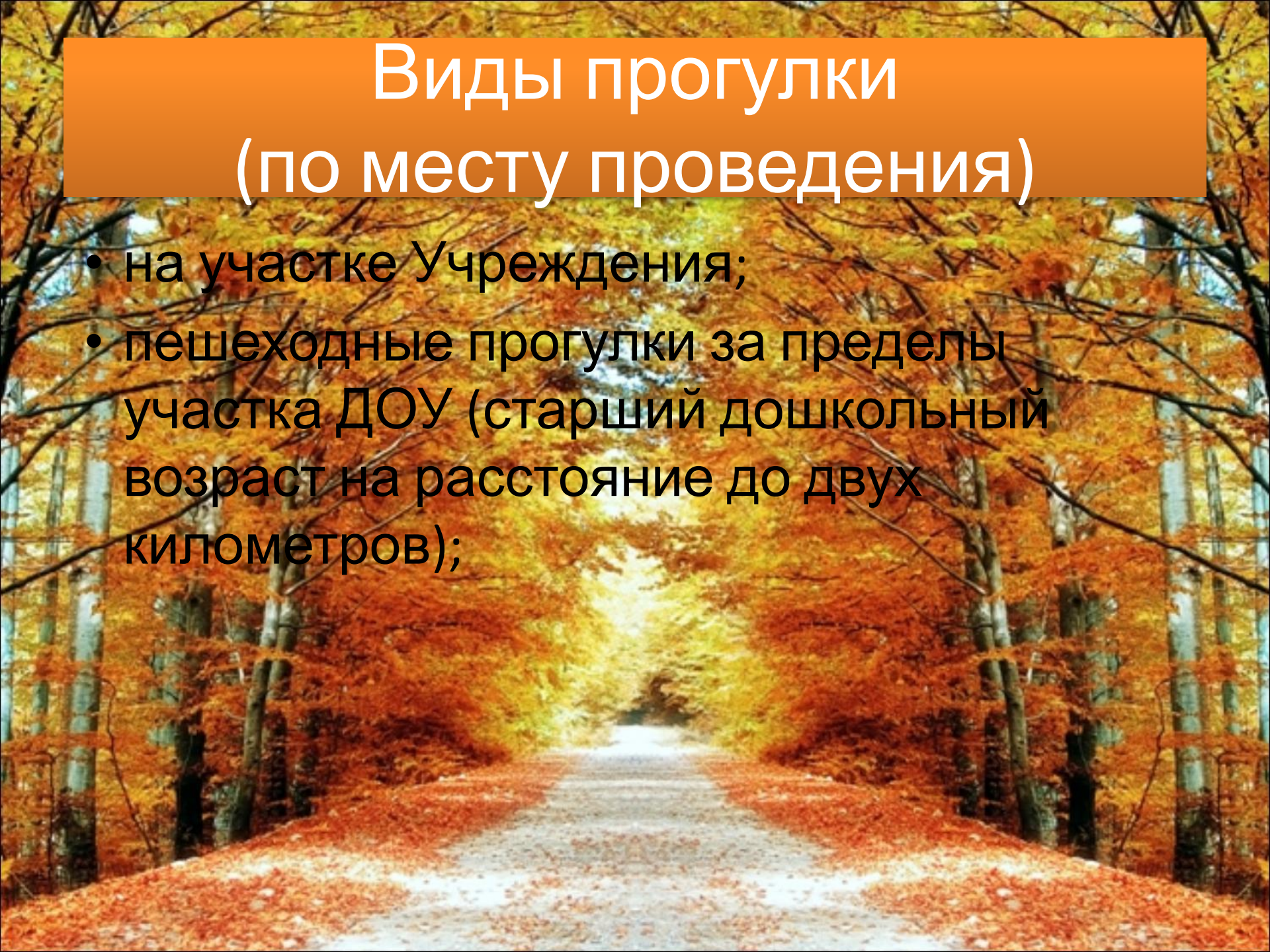
# Значение прогулки для воспитателя





# Виды прогулки (по месту проведения)

- на участке Учреждения;
- пешеходные прогулки за пределы участка ДООУ (старший дошкольный возраст на расстояние до двух километров);





# Требования к подготовке и возвращению с прогулки

Перед выходом на прогулку воспитатель организывает с детьми проведение гигиенических процедур: чистку носа, посещение туалетной комнаты.

