



# Организация прогулки детей в дошкольном учреждении


*«День, проведённый без прогулки – потерян для  
малыша»*

# Значение прогулки для ребенка

- Пребывание детей на свежем воздухе имеет большое значение для физического развития. 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.

- Каждый ребенок – маленький исследователь, он с радостью и удивлением открывает для себя окружающий мир. Дети стремятся к активной деятельности, и важно не дать этому стремлению угаснуть, способствовать его дальнейшему развитию. Чем полнее и разнообразнее будет организована детская деятельность на прогулке, тем успешнее будет идти развитие детей, лучше реализуются потенциальные возможности и детские творческие проявления. Поэтому наиболее близкие и естественные для детей виды деятельности, такие как игра, общение со взрослыми и сверстниками, экспериментирование, наблюдение, детский труд занимают в ходе прогулки особое место.



- 
- *Прогулка — это уникальная возможность не только оздоровить детей, но и обогатить ребенка новыми знаниями, показать опыты, материал для которых предоставляет сама природа, развить внимание, память.*

# Структурными компонентами прогулки являются:


- *Разнообразные наблюдения.*
- *Основные движения и подвижные игры.*
- *Дидактические игры.*
- *Трудовая деятельность.*
- *Самостоятельная игровая деятельность детей.*

# Утренняя прогулка – наиболее благоприятное время для проведения подвижных игр и физических упражнений.

- *На прогулке воспитатель использует разнообразные упражнения в основных видах движений, например, пробежки с разной скоростью небольшими подгруппами (но не более 2-х раз в неделю), упражнения в прыжках, метании, бросании и ловле мяча (цель–подготовка к спортивным играм), различные виды с мячом и др.*







**Современные требования к обновлению образовательного процесса предполагают обеспечение максимального разнообразия прогулок по содержанию и организации:**

# Прогулки-походы

*Представляют собой организованный вид деятельности, в ходе которого решаются оздоровительные задачи, совершенствуются двигательные навыки и физические качества детей, удовлетворяются их познавательные потребности, воспитывается любовь и эстетическое отношение к природе. Проводить их следует с детьми старшего дошкольного возраста. Оптимальное количество таких прогулок две-три в год. Если проводить их чаще, то эти прогулки могут утратить свою привлекательность, у детей снизится к ним интерес. Развлекательные прогулки с персонажем направлены на создание позитивного эмоционального фона, эмоциональную и психологическую разгрузку детей, удовлетворение их потребности в двигательной активности детей.*

**Формы организации** могут быть разнообразными и вариативными, поскольку зависят не только от поставленных целей и задач, но и от тематической направленности и смысловой насыщенности.

# Прогулки с персонажем

- Прогулки с персонажем хорошо использовать для мотивации воспитанников к определённому виду деятельности. Персонаж помогает заинтересовать всех детей группы, привлечь их к совместной игровой деятельности, наблюдениям, труду. Дети охотно выполняют просьбы гостя-персонажа, а он обращается к ним с вопросами, просит что-либо объяснить, показать, может научить играть в новую игру, которую дошкольники уже знают.
- Для поддержания интереса воспитанников, развития их внимательности время от времени рекомендуется вносить изменения: зимой медвежонку надевают шапку, волку-варежки, в летнее время лиса появляется в ярком платке, зайчик- в фартуке, а мишка- в красной рубашке т. д.

# Прогулка-событие

- *Посвящается определённой теме (Дню космонавтики, Дню защитника Отечества, Дню Победы, Дню города, Дню знаний и др.) или событию в детском саду (установили новый игровой комплекс, спортивное оборудование, обновили песок в песочницах и др.). Прогулка-событие (тематическая прогулка) помогает воспитателю подчеркнуть важность события, уточнить их знания, выяснить характер восприятия определённой темы. Прогулка данного вида обогащает знания воспитанников дошкольной образовательной организации, расширяет представления об окружающем мире, удовлетворяет их потребность в опытах и экспериментах, развивает творчество, поддерживает интерес к прогулке как к режимному моменту и формирует желание выходить на прогулку.*

