

## **Консультация для воспитателей**

### **«Особенности проведения прогулок в теплое время года»**

**Прогулка** – очень важный режимный момент жизнедеятельности детей в детском учреждении.

**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 познавательнo-речевому, художественно-эстетическому, социально-личностному развитию детей.

#### **Требования к организации прогулок в теплое время года.**

Пребывание на свежем воздухе укрепляет здоровье и закаливает организм, всесторонне развивает детей, активизирует их двигательную деятельность, познавательные возможности.

1. Ребенок дошкольного возраста должен гулять (даже в холодное время года) до 4 – 5 ч в день. Летом же вся деятельность детей может проходить на воздухе.

2. Прогулка проводится в любую погоду, за исключением неблагоприятных условий. При небольшом дожде ее можно организовать на веранде, под навесом, в любом другом, защищенном от резкого ветра и осадков месте. В этом случае с детьми проводят беседы, читают им сказки, организуют спокойные игры, для которых не требуется большого пространства. Иногда при плохой погоде длительность прогулки можно сократить, но полностью отменять ее не следует.

3. Нельзя допускать, чтобы на прогулке дети находились длительное время в однообразной позе. Нужно переключать их на другую деятельность и менять место игры. В жаркие дни лучше всего организовывать игры в полусвете. Тогда воздействие солнечных лучей будет равномерным, что в оптимальных пределах необходимо для закаливания, улучшения обменных процессов в организме, хорошего физического развития. Пребывание детей

под прямыми солнечными лучами строго ограничивается с учетом их индивидуальной чувствительности к солнцу, особенностей состояния здоровья.

4. В любое время года при проведении прогулки каждый воспитатель обязан наблюдать за самочувствием и тепловым состоянием детей. В холодное время года не допускать переохлаждения, а в теплое – перегревания. В летний период воспитатель обязан соблюдать питьевой режим на прогулке. Комфортное состояние детей на прогулке обеспечивается ее интересным содержанием. Воспитатель планирует прогулку на каждый день работы. В структуру плана прогулки следует включать разные виды деятельности.

5. Для полноценной деятельности детей на участке нужно хорошо оборудовать групповую площадку, обеспечить их всеми пособиями и инвентарем, необходимым для развития движений детей разного возраста.

6. Чтобы активизировать двигательную активность дошкольников, на участок выносят крупногабаритные игрушки, машины, разнообразные пособия: обручи, мячи, скакалки, принадлежности для игр с элементами спорта. Все это способствует совершенствованию физического развития детей, улучшает тренированность организма, повышает его защитные реакции и сопротивляемость вредным факторам.

На прогулке воспитатель имеет возможность показать детям предметы и явления природы в естественных условиях, во всем их многообразии и взаимосвязях, формировать конкретные представления о животных, растениях, о сезонных явлениях, о труде человека, преобразующего природу; он вводит детей в жизнь родной природы, учит их приглядываться, подмечать ее особенности. Это способствует воспитанию любознательности, наблюдательности, пытливости. Прогулки доставляют детям большую радость, оставляя часто неизгладимый след в их сознании. На основе впечатлений, полученных в процессе наблюдений, воспитывают любовь к родной природе.

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.

Прогулка – обязательный элемент режима дня. На прогулках дети познают мир во всей его красе. Для того, чтобы прогулки радовали детей и

способствовали всестороннему развитию, а не становились скучными, воспитатели ежедневно планируют их содержание, включая образовательную составляющую и самостоятельную деятельность дошкольников. Основная задача воспитателя при проведении прогулок состоит в обеспечении активной, содержательной, разнообразной и интересной для воспитанников деятельности. При этом необходимо равномерно чередовать спокойную и двигательную деятельности, распределять физическую нагрузку во время прогулки. Планирование разнообразной деятельности на прогулке позволяет воспитывать любовь и бережное отношение к природному окружению. 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 с взрослыми и сверстниками, экспериментирование, наблюдение, детский труд занимают в ходе прогулки особое место. Значение прогулки в настоящее время увеличивается, в связи с тем, новые ФГОС в структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования предусматривают решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей не только в рамках НОД, но и при проведении режимных моментов.