Одевать и раздевать детей при подготовке и возвращении с прогулки необходимо по подгруппам:

## Этапы подготовки к прогулке.

воспитатель выводит в приемную для одевания первую подгруппу детей, в которую включает медленно одевающихся детей, детей с низкими навыками самообслуживания

помощник воспитателя проводит гигиенические процедуры со второй подгруппой и выводит детей в приемную

воспитатель выходит с первой подгруппой детей на прогулку, а помощник воспитателя заканчивает одевание второй подгруппы и провожает детей на участок к воспитателю

в помощь при одевании в каждую группу раннего и младшего дошкольного возраста закрепляются сотрудники из числа рабочего и медицинского персонала ДОУ

детей с ослабленным здоровьем рекомендуется одевать и выводить на улицу со второй подгруппой, а заводить с прогулки с первой подгруппой.



# Возвращение с прогулки

Возвращение детей с прогулки также организуется по

помощник воспитателя уводит с участка первую подгруппу детей. Дети второй подгруппы продолжают гулять еще в течение 10 - 15 минут с воспитателем



Помощник воспитателя помогает детям развязать шарфы, расстегнуть и снять верхнюю одежду, сложить одежду в шкафчик. Раздевшись, дети спокойно идут в группу и играют

В летний период после возвращения детей с прогулки необходимо организовать гигиеническую процедуру – мытьё ног.



# Порядок одевания детей

Во избежание перегревания детей необходимо придерживаться следующего порядка одевания: в начале дети надевают колготки, гамаши, затем кофты, комбинезон, обувь и лишь в последнюю очередь шапки, верхнюю одежду и шарф.

Необходимо знакомить детей с последовательностью одевания, особенно в ясельной и младшей группе. Схемы-модели могут в этом помочь



# Порядок хранения одежды в шкафчике

На верхней полке кладется шарф, шапка. Кофта, гамаши, колготки, тёплые штаны, верхнюю одежду вешают на крючок. Рукавички на резинке должны быть продернуты через рукава и вешалку верхней одежды. Обувь ставят на нижнюю полку, сверху кладут носки.



# Требования к одежде детей

в любое время года одежда и обувь должны соответствовать погоде на данный момент и не должны способствовать перегреванию или переохлаждению детей;

при колебаниях температуры от  $+3$  до  $-3^{\circ}\text{C}$  и слабом ветре одежда детей должна состоять из трех слоев, включая белье. Верхняя одежда состоит из утепленной куртки, брюк или гамаш; на ногах утепленные ботинки;

при температуре от  $-4$  до  $-10^{\circ}\text{C}$  детям надевают зимнюю куртку или пуховик при трех слоях одежды.

при более низких температурах рекомендуется увеличивать количество слоев одежды до четырех или пяти в зависимости от теплозащитных свойств верхней одежды.

в летний период во избежание перегрева детям надевают легкие головные уборы.

**В уголок для родителей следует поместить рекомендации по закаливанию, соответствующие возрасту детей и времени года. Призывайте родителей не перегревать ребенка, одевать детей в соответствии с погодными условиями.**



# Структура прогулки



Наблюдения в мире животных



Наблюдения в мире растений



Наблюдения в неживой природе



Труд в природе



Нравственно-этические беседы



Знакомство с городом



Самостоятельная деятельность



Организация двигательной деятельности



Индивидуальная работа





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 вначале прогулки проводятся 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 детей.

Содержание прогулок определяется программой по ознакомлению детей с окружающим с учетом предшествующей деятельности детей, педагогических и оздоровительных задач, и строится в соответствии с календарным планированием в каждой возрастной группе.



# Совместная деятельность

- Спортивные игры (бадминтон, футбол, скакалка длинная, кегли...), подвижные игры
- Спортивная площадка
- Горки и качели
- Экскурсия вокруг здания детского сада
- Наблюдения за общественными явлениями и окружающим миром
- Экспериментирование
- Труд в природе



# Самостоятельная деятельность

- Рисование мелом на асфальте, палочками на песке, лабиринты, «классики»
- Игры с песком (кулички, постройки, транспорт, посадки, лабиринты)
- Игры с ветром
- Игры с водой
- Игры с игрушками
- Конструирование из бумаги, природного материала
- Ролевые игры



# Наблюдения

## Организация наблюдений:

процесс наблюдения может быть организован за объектами и погодными явлениями. При планировании наблюдений воспитатель продумывает: оборудование и материалы, используемые по ходу наблюдения, размещение детей; приемы привлечения внимания детей к наблюдению (сюрпризные моменты, загадки, постановка познавательной задачи, проблемная ситуация); приемы активизации умственной деятельности (поисковые вопросы, действия, сравнение,



# Организация двигательной активности

**В двигательную деятельность детей на прогулке следует включать:**

**подвижные игры и физические упражнения на утренней прогулке:**

**в младшей группе – 6-10 мин, в средней группе – 10- 15 мин, в старшей и подготовительной группах – 20-25 мин.**

**На вечерней прогулке: в младшей и в средней группах – 10-15 мин, в старшей и подготовительной группах – 12-15 мин.**

**Подвижные игры можно дополнять или заменять спортивными упражнениями или в старшем дошкольном возрасте спортивными играми, играми с элементами соревнований.**

**К спортивным упражнениям относятся: катание на санках, на лыжах, катание на велосипедах, самокатах.**

**К спортивным играм относятся: городки, баскетбол, бадминтон, настольный теннис, футбол, хоккей**



# самостоятельная двигательная активность

Характер и продолжительность зависят от индивидуальных потребностей и интересов детей, развивающей среды;

- индивидуальные задания (в соответствии с календарным планированием).

