Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
 «Средняя общеобразовательная школа №2 с. Карагач»  
Прохладненского муниципального района КБР

Структурное подразделение дошкольного образования №1

**Сообщение к совету педагогов №3**

**«Использование прогулки в целях развития движений детей дошкольного возраста и оздоровления»**

**Подготовила:**

**воспитатель младшей группы**

**Хуранова М.С.**

Март 2020г.

**Введение.**

ФГОС к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования предусматривает решение программных образовательных задач не только в рамках НОД, но и при проведении режимных моментов, таких как прогулка.

В ходе прогулки возможна интеграция 5  образовательных областей, таких как «Физическое развитие», «Познавательное развитие», «Художественно-эстетическое развитие», «Социально-коммуникативное развитие», «Речевое развитие».

  Задачи образовательной области «Физическое развитие»  решаются на прогулке в ходе подвижных игр с детьми и развития основных движений и составляют одно направление — физическое развитие.

  Задачи образовательной области «Социально-коммуникативное развитие» решаются на прогулке в ходе трудовых поручений, ознакомления с трудом взрослых, наблюдений, самостоятельной игровой деятельности, дидактических игр с детьми и составляют одно направление — социально-личностное развитие.

  Задачи образовательных областей «Познавательное развитие» и «Речевое развитие»  решаются на прогулке через наблюдения, ознакомление с трудом взрослых,  экспериментирования с предметами окружающего мира, целевых прогулок, самостоятельной игровой деятельности, дидактических игр с детьми.

  Задачи образовательной области «Художественно-эстетическое развитие» решается на прогулке через организацию самостоятельной деятельности, творческие конкурсы, развлечения.

Содержательные связи между разными разделами программы позволяют воспитателю интегрировать образовательное содержание при решении воспитательно-образовательных задач. Например, расширяя представления детей о природе, педагог воспитывает у детей гуманное отношение к живому, побуждает к эстетическим переживаниям, связанным с природой, решает задачи развития речи, овладения соответствующими практическими и познавательными умениями, учит отражать впечатления о природе в разнообразной игровой деятельности.

Интегративный подход к проведению прогулок дает возможность развивать в единстве познавательную, эмоциональную и практическую сферы личности ребенка.

**Значение прогулки в развитии детей дошкольного возраста.**

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

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, так как дети получают много новых впечатлений и знаний об окружающем мире.

**Требования к продолжительности прогулки. Режим длительности проведения прогулок на улице.**

Режим дня детского сада предусматривает ежедневное проведение дневной прогулки после занятий и вечерней — после полдника. Время, отведенное на прогулки, должно строго соблюдаться. Общая продолжительность её 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.

-Время выхода на прогулку каждой возрастной группы определяется режимом воспитания и обучения. Запретом для прогулок является сила ветра более 15 м/с. и осадки.

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

* на участке ДОУ;
* пешеходные прогулки за пределы участка Учреждения (старший дошкольный возраст);
* в функциональных помещениях детского сада (при плохой погоде).

 Виды прогулок по содержанию:

* традиционная;
* тематическая;
* целевая (проводится со второй младшей группы с выходом за пределы детского сада);
* экскурсия, поход (проводится систематически со средней группы).

**Целевые прогулки**. Воспитатель организует наблюдения детей за общественной жизнью и явлениями природы и за пределами участка. С этой целью организуются целевые прогулки.

В младшей группе целевые прогулки проводятся раз в неделю на небольшое расстояние, по улице, где находится детский сад. Со старшими детьми такие прогулки проводятся два раза в неделю и на более далекие расстояния.

Детям младшей группы воспитатель показывает дома, транспорт,, пешеходов, средней — здания общественного назначения (школа, Дом культуры, театр и т. п.). Со старшими детьми проводятся целевые прогулки на другие улицы, в ближайший парк или лес. Дети знакомятся с правилами поведения в общественных местах и правилами уличного движения.

На целевых прогулках дети получают много непосредственных впечатлений об окружающем, расширяется их кругозор, углубляются знания и представления, развивается наблюдательность и любознательность. Движения на воздухе оказывают положительное влияние на физическое развитие. Длительная ходьба во время прогулки требует от детей определенной выдержки, организованности и выносливости.

Перед выходом за пределы ДОУ необходимо соблюсти все необходимые требования: собрать подпись родителей на выход детей за пределы ДОУ, составить маршрут, написать заявление с указанием количества детей и сопровождающих.

