Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №43 «Лесная сказка»

**Методические рекомендации по организации прогулки в ДОУ**

****

Подготовила:

Старший воспитатель

 Хисамова А.Г.

г. Сургут, 2021 г.

**МБДОУ №43 «Лесная сказка»**

**Методические рекомендации по организации прогулки в ДОУ**

**Содержание:**

1. Цель и задачи прогулки в детском саду
2. Разновидности прогулок
3. Структура прогулки
4. **Цель и задачи прогулки в детском саду**

 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 - обязательный  элемент режима дня.

ФГОС ДО к 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 непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов, одним из которых и является прогулка.

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

***Цель прогулки*** – укрепление здоровья детей; развитие их физических и умственных способностей.

***Задачи прогулки:***

• оптимизировать двигательную активность детей;

• оказывать закаливающее воздействие на организм;

• способствовать развитию наблюдательности и познавательных способностей детей;

• познакомить детей с родным краем, его достопримечательностями, трудом взрослых;

• развитие самостоятельности.

При организации прогулок интегрировано реализуются задачи всех образовательных областей. Педагогический процесс, построенный на принципах интеграции, обеспечивает 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.

Правильно организованные и продуманные прогулки помогают осуществлять задачи всестороннего развития детей.  Для пребывания детей на свежем воздухе отводится примерно до двух-трех часов в день. Проводится прогулка  два раза в день (в первую  и вторую половину дня), а летом  вся жизнь детей переносится на открытый воздух (за исключением сна и приема пищи). Время, отведенное на прогулки, должно строго соблюдаться.

В целях успешной реализации вышеперечисленных задач необходимо тщательное перспективное планирование этого режимного момента.

*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.

1. **Разновидности прогулок**

Прогулки делятся на несколько видов***:***

* Прогулка–наблюдение;
* Прогулка–задание (имеющая цель – поздравить товарищей или взрослых с праздником, пригласить гостей на мероприятие, известить население или товарищей о каком –то мероприятии);
* Прогулка–задача (направленная на решение поставленной задачи – определить расстояние, с какой стороны дует ветер, цвет, величину предмета);
* Прогулка–поход (для ориентирования на местности);
* Прогулка–поиск (найти лекарственные травы, природный материал…);
* Прогулка–фантазия (сделать зарисовку, придумать сказку, составить букет);
* Прогулка–показ (познакомить с достопримечательностями, с различными
* предметами, объектами и их свойствами, редкими деревьями, кустарниками);
* Прогулка–практикум (закрепление различных знаний - ПДД, безопасность…);
* Комбинированная прогулка (1 раз в неделю), с играми, занятиями, трудом, экскурсией.

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.

 Прогулка должна дать ребенку разрядку, снять напряжение после статических, сосредоточенных занятий и создать у него жизнерадостное настроение, что обеспечивает соответствующий эмоциональный тонус для успешного физического и психического развития ребенка в иных условиях и видах деятельности.

Пребывание детей на свежем воздухе способствует:

- укреплению здоровья;

-закаливанию организма;

-развитию двигательной деятельности;

-развитию познавательной деятельности.

Время проведения прогулки определено в программах (по которым работают учреждения) и его объем  зависит от возраста  детей.

При организации прогулки большую роль играет наличие и состояние участков каждой группы, их планировка и благоустроенность.

1. **Структура прогулки**

Прогулка в ДОУ состоит из пяти частей:

-наблюдение,

-трудовая деятельность детей;

-подвижные игры;

-индивидуальная работа  с детьми;

-самостоятельная деятельность детей

При организации прогулки следует соблюдать разумное чередование совместной деятельности с воспитателем и самостоятельной деятельности детей, специально организованных образовательных ситуаций и свободной игровой и практической деятельности по выбору детей, физических и умственных нагрузок, активной деятельности и отдыха.

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. Самостоятельная игровая деятельность детей - от 7 до 15 минут и от 20 до 25 минут.

***Наблюдения на прогулке***

Наблюдение - основной метод обучения. Наблюдения в младшей группе должны занимать не более 7-10 минут и быть яркими, интересными; в старшем возрасте наблюдения должны составлять от 15 до 25 минут.

Объекты наблюдений - живая природа: растения и животные; неживая природа: сезонные изменения и различные явления природы (дождь, снег, текущие ручьи).

*Виды наблюдения:*

* Кратковременные - организуются для формирования свойств и качеств предмета или явлений.
* Длительные - организуются для накопления знаний о росте и развитии растений и животных, о сезонных изменениях в природе.

Большое место на прогулках отводится наблюдениям (заранее планируемым) в первую очередь 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. Предпочтительно планировать наблюдения на прогулке по дням недели.

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.

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. Воспитатель поддерживает интерес детей к приметам времени года, задает вопросы, которые направляют внимание ребенка и побуждают его к дальнейшим наблюдениям. Полученные наблюдения можно закрепить последующими зарисовками, составлением рассказов.

  На летней, весенней, зимней, осенней прогулке педагог периодически обращает внимание детей на цветовую гамму окружающих детский сад деревьев.