В зависимости от погодных условий двигательная деятельность детей на воздухе может быть различной интенсивности, чтобы дети не переохлаждались или не перегревались. Организацию двигательной активности воспитатель продумывает перед выходом на прогулку, ориентируясь на конкретные метеоусловия.

Не допускается длительное нахождение детей на прогулке без движений. Особого внимания требуют дети со сниженной подвижностью, малоинициативные, которых следует вовлекать в подвижные игры.

- Игры с высоким уровнем интенсивности движений не следует проводить в конце утренней прогулки перед уходом с участка, так как дети в этом случае становятся перевозбуждёнными, что отрицательно сказывается на характере дневного сна, увеличивает длительность периода засыпания, может быть причиной снижения аппетита



# Организация индивидуальной работы

- в соответствии с календарным планированием воспитатель осуществляет индивидуальную работу по познавательно- речевому, социально-личностному, физическому или художественно- эстетическому развитию детей;
- с этой целью подготавливает все необходимые материалы и оборудование.



# Трудовые поручения

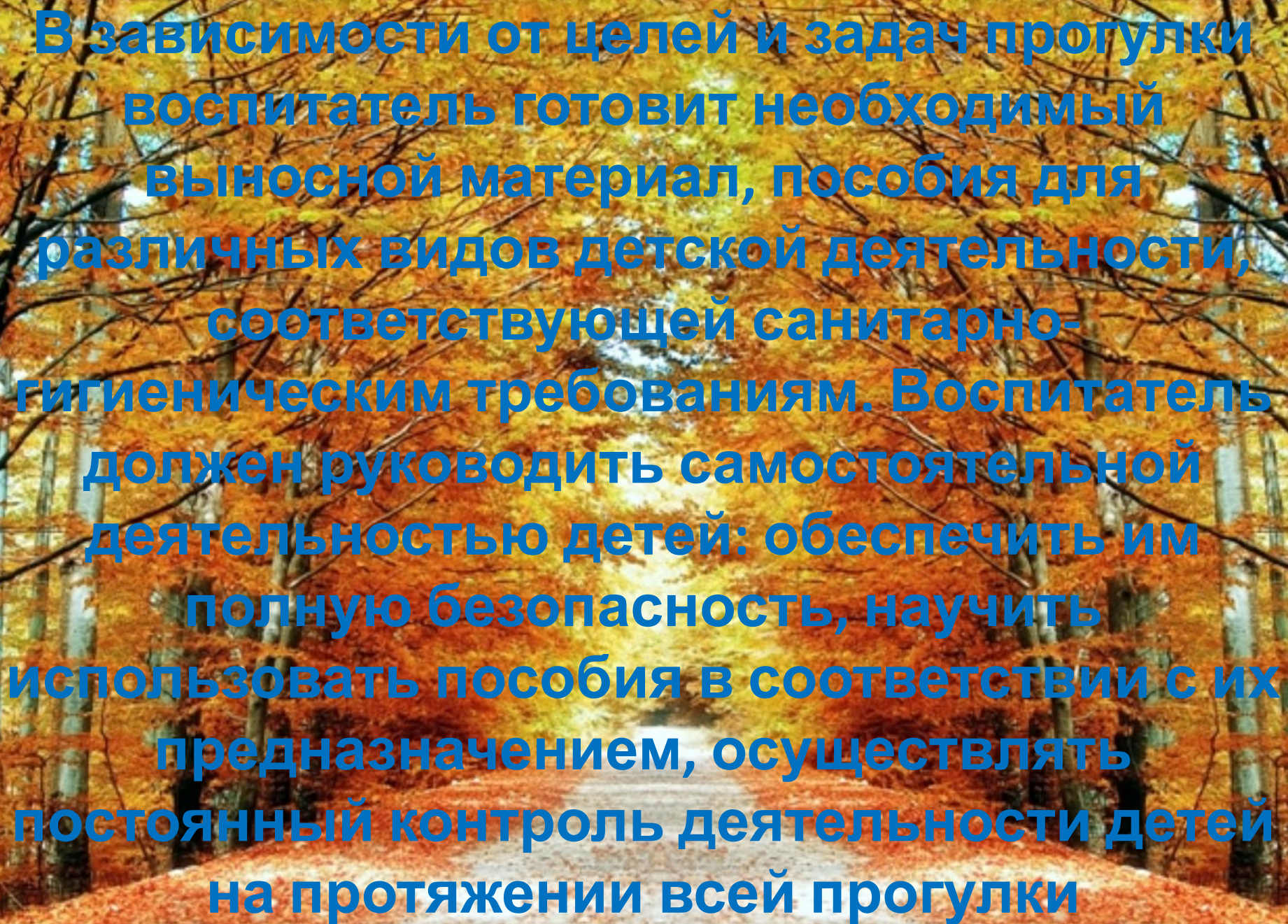
- воспитатель привлекает детей к сбору игрушек;
- оказанию посильной помощи по наведению порядка на участке после прогулки, уходу за растениями и т.д.