**Требования к оборудованию и санитарному состоянию участка детского сада для проведения прогулок.**

Для осуществления задач всестороннего развития детей большое значение имеет озелененный, в соответствии с педагогическими и гигиеническими требованиями, спланированный и оборудованный участок. Желательно, чтобы каждая возрастная группа располагала отдельным участком, отгороженным от других групп кустарником. На этом участке выделяются места для проведения подвижных игр и развития движений детей (ровная площадка), для игр с песком, водой, строительным материалом, для творческих игр и игр с различными игрушками.

На участке должно быть оборудование для развития движений: горка, инвентарь для упражнений в прыжках, метании. Все это должно иметь привлекательный вид, быть прочным, хорошо обработанным, закрепленным и соответствовать возрасту и силам детей. Кроме постоянного оборудования, на площадку выносятся игрушки, пособия в соответствии с намеченным планом работы.

Помимо игровых площадок на участке необходимо иметь закрытые беседки для защиты от дождя и солнца. При сухой и жаркой погоде полив участка, песка производится не менее 2-х раз в день. Уборка территории участка проводится воспитателями и младшими воспитателями, а так же дворником ежедневно: утром до прихода детей и по мере загрязнения территории. У входа в здание следует иметь решетки, скребки, коврики, щетки. В зимнее время на участке следует устроить горку, ледяные дорожки и снежные сооружения, каток (если позволяют условия).

**Подготовка к прогулке.**

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

Одевание детей нужно организовать так, чтобы не тратить много времени и чтобы им не приходилось долго ждать друг друга. Для этого необходимо продумать и создать соответствующие условия. Для каждой группы нужна просторная раздевальная комната с индивидуальными шкафчиками и достаточным числом стульчиков или скамеечек, чтобы ребенку было удобно сесть, надеть одежду или обувь и не мешать при этом другим детям.

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

— 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;

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

Воспитатель должен научить детей одеваться и раздеваться самостоятельно и в определенной последовательности. Сначала все они надевают одежду, обувь, затем головной убор. При возвращении с прогулки раздеваются в обратном порядке. Малышей помогает одевать младший воспитатель, давая, однако, им возможность самим сделать то, что они могут. Когда у детей выработаются навыки одевания и раздевания, то они будут делать это быстро и аккуратно, воспитатель только помогает им в отдельных случаях (застегнуть пуговицу, завязать шарф и т. п.). Нужно приучать детей к тому, чтобы они оказывали помощь друг другу, не забывали поблагодарить за оказанную услугу. Чтобы навыки одевания и раздевания формировались быстрее, родители должны дома предоставлять детям больше самостоятельности.

В летний период после возвращения детей с прогулки необходимо организовать гигиеническую процедуру — мытье 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.

**Требования безопасности при организации прогулок на участке детского сада.**

Перед выходом детей на прогулку воспитатель осматривает территорию участка на предмет соответствия требованиям безопасности в соответствии со своей должностной инструкцией.

Перед выходом на прогулку работники Учреждения, занятые одеванием детей должны следить, чтобы дети не оставались долго одетыми в помещении во избежание перегрева. Следить за исправностью и соответствием одежды и обуви детей микроклимату и погодным условиям.

В случае усиления ветра до недопустимых параметров, ухудшения погодных условий (дождь, метель и др.) во время прогулки, воспитатель должен немедленно завести детей в помещение.

При проведении прогулки воспитатель следит, чтобы дети не уходили за пределы участка детского сада. В случае самовольного ухода ребенка немедленно сообщать о случившемся руководителю ДОУ, который организует поиски ребенка, ставит в известность Комитет образования, милицию, родителей в соответствии со схемой оповещения.

В процессе прогулки воспитатель должен обучать навыкам безопасного поведения, правилам безопасного обращения с различными предметами.

При выборе игр воспитатель должен учитывать психофизические особенности детей данного возраста, предшествующую деятельность детей, погодные условия.

Запрещается:

Оставлять детей одних, без присмотра работников Учреждения;

Использовать в детских играх острые, колющие, режущие предметы, сломанные игрушки.

О каждом несчастном случае с ребенком воспитатель должен немедленно возвестить руководителя, родителей, при необходимости привлечь медицинский персонал для оказания первой медицинской помощи. При необходимости организовать доставку ребенка в отделение скорой помощи.