Во время прогулки в полной мере должны реализовываться **воспитательно-образовательные задачи:**

- Оздоровление детей.
- Физическое развитие.
- Развитие самостоятельности.
- Расширение кругозора.
- Ознакомление с окружающим миром.
- Воспитание эстетических чувств, культуры поведения.
- Воспитание экологической культуры дошкольников.

**Составными частями прогулки являются:**

- Разнообразные наблюдения.
- Основные движения и подвижные игры.
- Индивидуальная работа. /Дидактические игры.
- Трудовая деятельность.
- Самостоятельная игровая деятельность детей.

Каждый из обязательных компонентов прогулки занимает по времени от 7 до 15 минут в младшем возрасте и от 20 до 25 минут в старшем и осуществляется на фоне самостоятельной деятельности детей.

Наблюдения – основной метод обучения.

Наблюдения в младшем возрасте 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.

Наблюдения (рекомендую воспитателям указывать в планах объект или тему наблюдения, цель проведения наблюдения и с кем оно проводится):

-наблюдения за живыми объектами (за птицами, деревьями лиственными и хвойными, кустарниками и т.д.);

-наблюдения за неживыми объектами (за солнцем, облаками, погодой, ветром, снегом, глубиной снежного покрова, длительностью дня, метелью, позёмкой, снегопадом и т.д.);

-наблюдения за явлениями окружающей действительности (за трудом взрослых, за прохожими, за лыжниками, за транспортом – снегоуборочной машиной и т.д.).

При проведении наблюдений всегда используются художественное слово.

Дидактические игры. Являются одним из структурных компонентов прогулки. Они непродолжительны, занимают по времени в младшем возрасте 3-4 минуты, в старшем 5-6 минут.

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

При использовании дидактической игры воспитатель должен следовать педагогическим принципам: опираться на уже имеющиеся у детей знания; задача должна быть достаточна трудна, но и в то же время доступна детям; постепенно усложнять дидактическую задачу и игровые действия; конкретно и четко объяснять правила;

Виды дидактических игр:

Игры с предметами (игры с дидактическими игрушками, настольно-печатные игры, словесные игры.)

Словесные игры. (Игры-путешествия, игры-поручения, игры-предположения, игры-загадки, игры-беседы )

Дидактическое упражнение может быть предложено детям в начале, в конце, а может вплестаться в ход наблюдения.

**Трудовая деятельность.** Большое воспитательное значение имеет трудовая деятельность на прогулке. Планируя хозяйственно-бытовой труд (на веранде, на участке), нужно указывать форму труда дошкольников – индивидуальные или групповые поручения, или коллективный труд (совместный, общий). 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.

В дошкольном возрасте детям посильны четыре вида труда:

Самообслуживание: формирование навыков еды, умывания, раздевания и одевания; воспитание бережного отношения к своим вещам и предметам быта.

В младшем дошкольном возрасте самообслуживание связано с определенными трудностями, что порой вызывает у ребенка нежелание выполнять необходимые действия. Однако уже сами стремятся обслуживать себя, добиваясь аккуратности и тщательности выполнения необходимых действий, самостоятельности, формирует привычку к чистоте и опрятности. В среднем дошкольном возрасте дети достаточно самостоятельны в самообслуживании, и этот вид труда становится их постоянной обязанностью. Усложнение воспитательных задач выражается в повышении требований к качеству действий, к организованному поведению в процессе ухода за собой, к времени, затрачиваемому на это. В старшем дошкольном возрасте приобретаются новые навыки самообслуживания. Процессы, связанные с ним, используются для решения более сложных воспитательных задач: формирования у детей привычки к опрятности и чистоте, навыков поведения в окружении сверстников.

Хозяйственно-бытовой труд - развитие у детей хозяйственных бытовых навыков в быту. В младшем дошкольном возрасте воспитатель формирует у детей элементарные хозяйственно-бытовые навыки: собирать листья на участке, сметать снег со скамеек и т. д. В средней группе содержание хозяйственно-бытового труда значительно расширяется: подметают дорожки на участке и т. д. В старших группах детского сада хозяйственно-бытовой труд еще более обогащается по содержанию, становится систематическим, во многом переходя в постоянные обязанности дежурных. Дети поддерживают чистоту на участке. Особенность хозяйственно-бытового труда старших дошкольников состоит в умении самостоятельно организовать его: подобрать необходимый инвентарь, удобно его разместить, привести всё в порядок после работы.

