***МДОУ «Детский сад № 29»***

***Консультация***

***для молодых специалистов***

**«Организация и методика**

**проведения прогулки**

**в детском саду»**

***Подготовила и провела***

***старший воспитатель***

***Дойникова Е.М***.

***2018 год***

**Цель:** повышение профессиональной компетентности молодых специалистов в вопросе организации прогулки с детьми.

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, улучшают аппетит, сон. 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. Из наблюдений они узнают об особенностях сезонных изменений в природе, подмечают связи между различными явлениями, устанавливают элементарную зависимость. Наблюдения вызывают у них интерес, ряд вопросов, на которые они стремятся найти ответ. Все это развивает наблюдательность, расширяет представления об окружающем, будит мысль и воображение детей.

**Прогулки** дают возможность решать задачи ***нравственного воспитания***. Воспитатель знакомит детей с родным городом, поселком, его достопримечательностями, с трудом взрослых, которые озеленяют его улицы, строят красивые дома, асфальтируют дороги. При этом подчеркивается коллективный характер труда и его значение: все делается для того, чтобы нашим людям жилось удобно, красиво и радостно. Ознакомление с окружающим способствует воспитанию у детей любви к родному городу. Малыши трудятся в цветнике - сажают цветы, поливают их, рыхлят землю. У них воспитывается трудолюбие, любовь и бережное отношение к природе. Они учатся замечать ее красоту. Обилие в природе красок, форм, звуков, их сочетание, повторяемость и изменчивость, ритм и динамика - все это вызывает даже у самых маленьких радостные переживания.

***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.

- В зимний период прогулки на воздухе проводятся 2 раза в день: в первую половину дня – до обеда, во вторую половину дня – перед уходом детей домой. Зимние прогулки в детском саду для детей до 4 лет проводятся при температуре до -15°С, для детей 5-7 лет при температуре до -20°С.

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

***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: заборчики для лазанья (трехгранные, четырехгранные и шестигранные), бревно для упражнения в равновесии, 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, младшими воспитателями, дворником ежедневно: утром до прихода детей и по мере загрязнения территории. В зимнее время на участке следует устроить горку, снежные сооружения.

***Подготовка к прогулке.***

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.

Одевание детей нужно **организовать так**, чтобы не тратить много времени и чтобы им не приходилось долго ждать друг друга. Воспитатель должен научить детей одеваться и раздеваться самостоятельно и в определенной последовательности. Сначала все они надевают колготки, кофту, свитер *(в зависимости от погоды)* штаны, обувь, затем шапку, пальто, шарф и варежки.

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, они будут делать это быстро и аккуратно, воспитатель только помогает им в отдельных случаях *(застегнуть пуговицу, завязать шарф и т. п.)*. Нужно приучать малышей 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.

Когда большинство детей оденется, воспитатель выходит с ними на участок. За остальными детьми следит младший воспитатель, затем **провожает их к воспитателю**. Выходя на **прогулку**, дети сами выносят игрушки и материал для игр и занятий на воздухе. Содержание детей на **прогулке** зависит от времени года, погоды, предшествующих занятий, интересов и возраста.

***Структура прогулки.***

1. Наблюдение.

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

3. Труд детей на участке.

4. Индивидуальная работа с детьми по развитию движений, физических качеств.

5. Самостоятельная игровая деятельность.

***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. Одних воспитатель привлекает к наблюдениям, чтобы развить внимание, у других вызывает интерес к природе или общественным явлениям и т. д.

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.

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 организоват**ь** и наблюдения ***за* трудом взрослых**, которые работают вблизи детского сада, например за дворниками, рабочими, строителями.

***Игровая деятельность***

Ведущее место на прогулке отводится **играм**, преимущественно подвижным. 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 они идут гулять после музыкального или физкультурного занятия, то игру можно **провести в середине прогулки** или за полчаса до ее окончания.

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) для младшей группы – 1-2 игры.

Перед проведением подвижной игры воспитателю необходимо подготовить игровой материал, продумать весь ход игры, распределение ролей.

         Содержание подвижных игр усложняется по мере усвоения движений

**В младшем возрасте** рекомендуются игры с текстом.

Основным содержанием игр I младшей группы является воспроизведение действий животных, птиц, движение транспорта, предметной деятельности людей («Трамвай», «Наседка и цапля», «Мышки», «Автомобиль и воробушки» и т.д.). Также предлагают разнообразные игровые упражнения: «Достань до ленточки», «Добеги до флажка», «Перепрыгни через ручеек» и т.п.

**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.

Дети младшей группы быстро утомляются, важное значение имеет дозировка нагрузки, после наиболее трудных для них упражнений необходим небольшой отдых – перерыв в интересной для детей форме. Например, предлагаю присесть, говоря: «Зайки отдыхают», «Птички сели поклевать» и т. д.

         При организации их двигательной деятельности необходимо учитывать возможности каждого ребенка. Так, в начале прогулки желательно провести подвижную игру со всей группой, а через некоторое время небольшими подгруппами организовать спортивное упражнение (езда на велосипеде, ходьба, ходьба по буму, бросание мяча) и т.п.

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.

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.

**Игры с прыжками, бегом, метанием, упражнениями в равновесии** следует проводить также в теплые весенние, летние дни и ранней осенью.

Во время прогулок могут быть широко использованы бессюжетные **народные игры** с предметами, такие, как кегли, а в старших группах - элементы спортивных игр: волейбол, баскетбол, городки, бадминтон, настольный теннис, футбол, хоккей. В жаркую погоду **проводятся игры с водой**.