Использование стихотворений на определенную тему при наблюдениях и рассматривания помогает усилить впечатления детей от осенней прогулки.

Стихи о природе, загадки, народные приметы и пословицы — все эти нехитрые словесные приемы позволяют сделать прогулку более эмоциональной, направить наблюдение детей в нужное русло.

***Трудовая деятельность***

Во время прогулки необходимо уделять внимание трудовой деятельности детей. Содержание и формы ее организации зависят от погоды и времени года. Так, осенью дети собирают семена цветов, урожай на огороде, зимой могут сгребать снег, делать из него разные сооружения. Необходимо стремиться сделать детский труд радостным, помогающим малышам овладеть полезными навыками и умениями.

Важно, чтобы для каждого ребенка задания были посильными, интересными и разнообразными, а по длительности – не превышали 5-10 минут в младшем возрасте и 15-20 минут в старшем возрасте.

*Формы организации труда детей:*

* индивидуальные трудовые поручения;
* работа в группах;
* коллективный труд.

*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).

Для успешного решения задач по развитию самостоятельно и аккуратности, привитию трудолюбия очень важно правильно подобрать детский инвентарь — грабли, лопатки, совки, ведерки.

Большое значение при организации работы с детьми на прогулке имеет эмоциональное отношение к делу, которое задает воспитатель еще до начала работы. Не всегда сама работа будет интересовать детей, иногда их привлекает цель, поставленная воспитателем, а во время выполнения работы захватывают общность интересов, слаженность, соревновательного момента.

Не менее важно создать правильную мотивацию, объяснить, почему необходимо сделать эту работу именно сегодня и именно таким способом.

Детей старшей группы следует подводить к пониманию того, что нужно делать не только интересную работу, но и необходимую.

  Чтобы разнообразить и скрасить монотонную деятельность, воспитатель может предложить детям отгадать загадки.

Чтобы правильно руководить наблюдениями и трудовой деятельностью детей на прогулке, воспитатель должен пополнять свои знания по биологии растений и животных, владеть практическими умениями и навыками в этой области, а также методикой проведения наблюдений, экскурсий, организации труда детей старшего дошкольного возраста.

***Подвижные игры***

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.

Каждый месяц разучиваются с детьми 2-3 подвижные игры (повтор в течение месяца и закрепление 3-4 раза в год). Продолжительность п\и зависит от возраста детей:

* + Младший и средний возраст – 6-10 минут.
	+ Старший возраст – 10-15 минут.

В младшем возрасте рекомендуются игры с текстом (подражание действиям воспитателя). В старшем возрасте проводятся игры- эстафеты, спортивные игры, игры с элементами соревнования. В средней группе воспитатель распределяет роли среди детей (роль водящего выполняет ребенок, который может справиться с этой задачей).

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 бабки, кольцеброс, 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.

Помимо подвижных игр и отдельных упражнений в основных движениях, на прогулке организуются и спортивные развлечения (упражнения). Летом - это езда на велосипеде, классики, зимой - катание на санках, коньках, скольжение на ногах по ледяным дорожкам, ходьба на лыжах.

Подвижные игры планируются и проводятся воспитателем самостоятельно, с учетом пожеланий детей, по рекомендациям узких специалистов или тематически. Они могут быть весьма разнообразны, поэтому во избежание монотонности целесообразно спланировать подвижные игры по дням недели. Такое планирование позволяет учесть интересы каждого ребенка, полностью охватить программный материал по разделу подвижных игр, организовать деятельность воспитателя.  На прогулке обязательно проводятся  две подвижных игры. Игры бывают сюжетными, бессюжетными, с правилами, спортивные, малоподвижные, хороводные.

***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: отработка звукопроизношения, заучивание стихов, беседа по рекомендации учителя – логопеда.

Воспитатель может вспомнить с детьми слова и мелодию песни, которую разучивали на музыкальном занятии.

Индивидуальная работа на прогулке тщательно планируется.

Важно, чтобы ребенок, с которым ведется индивидуальная работа, понимал ее необходимость и охотно выполнял предложенные задания.

***Самостоятельная деятельность***

Самостоятельная деятельность детей на прогулке также нуждается в грамотном руководстве.

  Воспитатель может предложить детям организовать сюжетно - ролевую или подвижную игру, занимательные задания, игрушки или инвентарь для труда и т.д. Необходим постоянный контроль за самостоятельной деятельностью детей.

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.

Дошкольники с огромным интересом смотрят на окружающий их мир, но видят далеко не все, иногда даже не замечают главного. А если настоящий воспитатель, который удивляется вместе с ними, учит не только смотреть, но и видеть, дети захотят узнать больше.

**Используемая литература:**

1. С. Н. Теплюк « Занятия на прогулке с малышами» М., Мозайка - Синтез, 2006.

2. СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций":

3. Меремьянина О.Р. «Комплексное планирование прогулок с детьми 2,5-7 лет. Прогулочные карты. «Учитель»