Труд в природе – активное, посильное участие детей в работе на цветнике, ягоднике, огороде и т.д. Особое значение этот вид труда имеет для развития наблюдательности, воспитания бережного отношения ко всему живому, любви к родной природе.

Ручной труд – изготовление предметов из разнообразных материалов

**Подвижные игры.** Подбирая игры для дневной прогулки, необходимо учитывать предыдущую деятельность детей. После спокойных занятий (рисования, лепка) рекомендуются игры более подвижного характера. Проводить их нужно со всей группой в начале прогулки. После физкультурных и музыкальных занятий рекомендуются игры средней подвижности. Проводить их нужно в середине или конце прогулки. Таким образом, план должен включать: игры малоподвижные, игры средней активности, игры с высокой двигательной активностью.

Следует отражать в планах разучивание новой игры и игры на закрепление двигательных навыков и развитие физических качеств. В течение года проводится примерно 10 – 15 новых игр.

Кроме этого так же организуются игры: забавы, аттракционы, игры-эстафеты, сюжетные подвижные игры, игры с элементами спорта, бессюжетные подвижные игры, народные игры, хороводные, спортивные упражнения.

Выбор игры зависит от времени года, погоды, температуры воздуха от предшествующего проводимого занятия, от состояния детей, их желаний, от времени проведения прогулок (вечерняя, утренняя).

Подвижная игра: младший возраст – 6-10 минут; старший возраст – 10-15 минут.

Каждый месяц разучивание 2-3 подвижных игр (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.

**Индивидуальная работа** направлена не только на совершенствование физических качеств, но и на развитие психических процессов, закрепление

материала по всем разделам программы, формирование нравственных качеств. 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).

**Самостоятельная 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.

Одним из видов творческих игр являются строительные игры с природным материалом: песком, мелкими камушками и т.д.

Интерес к творческим играм развивается у детей с 3-4 лет. К этому времени у ребенка появляются новые потребности, новые мотивы деятельности, связанные с осознанием своих отношений со взрослыми.

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.

**Последовательность проведения прогулок зависит:**

- от предшествующей деятельности детей (например, после физкультурного занятия целесообразнее в начале прогулки провести наблюдение, после занятий по математике и развитию речи — подвижные игры).

- от времени года (в холодный период времени предусматривается проведение игр с большой подвижностью детей).

- от индивидуально - возрастных особенностей детей (в младшем возрасте целесообразнее начать прогулку с наблюдения, в старшем – с игры и т.д.)

- от познавательных интересов детей.

При планировании прогулки воспитатель должен учитывать множество разнообразных факторов: погодные условия; возраст и контингент детей; наличие инвентаря и соответствующего оборудования; предыдущие занятия в группе и многое другое.

#### Виды прогулок в детском учреждении:

1. По месту проведения: на территории участка ; за пределами территории (возможны в старших группах, на небольшие расстояния).

2. По содержанию: традиционная, включающая в себя трудовую деятельность детей, подвижные и тихие игры и т.д.; тематическая: состоящая из наблюдений и бесед на конкретную тему (животные, облака, деревья, городской транспорт и т.д.), может представлять собой уличную театральную постановку; целевая: организованный выход за пределы территории детского учреждения; экскурсия; поход: может проводиться 1-2 раза в год в старших группах; спортивные эстафеты.

Во время прогулки педагог способствует развитию у детей: элементарных естественно – научных представлений о физических свойствах окружающего мира; формированию географических представлений (в соответствии с возрастными возможностями); формированию экологической культуры; эмоционально положительного отношения к живой и неживой природе.

На прогулке детям больше всего нравится ставить различные опыты (в зимний период), сооружать различные конструкции из различных природных материалов, отыскивать различных насекомых (в летний период). Таким образом, прогулка – это замечательное время, когда взрослый может постепенно приобщать ребенка к тайнам природы – живой и неживой, рассказывать о жизни самых различных растений и животных. Ребенку можно и нужно показывать различные проявления красоты в мире природы: цветущие растения, кустарники и деревья в осеннем уборе, контрасты светотени, пейзажи в разное время года и многое-многое другое. При этом взрослый должен помнить, что в природе красиво абсолютно все, что живет в полноценных (неиспорченных, не отравленных, неограниченных) условиях – это сфера эстетических чувств, эстетического восприятия ребенка.



