

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОВЕДЕНИЮ ПРОГУЛОК В ДЕТСКОМ САДУ

старший воспитатель Минаева С.В.

*«День, проведённый ребёнком без прогулки,
потерян для его здоровья»*

Г.А. Сперанский

Значение прогулки

Прогулка – один из режимных моментов, в процессе которого педагог решает образовательные задачи. Прежде всего, задачи образовательной области «Физическое развитие». Пребывание детей на свежем воздухе имеет большое значение для здоровья, физического развития дошкольника. Прогулка является первым и наиболее доступным *средством закаливания* детского организма. Она способствует повышению его выносливости и устойчивости организма 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*. Во время пребывания на участке или на улице дети осваивают содержание образовательной области «Познавательное развитие», «Социально-коммуникативное развитие»: получают много новых представлений об окружающем: о труде взрослых, о транспорте, о правилах уличного движения и т.д. Из наблюдений они узнают об особенностях сезонных изменений в природе, подмечают связи между различными явлениями, устанавливают элементарную зависимость. Наблюдения как одна из форм организации познавательно-исследовательской деятельности вызывают у них интерес, поисковые вопросы, на которые они стремятся найти ответ. Все это развивает познавательную активность, интерес, наблюдательность, воображение детей, расширяет представления об окружающем мире.

Правильно организованные и продуманные прогулки помогают осуществлять задачи всестороннего развития детей.

Требования к подготовке и проведению прогулок

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.

Создание условий для эффективного проведения прогулок.

Чтобы дети охотно собирались на прогулку, воспитатель заранее продумывает ее содержание, вызывает у детей интерес к ней с помощью создания игровой ситуации, или рассказа о том, чем они будут заниматься.

Воспитателю необходимо создать разнообразную игровую среду, которая должна обеспечивать ребенку познавательную активность, должна соответствовать его интересам и иметь развивающий характер.

Требования к содержанию прогулок

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. Элементарный бытовой труд на участке.

5. Самостоятельная игровая деятельность.

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

Наблюдение.

Большое место на прогулках отводится наблюдениям за сезонными явлениями в живой и неживой природе. Важно закреплять представления детей о том, что эти изменения влияют на жизнь животных и человека, научить делать выводы о взаимосвязях различных природных явлений.

Окружающая жизнь и природа дают возможность для организации интересных и разнообразных наблюдений. Например, можно обратить внимание на облака, их форму, цвет, сравнить их с известными детям образами. Следует организовать и наблюдения за трудом взрослых, которые работают вблизи детского сада. Наблюдение развивает пытливость, любознательность.

Подвижные игры.

Ведущее место на прогулке отводится играм, преимущественно подвижным. В них развиваются основные движения, снимается умственное напряжение от занятий, воспитываются моральные качества.

Выбор игры зависит от времени года, погоды, температуры воздуха. В холодные дни целесообразно начинать прогулку с игр большей подвижности, связанных с бегом, метанием, прыжками. Веселые и увлекательные игры помогают детям лучше переносить холодную погоду. В сырую, дождливую погоду (особенно весной и осенью) следует организовать малоподвижные игры, которые не требуют большого пространства. Время проведения подвижных игр и физических упражнений на утренней прогулке: в младших группах – 6 – 10 минут, в средних – 10-15 минут, в старших и подготовительных – 20-25 минут. На вечерней прогулке: в младших и средних группах – 10-15 минут, в старших и подготовительных – 12 -15 минут.

Каждый месяц разучивание 2-3 подвижных игр

Во время прогулок воспитатель проводит индивидуальную работу с детьми: для одних организует игру с мячом, метание в цель, для других - упражнение в равновесии, для третьих - спрыгивание с пеньков, перешагивание через преграды, сбегание с пригорков.

Необходимо для игр готовить несложный инвентарь и иметь в запасе интересные считалки.

Дидактические игры и упражнения.

Являются одним из структурных компонентов прогулки. Они непродолжительны, занимают по времени от 3 до 6 минут.

Каждая дидактическая игра состоит: из дидактической задачи, содержания, правил, игровых ситуаций.

Дидактическое упражнение может быть предложено детям в начале, в конце, а может вплестись в ход наблюдения, например, «Принеси желтый листик», «Найди по листу дерево», «Найди дерево или кустарник по описанию» и т.д.

На прогулках осуществляется работа и по речевому развитию ребенка: разучивание потешек или небольшого стихотворения, закрепление трудного для произношения звука и т. п.

Во время самостоятельной игровой деятельности дети отражают впечатления, полученные в процессе ООД, экскурсий, повседневной жизни, усваивают знания о труде взрослых. Происходит это в процессе сюжетно-ролевых игр. Воспитатель поощряет игры в семью, космонавтов, пароход, больницу и др. Во время прогулки воспитатель следит за тем, чтобы все дети были заняты, не скучали.

Индивидуальная работа

На прогулке наряду с общей работой осуществляется и индивидуальная работа с различными целями:

- преодоление застенчивости;
- развитие наблюдательности;
- воспитание трудолюбия, трудовых навыков;
- речевое развитие;
- отработка спортивных элементов.

Индивидуальная работа с детьми направлена на создание благоприятных условий для положительных эмоциональных и морально-волевых проявлений детей, активизацию детской самостоятельности, стимулирование индивидуальных возможностей каждого ребенка.

Самостоятельная деятельность детей

Самостоятельная деятельность детей на прогулке также нуждается в грамотном руководстве.

Воспитатель может предложить детям организовать сюжетно-ролевую или подвижную игру, занимательные задания. Обращая внимание на каждого ребенка, воспитатель постоянно должен держать в поле зрения всех детей: вовремя предотвратить возникающий конфликт, похвалить тех, кто по собственной инициативе навел порядок на веранде, на участке, собрал игрушки. Так создаются хорошие условия для всестороннего развития и воспитания детей на прогулке.

Трудовая деятельность детей на участке.

Большое воспитательное значение имеет трудовая деятельность на прогулке. Важно, чтобы для каждого ребенка задания были посильными, интересными и разнообразными, а по длительности – не превышали 10-20 минут.

Формами организации труда детей являются:

- Индивидуальные трудовые поручения;
- Работа в группах;
- Коллективный труд.

Прогулка - режимный момент, в процессе которого решаются образовательные задачи, в том числе, это могут быть задачи, предполагаемые решить в рамках сетки образовательной деятельности. Прогулки должны быть направлены на формирование общей культуры, развитие физических, интеллектуальных и личностных качеств, формирование разнообразных видов деятельности, обеспечивающих социальную успешность, сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста, коррекцию недостатков в физическом и психическом развитии детей.

При организации прогулок происходит интеграция образовательных задач всех образовательных областей, что обеспечивает целостность образовательного процесса, непрерывное, всестороннее развитие дошкольников с учетом их интересов, способностей; дает возможность показывать ребенку мир во всем его многообразии, развивать в единстве познавательную, эмоциональную и практическую сферы личности ребенка.