

Методические рекомендации по организации и проведению прогулок с детьми на участке дошкольного образовательного учреждения.

Прогулка является важным режимным моментом жизнедеятельности детей в ДОУ.

Цель прогулки – укрепление здоровья, профилактика утомления, физическое и умственное развитие детей, восстановление сниженных в процессе деятельности функциональных ресурсов организма.

Задачи прогулки:

- удовлетворить естественную биологическую потребность ребенка в движении;
- обеспечить развитие и тренировку всех систем и функций организма ребенка через специально организованную для данного возраста двигательную активность;
- сформировать навыки в разных видах движений;
- способствовать развитию двигательных качеств и способностей ребенка;
- активизировать детскую самостоятельность;
- создать оптимальные условия для разностороннего развития детей: активизации мыслительной деятельности, поиска адекватных форм поведения, формирования положительных эмоциональных и нравственно-волевых проявлений детей.

Планирование прогулки.

При планировании прогулки основная задача воспитателя состоит в обеспечении активной, содержательной, разнообразной и интересной для детей деятельности: игры, труда, наблюдений. При планировании содержания прогулки необходимо предусмотреть равномерное чередование спокойной и двигательной деятельности детей, правильное распределение физической нагрузки в течение всей прогулки.

Последовательность и продолжительность разных видов деятельности изменяется с учетом конкретных условий: времени года, погоды, возраста детей и характера их предшествующей деятельности. Содержание деятельности детей на прогулке зависит от времени года, погоды, тематики недели, предшествующей образовательной деятельности, интересов и возраста.

Структура прогулки:

1. Наблюдение.
2. Двигательная активность: подвижные игры, спортивные игры, спортивные упражнения.
3. Труд детей на участке.
4. Индивидуальная работа с детьми.
5. Самостоятельная игровая деятельность.

1. Наблюдение. Большое место отводится наблюдениям (заранее планируемыми) за природными явлениями и общественной жизнью. Наблюдение можно проводить с целой группой детей, с подгруппами, а также с отдельными детьми. 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 наблюдение за трудом взрослых, которые работают на территории детского сада, например, за трудом дворника.

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

Подвижная игра может быть проведена в начале прогулки, если образовательная деятельность была связана 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 её окончания. Выбор игры – зависит от времени года, погоды, температуры воздуха.

В холодные дни целесообразно начинать прогулку с игр большой подвижности, связанных с бегом, метанием, прыжками. Данные игры помогают детям лучше переносить холодную погоду. В сырую, дождливую погоду (осенью, весной) следует организовывать малоподвижные игры, которые не требуют большого пространства, игры можно проводить на веранде. В теплые весенние, летние дни и ранней осенью следует проводить игры с прыжками, бегом, метанием, упражнения на равновесие; В жаркую погоду проводятся игры с водой, народные игры с предметами: кольцоброс, кегли; элементы спортивных игр: городки, бадминтон, волейбол, футбол, хоккей и т.д.;

Подвижные игры можно дополнять или заменять спортивными упражнениями, спортивными играми, играми с элементами соревнований, проводить спортивные развлечения.

3. Трудовая деятельность детей. Содержание и формы ее организации зависят от погоды и времени года. Дети собирают семена цветов, урожай на огороде; зимой могут сгрести снег, делать из него разные сооружения, постройки. Воспитатель может привлекать детей к сбору игрушек, оказанию посильной помощи по наведению порядка на участке. Необходимо стремиться сделать детский труд радостным, помогающим воспитанникам овладеть полезными навыками и умениями.

4. Индивидуальная работа с детьми. Воспитатель в соответствии с планом прогулки проводит индивидуальную работу по познавательному, речевому, социально-коммуникативному, физическому или художественно-эстетическому развитию детей. Для одних организует игры с мячом, метание в цель, для других – упражнения на равновесие, для третьих спрыгивание с пеньков, перешагивание через предметы.

Так же осуществляется работа и по развитию речи ребенка: разучивание потешки или небольшого стихотворения, закрепление трудного для произношения звука и т.п. Можно проводить работу по изобразительной, продуктивной деятельности; постановку театрализованных игр в теплое время года и т.д.

Каждый из обязательных компонентов прогулки длится от 7 до 15 минут и осуществляется на фоне самостоятельной деятельности детей.

5. Самостоятельная деятельность детей. Воспитатель должен руководить самостоятельной деятельностью детей: обеспечить им полную безопасность, научить использовать пособия в соответствии с их назначением, осуществлять постоянный контроль деятельности на протяжении всей прогулки. Важно, чтобы все дети были заняты, не скучали. Тех детей, кто много бегают, можно привлечь к участию в более спокойных играх.

В процессе ежедневного проведения на прогулке подвижных игр и физических упражнений расширяется двигательный опыт детей, совершенствуются имеющиеся у них навыки в основных движениях; развиваются ловкость, быстрота, выносливость; формируются самостоятельность, активность, положительные взаимоотношения со сверстниками.

Составила: Акимова Елена Валерьевна, методист МБОУ ОДПО ЦРО г.о. Самара