**Структура прогулки:**

Содержание детей на прогулке зависит от времени года, погоды, предшествующих занятий, интересов и возраста.

Чтобы дети охотно собирались на прогулку, воспитатель заранее продумывает ее содержание, вызывает у малышей интерес к ней с помощью игрушек или рассказа о том, чем они будут заниматься. Если прогулки содержательны и интересны, дети, как правило, идут гулять с большой охотой.

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

- Наблюдение.

- Подвижные игры: 2-3 игры большой подвижности, 2-3 игры малой и средней подвижности, игры на выбор детей, дидактические игры.

- Индивидуальная работа с детьми.

- Труд детей на участке.

- Самостоятельная игровая деятельность.

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 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.

**Наблюдение.**

Большое место на прогулках отводится наблюдениям (заранее планируемым) за природными явлениями и общественной жизнью. Наблюдения можно проводить с целой группой детей, с подгруппами, а также с отдельными малышами.

В младшем возрасте наблюдения должны занимать не более 7-10 минут и быть яркими, интересными, в старшем возрасте наблюдения должны составлять от 15 до 25 минут. Проводить их надо ежедневно, но каждый раз детям должны предлагаться разные объекты для рассмотрения.

Объектами наблюдений могут быть:

* живая природа: растения и животные;
* неживая природа: сезонные изменения и различные явления природы (дождь, снег, текущие ручьи);
* труд взрослых.
* наблюдения за трудом взрослых (дворника, шофера, строителя и т.д.) организуются 1-2 раза в квартал.

**Виды наблюдения:**

Кратковременные наблюдения организуются для формирования о свойствах и качествах предмета или явления (дети учатся различать форму, цвет, величину, пространственное расположение частей и характер поверхности, а при ознакомлении с животными — характерные движения, издаваемые звуки и т.д.

Длительные наблюдения организуются для накопления знаний о росте и развитии растений и животных, о сезонных изменениях в природе. Дети при этом сравнивают наблюдаемое состояние объекта с тем, что было раньше.

Организуя наблюдения, воспитатель должен всегда соблюдать данную последовательность:

1. устанавливаются факты;
2. формируются связи между частями объекта;
3. идет накопление представлений у детей;
4. проводятся сопоставления;

5.делаются выводы и устанавливаются связи между проводимым сейчас наблюдением и проведенным ранее.

Окружающая жизнь и природа дают возможность для организации интересных и разнообразных наблюдений.

**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 п/и (повтор в течение месяца и закрепление 3-4 раза в год)

В младшем возрасте рекомендуются игры с текстом (подражание действиям воспитателя).

В средней группе воспитатель распределяет роли среди детей (роль водящего выполняет ребенок, который может справиться с этой задачей).

В старшей и подготовительной группе проводятся игры-эстафеты, спортивные игры, игры с элементами соревнования.

Заканчиваются подвижные игры ходьбой или игрой малой подвижности, постепенно снижающей физическую нагрузку.

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 перевозбужденными, что отрицательно сказывается на характере дневного сна, увеличивает длительность засыпания, может быть причиной снижения аппетита.

Помимо подвижных игр и отдельных упражнений в основных движениях, на прогулке организуются и спортивные развлечения (упражнения). Летом — это езда на велосипеде, классики.

**Индивидуальная работа.**

Индивидуальная работа на прогулке тщательно планируется. Она направлена на закрепление, каких – либо навыков, разучивание физкультурного упражнения с одним или несколькими отстающими детьми, на отработку звукопроизношения, заучивание стихов, на закрепление материала по всем разделам программы, формирование нравственных качеств. Важно, чтобы ребенок, с которым ведется индивидуальная работа, понимал ее необходимость и охотно выполнял предложенные задания.

Приемом стимуляции детской активности являются различные дидактические упражнения. Они проводятся несколько раз в течение одной прогулки. Дидактическое упражнение может быть предложено детям в начале, в конце, а может вплетаться в ход наблюдения, например, «Принеси желтый листик», «Найди по листу дерево», «Найди дерево или кустарник по описанию» и т.д. Проводят их со всей группой либо с частью ее.

На прогулках осуществляется работа и по развитию речи ребенка: разучивание потешки или небольшого стихотворения, закрепление трудного для произношения звука и т. п. Воспитатель может вспомнить с детьми слова и мелодию песни, которую разучивали на музыкальном занятии.