# Спортивные прогулки

- Направлены на укрепление здоровья, профилактику утомления, физическое и умственное развитие, оптимизацию двигательной активности детей. При правильной организации прогулки оказывают закаливающее воздействие на организм в естественных условиях, способствуют повышению уровня физической подготовленности детей дошкольного возраста. Акцент в таких прогулках делается на формировании физических качеств, воспитании интереса к спорту и здоровому образу жизни.
- Спортивные прогулки могут проводиться не реже одного - двух раз в месяц в те дни, когда организуется образовательная деятельность, требующая большой умственной нагрузки, или организованная образовательная деятельность по художественному творчеству. В зависимости от погодных условий двигательная активность детей на воздухе может быть различной интенсивности, чтобы они не переохлаждались или не перегревались. Как именно будет организовано двигательная активность, воспитатель определяет перед выходом на прогулку, ориентируясь на конкретные метеоусловия.

- В ходе спортивной прогулки следует чередовать задания с высокой двигательной активностью и игры малой подвижности, командные игры и подгрупповые, индивидуальные упражнения. Спортивная прогулка не может быть насыщена только двигательными видами деятельности. Рекомендуется подбирать задания познавательного характера и спортивной направленности. Спортивные прогулки требуют предварительной работы. Важным этапом подготовки к проведению спортивной прогулки является накопление детьми опыта пользования предметами: ракеткой, мячом, скакалкой и т. д. Так как на спортивной прогулке воспитанники играют вместе с воспитателем или воспитателем по физической культуре, то они овладевают навыками быстрее.

# Прогулка-трудова́я акция

- В прогулках – трудовых акциях преобладают трудовые поручения, воспитанники приобщаются к разным формам труда в соответствии с сезоном и погодными условиями при сохранении общей двигательной активности детей. У детей формируется понимание, что труд на природе – это не игра или развлечение, а серьёзное занятие.
- **Цель и задачи** таких прогулок определяются воспитателем исходя из приобретённых навыков и трудовых умений воспитанников, а также их физических возможностей. Труд в природе способствует расширению кругозора детей дошкольного возраста, получению доступных знаний. Выполнение соответствующих заданий требуют сочетания как умственных, так и волевых усилий.
- Помня, что труд дошкольников в природе создаёт благоприятную среду для их **физического развития**, совершенствует движения, укрепляет нервную систему, доставляет им удовольствие и радость, воспитатели в каждой возрастной группе должны позаботиться об условиях для трудовой деятельности в соответствии с возрастом воспитанников.



- Дети средней группы выполняют трудовые поручения самостоятельно, заботятся о растениях, рыхлят землю, вместе с взрослыми выращивают на участке овощи и цветы. При этом у дошкольников воспитываются настойчивость и привычка прилагать трудовые усилия для достижения цели, формируются навыки несложной коллективной работы.
- Старшие дошкольники, в свою очередь, учатся трудиться во все времена года.

- **Осенью** на участке они могут убирать овощи, собирать семена, выкапывать луковицы растений из грунта в уголок природы, в перекопке гряд и клумб, в посадке деревьев и кустарников.
- **Зимой** воспитанники могут убирать снег на дорожках, подкармливать зимующих птиц, ухаживать за обитателями уголка природы, выращивать для них корм.
- С наступлением **весны** дошкольникам поручают перекапывать, рыхлить землю, делать грядки и клумбы, сеять крупные и мелкие семена, ухаживать за растениями на огороде, в саду и цветнике.
- **Летом** они могут рыхлить землю, поливать, пропалывать, прореживать и подвязывать растения, собирать урожай.

- Дошкольников учат правильно пользоваться лопатой, совком, граблями, лейкой.
- Следует помнить, что максимальное время, отведённое для выполнения старшими дошкольниками трудовых действий на прогулке, в старшем возрасте не должно превышать 30-40 минут. Детям надо разъяснять правила безопасного обращения с предметами и выполнения трудовых операций, вырабатывать у них определённые трудовые навыки.