# Качество прогулки

- Нравственные качества личности воспитателя
- Профессионализм воспитателя
- Своевременная подготовка к прогулке
- Созданные условия для проведения прогулок
- Систематическое проведение содержательных прогулок





**В зависимости от целей и задач прогулки воспитатель готовит необходимый выносной материал, пособия для различных видов детской деятельности, соответствующей санитарно-гигиеническим требованиям. Воспитатель должен руководить самостоятельной деятельностью детей: обеспечить им полную безопасность, научить использовать пособия в соответствии с их предназначением, осуществлять постоянный контроль деятельности детей на протяжении всей прогулки**



# Интересные формы прогулок



Прогулка-открытие



Прогулка-

СЕКРЕТ



Прогулка-созерцание, творчество



Прогулка-лабиринт



Прогулка-праздник



# Интересные формы прогулок

- ПРОГУЛКА НАБЛЮДЕНИЕ
- ПРОГУЛКА-ЗАДАНИЕ
- ПРОГУЛКА-ЗАДАЧА
- ПРОГУЛКА-ПОИСК
- ПРОГУЛКА-ФАНТАЗИЯ
  - сделать зарисовку;
  - изготовить поделку из природного материала;
  - сплести венок, корзину;
  - составить букет из листьев, цветов, веток;
  - придумать сказку, стихотворение, рассказ.
- ПРОГУЛКА-ПОХОД
- ПРОГУЛКА-ПОКАЗ
- ПРОГУЛКА-ПРАКТИКУМ, ЭКСПЕРИМЕНТ
  - предусматривает закрепление представлений:
    - по правилам дорожного движения;
    - по правилам безопасности;
    - по трудовым навыкам;
    - по ориентированию;
    - по культуре поведения.
  - КОМБИНИРОВАННАЯ ПРОГУЛКА проводится в сочетании с:
    - играми;
    - спортивными занятиями;
    - трудом;
    - экскурсией



# Литература

Прогулки в детском саду . Младшая и средняя группы. Методическое пособие

Авторы: [Кравченко И.В.](#) / [Долгова Т.Л.](#)

- 1.Издательство: [Сфера](#), 2013
- 2. Ануфриева « Летние забавы на прогулке». //Дошкольное воспитание №8-1999г. №4-1998г.
- 3. Николаева «Ознакомление с трудом взрослых и явлениями природы в разные сезоны. //Дошкольное воспитание №6-1989г.
- 4. Шевченко. « Летняя прогулка будет интереснее». //Дошкольное воспитание №1-1984г.
- 5. Александровна « Разыгрываем сказки». //Дошкольное воспитание №11-1996г.
- 6. Вавилова Е.Н. Укрепляйте здоровье детей. [Текст]:Пособие для воспитателей д/сада /Е.Н. Вавилова.- М.: Просвещение, 1986.- 128с.
- 7. Змановский Ю. Воспитательно-оздоровительная работа в дошкольных учреждениях //Дошкольное воспитание.- № 9.- 1993.- с.23-25.
- 8. Иващенко О.Н. Общие принципы организации двигательной деятельности детей на прогулке.//Дошкольное воспитание.- № 11.- 2007.- с.56-59
- 9. Рунова М. Зимняя прогулка //Дошкольное образование.- №12.- 2003.- с.35-40.
- 10. Рунова М. Формирование оптимальной двигательной активности. //Дошкольное воспитание - № 6.- 2000.- с.30-37.
- 11.Теплюк С. Работа с детьми на прогулке //Дошкольное воспитание.- №1.- 1990.- с.34-42.
- 12.Организация деятельности детей на прогулке. Старшая группа  
Авторы-составители: Кобзева Т. Г. / Александрова Г. С. / Холодова И. А.