**Самостоятельная игровая деятельность детей.**

Во время самостоятельной игровой деятельности дети отражают впечатления, полученные в процессе НОД, 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. Он помогает развить сюжет игры, подобрать или создать необходимый для нее материал. Интерес к таким (творческие игры) играм развивается у детей с 3-4 лет. Расцвет ролевой игры начинается с 4-лет и наивысшего развития она достигает в середине дошкольного возраста (5-6 лет), а затем постепенно заменяется играми с правилами, возникающими после семи лет.

Во время прогулки воспитатель следит за тем, чтобы все дети были заняты, не скучали, чтобы никто не озяб или не перегрелся. Тех детей, кто много бегает, он привлекает к участию в более спокойных играх.

Для организации самостоятельной деятельности необходимо создать условия: атрибуты, выносной материал, орудия труда для трудовой деятельности. Необходимо соблюдать санитарно-гигиенические требования к хранению и размещению выносного материала.

**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 5-19 минут в младшем возрасте и 15-20 минут в старшем возрасте.

Формами организации труда детей являются:

* индивидуальные трудовые поручения;
* работа в группах;
* коллективный труд.
* индивидуальные трудовые поручения применяются во всех возрастных группах детского сада.

Коллективный труд дает возможность формировать трудовые навыки и умения одновременно у всех детей группы. Во время коллективного труда формируются умения принимать общую цель труда, согласовывать свои действия, сообща планировать работу.

В младшей группе дети получают индивидуальные поручения, состоящие из одной-двух трудовых операций, например, взять корм для птиц и положить в кормушку. Воспитатель поочередно привлекает к кормлению птиц всех детей. Или, например, сбор камушков для поделок. Работу организует как «труд рядом», при этом дети не испытывают никакой зависимости друг от друга

В средней группе одновременно могут работать две подгруппы и выполнять разные трудовые поручения; требуется постоянное внимание воспитателя к качеству работы; показ и объяснение всего задания — последовательные этапы.

У детей старшего возраста необходимо сформировать умение принять трудовую задачу, представить результат ее выполнения, определить последовательность операций, отобрать необходимые инструменты, самостоятельно заниматься трудовой деятельностью (при небольшой помощи воспитателя).

Индивидуальные поручения становятся длительными, например, собрать и оформить гербарий.

Примерно за полчаса до окончания прогулки воспитатель организует спокойные игры. Затем дети собирают игрушки, оборудование. Перед входом в помещение они вытирают ноги. Раздеваются дети тихо, без шума, аккуратно складывают и убирают вещи в шкафчики. Надевают тапочки, приводят костюм и прическу в порядок и идут в группу.

В течение всего года в обязательном порядке проводится и *вечерняя* прогулка. Так как взрослый дополнительно занят встречей с родителями, на вечерней прогулке не проводятся организованное наблюдение и трудовые действия. На фоне самостоятельно играющих детей педагог может что-то рассказывать и показывать им, пообщаться с одним-двумя на интересную для них тему, организовать индивидуальные игры-развлечения, понаблюдать с подгруппой детей за каким-либо необычным явлением или событием, которое заметили они сами. Однако необходимо иметь в виду, что вечером не следует проводить игр большой подвижности, возбуждающих нервную систему детей. При организации всех видов деятельности во время прогулок следует учитывать индивидуальные особенности детей, состояние их здоровья; более активно в ходе их использовать методы и приемы, способствующие формированию, усвоению нравственных норм поведения.

Главное — сделать так, чтобы на прогулке не было скучно. Если прогулки содержательны и интересны, дети, как правило, идут гулять с большой охотой и радостью. Для воспитателей 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 и т. п.

**Инструкция проведения прогулок в ДОУ.**

Разработку прогулки начните с календарного планирования. Ее цели и задачи должны соответствовать текущим планам на данный период времени. Включите в программное содержание прогулки воспитательные, обучающие и развивающие задачи.

Подготовьте все необходимое оборудование для организации деятельности детей. Обратите внимание на выносной материал. Он должен соответствовать содержанию прогулки, отвечать требованиям безопасности. Кроме того, выносной материал должен быть подобран в соответствии с возрастом детей. Обязательно проверьте количество игрушек. Их должно хватить для всех детей. Недопустимо, чтобы кто-то из дошкольников испытал недостаток оборудования для игры.

