

# Организация и проведение прогулки

## в детском саду.



Подготовила: старший воспитатель  
ГБДОУ детский сад № 28  
Г.Б. Голубева

# Цели и задачи прогулки в дошкольном учреждении

**Прогулка** – один из основных режимных моментов 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.

Режим дня детского сада предусматривает проведение дневной прогулки после занятий и вечерней после полдника.

Продолжительность пребывания детей на свежем воздухе по новым нормам СанПиНа составляет 3 - 4 часа в день.

Режим дня детского сада предусматривает проведение дневной прогулки после занятий и вечерней после полдника.

## **Виды прогулки (по месту проведения):**

- на участке Учреждения;
- пешеходные прогулки за пределы участка ДОУ .



**«День, проведенный ребенком без прогулки, потерян для его здоровья» Г.А. Сперанский .**

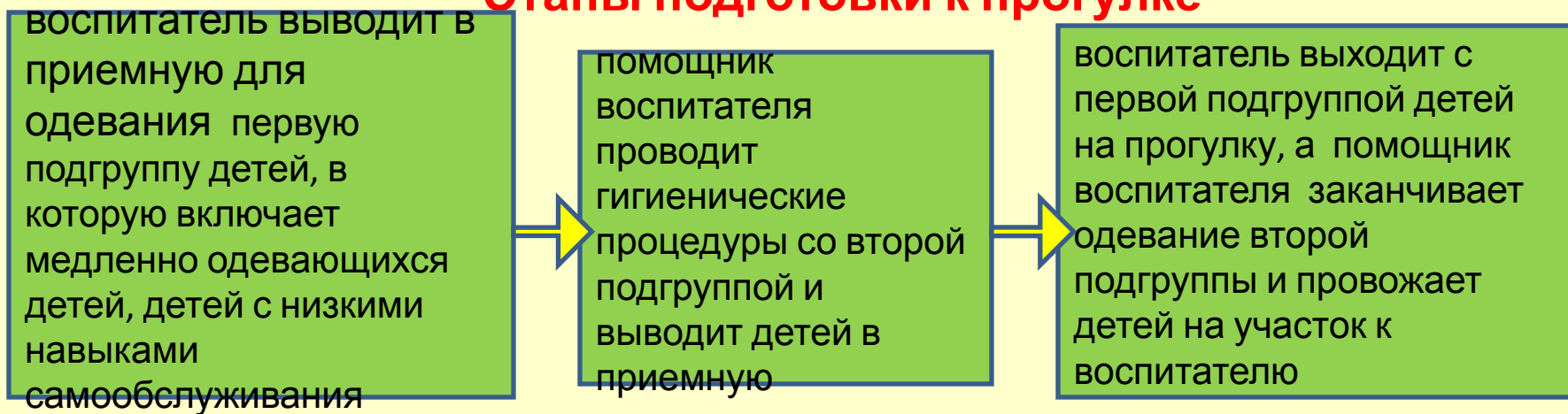
# Требования к подготовке и возвращению с прогулки

Перед выходом на прогулку воспитатель организует с детьми проведение гигиенических процедур.

**Одевать и раздевать детей при подготовке и возвращении с прогулки необходимо**

по подгруппам:

## Этапы подготовки к прогулке



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 подгруппам.

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.

# 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;



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.**

**Требования к содержанию прогулок на участке ДООУ.  
Прогулка должна состоять из следующих структурных  
элементов.**

**САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ  
ИГРОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ  
ДЕТЕЙ**

**ИНДИВИДУАЛЬНАЯ РАБОТА ПО  
РАЗЛИЧНЫМ НАПРАВЛЕНИЯМ  
РАЗВИТИЯ ВОСПИТАННИКОВ**

**труд**

**ДВИГАТЕЛЬНАЯ  
АКТИВНОСТЬ:  
ПОДВИЖНЫЕ, СПОРТИВНЫЕ  
ИГРЫ, СПОРТИВНЫЕ  
УПРАЖНЕНИЯ**

**наблюдение**

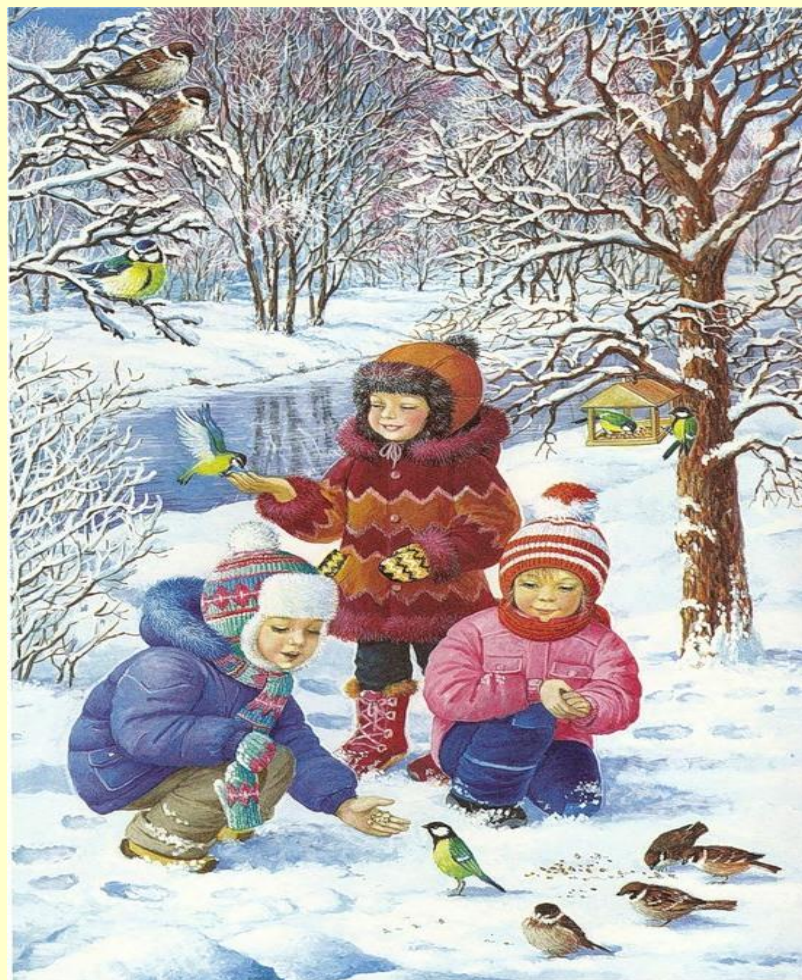
**Последовательность структурных компонентов прогулки может варьироваться в зависимости от вида предыдущего занятия. Если дети находились на занятии, требующем повышенной познавательной активности и умственного напряжения, то вначале прогулки проводятся подвижные игры, пробежки, затем – наблюдения. Если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

# Наблюдения.

Наблюдение можно проводить с целой группой детей, с подгруппой, а также с отдельными малышами. Процесс наблюдения может быть организован за природными явлениями и общественной жизнью. 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, использование детского опыта).





# 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 соответствие 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

Во время прогулки необходимо уделять внимание трудовой деятельности. Содержание и форма ее организации зависит от погоды и времени года.

- - воспитатель привлекает детей к сбору игрушек;
- - оказанию посильной помощи по наведению порядка на участке (сбор листьев, сгребание снега, расчистка дорожек от снега, уход за растениями и так далее)
- Необходимо стремиться сделать детский труд радостным, помогающим малышам овладеть полезными навыками и умениями. Трудовые поручения должны быть посильными и вместе с тем требовать от них определенных усилий.





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.