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

***Трудовая деятельность***

Во время прогулки необходимо уделять внимание **трудовой деятельности** детей. Содержание и формы ее организациизависят от погоды и времени года. 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.

Трудовые задания должны быть посильны детям и, вместе с тем, требовать от них определенных усилий. Воспитатель следит, чтобы они выполняли свою работу хорошо, доводили начатое дело до конца.

***Индивидуальная работа***

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 деревья, сбегание с пригорков.

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.

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.

***Окончание прогулки***

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

**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.

**Приложение**

**Прогулка 1**

***«Наблюдение за таяньем снега»***

Цели: расширять представления детей о сезонных изменениях– снег, закреплять знания о взаимосвязях, происходящих в не живой природе (солнце — снег, воспитывать любовь к природе.

Ход наблюдения:

Снег теперь уже не тот —

Потемнел он в поле,

На озерах треснул лед,

Будто раскололи.

Облака бегут быстрей,

Стало небо выше,

Зачирикал воробей

Веселей на крыше.

Обратить внимание детей на то, что весной по утрам на снегу часто образуется ледяная корочка — наст.

Происходит это потому, что солнце светит ярко, снег сверху подтаивает, а ночью еще морозно. Подтаявший снег замерзает, превращаясь в ледяную корочку. На крыше снег подтаивает и стекает капельками, не успевают упасть и замерзают. Вырастает сосулька в холодную погоду, а в теплую уменьшается. Сосульки начинают *«плакать»*. Найдите место, куда капают капельки. Чем оно отличается от соседних участков? Откуда произошло слово *«капель»*? Когда капелька стекает по сосульке, падает вниз, она как бы вытягивается, и кончик становится тонким.

Шаловливые сосульки сели на карниз

Шаловливые сосульки посмотрели вниз.

Надоело им свисать, стали капельки бросать.

Целый день идет трезвон:

*«Кап-кап-кап! Дон-дон-дон!»*

Дидактические игры

"Когда это бывает?" — воспитатель описывает природное явление, дети отвечают, к какому времени года оно относится. Цель - закрепить представления о сезонных изменениях в природе.

"Отгадай-ка" — дети описывают предложенный предмет. Цель - научить описывать предмет, не глядя на него, выделять в нем существенные признаки, по описанию узнавать предмет.

Упражнение на развитие мелкой моторики рук "Выложи сам"

Выложить солнышко из цветных льдинок.

Труд и индивидуальные физические упражнения

Очистить дорожку от снега.

Подвижные игры

"Пустое место". Цель - развить быстроту, ловкость. Ход игры: Играющие встают в круг, выбирают водящего. Он, пробегая мимо игроков, одного из них пятнает и продолжает бежать дальше. Запятнанный быстро бежит в противоположную сторону. Кто первый добежит до свободного места, тот его и занимает, а опоздавший — водит. *(для старшей группы)*

"Веснянка". Цель - координация речи с движением, развитие общих речевых навыков. Ход игры:

Солнышко, солнышко, Дети идут по кругу, взявшись за руки.

Золотое донышко.

Гори, гори ясно,

Чтобы не погасло.

Побежал в **саду ручей**, Бегут по кругу.

Прилетели сто грачей, "Летят" по кругу.

А сугробы тают, тают, Медленно приседают.

А цветочки подрастают. Тянутся на цыпочках, руки вверх.

**Прогулка 2**

***« Пришла весна»***

Цель - дать представление о ранней весне, о том, какие изменения произошли с солнцем. Закреплять знания о времени года. Изучать приметы ранней весны

Ход прогулки

Наблюдение: Обратить внимание детей, что солнце стало чаще появляться на небосводе. Его лучи ярче светят. Солнышко улыбается, и все кругом сверкает. Снег искрится разноцветными огнями и начал таять. Солнце греет все сильнее, от солнечных лучей нагреваются скамейки, рукава шубы, стволы деревьев. Солнышко трудится, греет, зовет весну. Весна идет, тепло несет. С детьми старших групп ведутся наблюдения за увеличением продолжительности дня, отмечается, что день становится длиннее.

Стихи по теме:

*«Солнце ласково смеется»*, *«Светит ярче, горячей.»*. Я. Колас

«Солнце дарит всем весну, *«вытаяли стежки»*. Р. Бородулин

*«Дни повеселели, солнышку не спится»*. Г. Ладонщиков

*«Утром было солнечно и совсем тепло. Озеро широкое по двору текло»*. А. Барто

*«Скоро снова солнце встанет и возьмется припекать»*. Е. Благинина

Загадки:

Тает снежок,

Ожил лужок,

День прибывает.

Когда это бывает?

{Весной)

Доброе, хорошее,

На людей глядит,

А людям на себя

Глядеть не велит. {Солнце)

Один костер

Весь свет согревает. {Солнце)

Голубой платок,

Красный колобок. {Солнце)

Трудовая деятельность

Расчистка дорожек от снега на участке, уборка снега на веранде.

Цель: учить сгребать снег с помощью лопаток в определенное место.

Подвижные игры

*«Зайцы»*.

Цель: закреплять навыки отталкивания при прыжках на двух ногах.

*«Прыгни — повернись»*.

Цель: учить быстро выполнять действия по сигналу воспитателя.

Выносной материал: лопатки, формочки, ведерки.