Составьте краткий план прогулки и зафиксируйте его на карточке. Это позволит планомерно осуществить намеченные задачи. Кроме того, это облегчит проведение прогулки.

Обязательно настройте воспитанников на прогулку. Пусть они почувствуют радость от предстоящей деятельности. В таком случае она окажется продуктивной. Кроме того, хорошее настроение в сочетании с физическими упражнениями будет способствовать улучшению общего самочувствия дошкольников.

Подготовьте участок для проведения прогулки. На нем не должно быть ядовитых или колючих растений, грибов, кустарников с ягодами. Кроме того, необходимо убрать весь мусор с территории участка. В летнее время каждое утро необходимо поливать и перекапывать песок в песочнице. Это поможет подготовить песочницу к приходу детей, а также позволит обнаружить возможный мусор в песке.

При проведении прогулки обязательно чередуйте виды деятельности дошкольников. Прогулку начните с наблюдения. Это могут быть наблюдение за объектами живой и неживой природы, людьми разных профессий.

Включите в прогулку трудовую деятельность. Это может быть помощь ребят в расчистке участка от снега, осенью — листьев и т.д.

**Заключение**

Прогулка занимает в режиме дня детей дошкольного возраста значительное время и имеет огромное педагогическое значение. Прогулка организуется два раза в день: в первую и во вторую половину дня. 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.

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 воспитанию. Во время пребывания на участке или на улице дети получают много новых впечатлений и знаний об окружающем: о труде взрослых, о транспорте, о правилах уличного движения и т. д. Прогулка развивает наблюдательность, расширяет представления об окружающем, будит мысль и воображение детей, а также решает вопросы нравственного воспитания.

Таким образом, правильно организованные и продуманные прогулки помогают осуществлять задачи всестороннего развития детей.

**Роль прогулки в оздоровлении детей в СПДО№1**

В нашем детском саду огромное внимание уделяется правильной организации прогулки в режиме дня дошкольника. Пребывание детей на свежем воздухе имеет большое значение для физического развития, а так жепрогулка играет огромную роль в укреплении здоровья и умственного развития ребёнка дошкольника**.**

 Прогулкаявляется первым и наиболее доступным средством закаливания детского организма. Она способствует повышению его выносливости и устойчивости к неблагоприятным воздействиям внешней среды, особенно к простудным заболеваниям. Воспитанники нашего детского сада много играют, двигаются на прогулке. 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.

Для реализации оздоровительныхзадач на территории нашего детского сада созданы участки для организации разнообразной деятельности детей**.** Они озеленены, спланированы и оборудованы в соответствии с педагогическими и гигиеническими требованиями. Каждая возрастная группа располагает отдельным участком. На всех участках выделены места для проведения подвижных игр и развития движений детей (ровная площадка, для игр с песком, строительным материалом, для творческих игр и игр с различными игрушками.

Помимо игровых площадок на участках имеются закрытые веранды для защиты от дождя и солнца, что дает возможность проводить время на улице в любую погоду.

В зимнее время на участках воспитатели совместно с детьми строят горки, ледяные дорожки и снежные сооружения.

В работе по оздоровлению детей на прогулке огромную роль играет воспитатель. Педагог организует игры, преимущественно подвижные. В них развиваются основные движения, снимается умственное напряжение от занятий, воспитываются моральные качества. Подвижная игра может быть проведена в начале прогулки, если занятия были связаны с долгим сидением детей. Если же дети идут гулять после музыкального или физкультурного занятия, то игру мы проводим в середине прогулки или за полчаса до ее окончания.

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)*организовываются малоподвижные игры, которые не требуют большого пространства.

Игры с прыжками, бегом, метанием, упражнениями в равновесии проводятся в теплые весенние, летние дни и ранней осенью.

Во время прогулок нами широко используются бессюжетные народные игры с предметами, такие, как кольцеброс, кегли, а в старших группах — элементы спортивных игр: волейбол, бадминтон, футбол.

Помимо подвижных игр и отдельных упражнений в основных движениях, на прогулке организуются и спортивные развлечения. Летом — это езда на велосипеде, зимой — катание на санках, скольжение на ногах по ледяным дорожкам.

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 — перешагивание через гимнастические палки, сбегание с пригорков.

