

# Прогулка- режимный момент жизнедеятельности детей.

Выполнила: Тихонова  
Евгения Анатольевна  
воспитатель 1  
категории

- Цель прогулки- укрепление здоровья, профилактика утомления, физическое и умственное развитие детей, восстановление сниженных процессов деятельности функциональных ресурсов организма.

# Задачи прогулки

- Оказывать закаливающие воздействие на организм в естественных условиях
- Способствовать повышению уровня физической подготовленности детей
- Оптимизировать двигательную активность детей
- Способствовать познавательно-речевому, художественно-эстетическому, социально-личностному развитию детей.

# Структурные элементы прогулки

- Наблюдение
- Двигательная активность: подвижные игры, спортивные игры, спортивные упражнения.
- Индивидуальная работа по различным направлениям развития детей
- Трудовые поручения
- Самостоятельная деятельность детей

Последовательность структурных компонентов прогулки может варьироваться в зависимости от вида предыдущей деятельности.

Каждый из обязательных компонентов прогулки длится (младший дошкольный возраст) от 7- 10 минут.

# Продолжительность прогулки

В течении года прогулки проводятся ежедневно.

Общая продолжительность прогулки составляет 4-4,5 часа.

Для достижения оздоровительного эффекта в летний период в режиме дня предусматривается максимальное пребывание детей на свежем воздухе с перерывами для приема пищи и сна.

# Наблюдения

Могут быть организованы за объектами и погодными явлениями.

Например: растительный мир (за цветами, деревьями кустарниками)

животный мир( за насекомыми, домашними животными ,птицами)

неживая природа(за погодой ,солнцем, дождем)

труд людей в природе (за трудом старших детей на огороде)

Использование стихотворений, загадок , пословиц , примет – позволяет сделать прогулку более эмоциональной.

# Двигательная активность

В двигательную активность следует включать:

подвижные игры и физические упражнения;

Подвижные игры в младшей группе 6-10 минут , в средней 10-15 минут.

Подвижные игры можно дополнять или заменять спортивными упражнениями.

Игры планируются и проводятся воспитателем с учетом пожеланий детей, по рекомендации физорга или тематически.

Ежедневно рекомендуется планировать две подвижные игры(утром и вечером)

В младшем дошкольном возрасте воспитатель обязан регулировать нагрузку, выбирать место для проведения игр, наблюдать за состоянием детей.

Например: игры с прыжком ,бегом ,метанием .

# Индивидуальная работа

Планируется , при этом учитываются рекомендации узких специалистов. Это может быть закрепление каких-либо навыков, разучивание физкультурных упражнений(с одним или несколькими детьми), заучивание стихов, работа над звукопроизношением.

# Трудовые поручения

Для организации педагогу необходимо знать и соблюдать требования гигиены детского труда , правила охраны жизни и здоровья детей (использование не травмоопасных предметов ).

Летом рекомендуется работать с детьми не в жаркие часы(утром и вечером), обязательно чередовать виды работы.

Инвентарь должен соответствовать возрасту детей.

Например: сбор сухих семян деревьев, сбор камушков и цветов, помощь в посадке, уборка участка от сухих веток ,сбор природного материала.

# Самостоятельная деятельность

Дети участвуют в играх самостоятельно, организуются в небольшие группы, свободно бегают, прыгают, догоняют друг друга, играют с мячом, со скакалкой.

Такие игры ценны тем, что каждый ребенок может проявить инициативу и выполнить задуманное. Роль воспитателя заключается в организации условий для самостоятельной деятельности (необходимое оборудование участка, выносной материал: атрибуты, игрушки).

# Выносной материал на прогулку в летний период

- Игрушки для игр с песком и водой , бросовой материал(баночки, крышечки, брусочки, пакетики)
- Тазы с водой, бумажное полотенце, корзина для мусора
- Материалы для игр с ветром(вертушки, султанчики, ленточки)
- Игрушки для сюжетных и театрализованных игр(маски, пальчиковый театр)
- Спортивные атрибуты(обручи , кегли, скакалки, мячи,кольцеброс .

- Настольно- печатные игры по возрасту детей
- Материал для труда в корзине(лопатки, грабли, веник, совок, лейка)
- Материал для художественно-творческой деятельности(бумага , карандаши, трафареты, пластилин)
- Художественная литература для чтения и рассматривания на прогулке.
- Покрывала, теневые навесы.