Во время прогулки воспитатель следит за тем, чтобы все дети были заняты, не скучали, чтобы никто не озяб или не перегрелся. Тех детей, кто много бегает, он привлекает к участию в более спокойных играх.

Полезны игры, при помощи которых расширяются знания и представления детей об окружающем. Воспитатель дает детям кубики, лото, поощряет игры в семью, автобус, пароход, больницу и др. Он помогает развить сюжет игры, подобрать или создать необходимый для нее материал.

Большое место отводится наблюдениям. Во время пребывания на участке или на улице дети получают много новых впечатлений и знаний об окружающем, о труде взрослых, о транспорте и т. д.

Из наблюдений они узнают об особенностях сезонных изменений в природе, подмечают связи между различными явлениями, устанавливают элементарную зависимость.

Наблюдения вызывают у детей интерес, ряд вопросов, на которые они стремятся найти ответ. Всё это развивает наблюдательность**,** расширяет представления об окружающем, будит мысль и воображение дошкольников.

Эффективность прогулкив детском саду во многом определяется пониманием её значимости, которое состоит в том, чтобы:

- удовлетворить естественную биологическую потребность ребёнка в движении;

- обеспечить развитиеи тренировку всех систем и функций организма ребёнка через специально организованную для данного возраста двигательную активность и физические нагрузки;

- сформировать навыки в разных видах движений;

- способствовать развитию двигательных качеств и способностей ребёнка;

- стимулировать функциональные возможности каждого ребёнка и активизировать детскую самостоятельность;

- создать оптимальные условия для разностороннего развитиядетей активизации мыслительной деятельности, поиска адекватных форм поведения, формирование положительных эмоциональных и нравственно-волевых проявлений дошкольников.

Воспитатели нашего детского сада организуют наблюдения детей за общественной жизнью и явлениями природы и за пределами участка. С этой целью организуются целевые прогулки, экскурсии в школу.

На целевых прогулкахдети получают много непосредственных впечатлений об окружающем, расширяется их кругозор, углубляются знания и представления, развивается наблюдательность и любознательность. Движения на воздухе оказывают положительное влияние на физическое развитие. Длительная ходьба во время прогулки требует отдетей определенной выдержки, организованности и выносливости.

При планировании прогулки основная задача педагога состоит в обеспечении активной, содержательной, разнообразной и интересной для детей деятельности: игры, труда, наблюдений, экспериментальной деятельности.

Во время прогулки важно тщательно продумывать методы и приёмы регулирования двигательной активности дошкольников:

- рациональное использование физкультурного оборудования;

- включение разных способов организации детей (фронтальный, поточный, групповой, посменный, индивидуальный);

- лаконичное объяснение заданий и чёткий показ упражнения;

- активизация мыслительной деятельности ребёнка (использование пространственной терминологии, самостоятельный выбор способа выполнения действий, наводящие вопросы, создание поисковых ситуаций);

- создание специальных ситуаций для проявления таких качеств ребёнка, как решительность, смелость, находчивость;

- вариативность подвижных игр, приёмов их усложнения.

Во время прогулки мы уделяем внимание и трудовой деятельности детей. Содержание и формы ее организации зависят от погоды и времени года. Так, осенью дети собирают семена цветов, зимой могут сгребать снег, делать из него разные сооружения.

Все эти компоненты позволяют сделать прогулку более насыщенной и интересной. К тому же они выступают не как отдельные педагогические мероприятия, а как логически обоснованные части того основного, что запланировано взрослым в конкретной прогулке. Главное — каждый из компонентов прогулки вносит свое, неповторимое в здоровьесбережение, развитие и воспитание дошкольников. Таким образом, правильно организованная и продуманная прогулка помогает осуществлять задачи всестороннего развития детей**,**укрепления здоровья и умственного развития**.**

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Веракса Н. Е., Комарова Т. С., Васильева М. А. «От рождения до школы. Основная общеобразовательная программа дошкольного образования»/ /Под ред -2-е изд., и доп. \М.:МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2012.

2. Киселева Г. М., Пономарева Л. И. *«*Прогулки в детском саду*.*Младшая и средняя группы*»*// Методическое пособие/Под ред - М.: ТЦ Сфера, 2009

3. Корнеичева Е. Е., Грачева Н. И. «Планирование внеучебной деятельности с детьми в режиме дня» //Учебно-методическое пособие. - М.: Центр педагогического образования, 2011