***Консультация для воспитателей***

***«Для чего нужна прогулка в детском саду?»***

*С.Ю. Петухова, старший воспитатель*

**Слайд 1** В практике работы воспитателя очень часто от родителей можно услышать такой вопрос: а вы пойдете сегодня гулять? Особенно это волнение со стороны родителей характерно возрасту детей от 2,5 до 3,5 – 4-х лет, в сезонный период от середины осени до середины весны. Родители тревожатся и задумываются над тем, чтобы их ребенок не заболел, не простыл, не промочил одежду и обувь, да и просто не запачкался. В связи с этим многие не хотят, чтобы их дети гуляли на улице вообще.

Поэтому задача педагога, довести до сознания родителей значение прогулок в детском саду.

**Слайд 2** Требования к организации прогулок в соответствии

 с Федеральным законом от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» Статья 30. Локальные нормативные акты, содержащие нормы, регулирующие образовательные отношения.

 требованиями СанПин 2.4.1. 3049-13;

 Уставом ДОУ.;

 инструкцией по охране жизни и здоровья детей, режимом воспитания и обучения детей.

**Слайд 3** **Цели, задачи, виды прогулок.**

Прогулка – режимный момент жизнедеятельности детей в 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 познавательно – речевому, художественно – эстетическому, социально – личностному развитию детей.

**Слайд 4** ***Виды прогулки по месту проведения:***

 на участке Учреждения;

 пешеходные прогулки за пределы участка Учреждения (старший дошкольный возраст на расстояние до двух километров);

 в функциональных помещениях детского сада (в актированные дни).

**Слайд 5** ***Виды прогулок по содержанию:***

 Традиционная;

 Тематическая;

 Целевая (проводится со второй младшей группы с выходом за пределы детского сада);

 Экскурсия (проводится систематически со средней группы не менее 1 раза в месяц);

 Поход, пеший переход (с детьми старшего дошкольного возраста).

***Каждый воспитатель сталкивался с тем, что в конце дня детей остается очень мало и надо их чем-то развлечь. По расписанию вечернее время приходится на время прогулки. Как сделать так, чтобы прогулка не превратилась в томительное ожидание родителей или обеда, а стала интересной и увлекательной?***

**Слайд 6**  Начать стоит с того, что прогулка состоит из пяти частей:

1. наблюдение,
2. подвижные игры в детском саду,
3. игры в детском саду с выносным материалом,
4. индивидуальная работа по физическому воспитанию,
5. трудовая деятельность.

От этого мы и будем отталкиваться. Заметим, что хорошим подспорьем при организации прогулки в детском саду служат методические пособия, разработанные в соответствии с ФГТ. Каждому возрасту посвящена своя книга. В этих методичках подробно расписаны все варианты проведения прогулки, а также приводятся примеры подвижных игр на улице.

**Слайд 7 Требования к содержанию прогулок на участке Учреждения.**

1. Прогулка должна состоять из следующих структурных элементов:

 наблюдение;

 двигательная активность: подвижные, спортивные игры, спортивные упражнения;

 индивидуальная работа по различным направлениям развития воспитанников;

 трудовые поручения;

 самостоятельная деятельность детей.

2. 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.

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

4. Содержание прогулок определяется программой по ознакомлению детей с окружающим с учетом предшествующей деятельности детей, педагогических и оздоровительных задач, и строится в соответствии с календарным планированием в каждой возрастной группе.

**Слайд 8**  **ПРОГУЛКА В ДЕТСКОМ САДУ: Наблюдение**

«Каждая погода — благодать». Любое время года — это находка для любознательных малышей. Наблюдения за листиками, жучками, червячками обычно сопровождается массой вопросов, на которые воспитатель должен быть готов ответить.

Если погода облачная, то можно понаблюдать за облаками: попросить придумать каждому облачку свой образ и название и нарисовать его: можно палочкой на песке или снегу или мелом на асфальте.

Дети очень любят задания на внимательность. Обратите внимание малышей на изменения в природе, которые произошли с утра: у дерева подросли листики, раскрылись бутоны у цветка, стало ветреннее — в природе важна каждая мелочь, которая в совокупности дает природе гармонично развиваться.

Солнце дарит нам не только тепло и свет, но еще и возможность провести интересные игры в детском саду. Найдите вместе с детьми солнечные и теневые стороны, попросите определить наощупь, где теплее.

Если вы прихватите с собой на прогулку небольшое зеркальце, то можно запросто «позвать в гости» солнечного зайчика и поиграть с ним в прятки или догонялки.

**Слайд 9**  **ПРОГУЛКА В ДЕТСКОМ САДУ: Подвижные игры в детском саду**

Согласно пункту 12.6 СанПин предъявляемым к дошкольным учреждениям, «подвижные игры проводят в конце прогулки перед возвращением детей в ДОУ».

Подвижные игры в детском саду знает каждый воспитатель. Приведем пример самых распространенных:

**Светофор**

Воспитатель — светофор, а дети выступают в роли водителей. Воспитатель параллельно командует, на какой скорости разрешено ехать: 1 — шагом, 2 — быстрым шагом, 3 — бегом. Сложность заключается в том, что скорости быстро меняются, да еще надо уследить за цветом светофора и успеть «затормозить» на красный свет.

**Воробьи и вороны**

Когда воспитатель говорит «воробьи», дети должны присесть. Когда воспитатель говорит «вороны», дети должны подпрыгнуть.

**Путаница**

Воспитатель показывает детям на лицо и называет рот, глаза и т.д. Затем воспитатель начинает детей запутывать: показывает на уши, а называет нос, показывает на глаза, а называет уши. Дети же должны показывать то, что воспитатель называет.

**Краски**

Дети встают в шеренгу, а воспитатель называет цвет. У кого этот цвет есть в одежде, делает шаг вперёд. Воспитатель называет другой цвет, дети ищут его на себе, найдя — делают ещё шаг вперёд. Побеждает тот, кто быстрее дойдёт до воспитателя.

**День-ночь**

Дети изображают насекомых и мелких грызунов. Днём они летают и бегают на лужайке, а с наступлением ночи вылетает сова и охотится на них. Дети должны замереть и не шевелится. Кто пошевелится, того сова забирает с собой. Побеждает тот, кто останется на лужайке и не попадётся в лапы сове.

**Слайд 10 ПРОГУЛКА В ДЕТСКОМ САДУ: Игры в детском саду с выносным материалом**

В каждой группе есть выносной материал, рассчитанный на всех детей. Это лопатки, мячики, обручи, ведерки. Предложите малышам продемонстрировать их умение крутить обруч и попадать мячом в ворота. Кто лучше всех справится с заданием, тот и победитель.

На прогулке отлично идут сюжетно-ролевые **игры в детском саду**. Небольшое количество участников — самое оптимальное для такого рода игр: можно открыть «магазин» и продавать в нем камушки и травинки, можно организовать фабрику по производству «песочных» десертов. Параллельно можно устроить конкурс на самый красивый или, скажем, самый большой «песочный» пирог.

**Слайд 11**  **ПРОГУЛКА В ДЕТСКОМ САДУ: Индивидуальная деятельность**

Когда на прогулке остается мало детей, самое время уделить внимание тем упражнениям или тем занятиям, с которыми малыши на занятиях плохо справляются. Например, прыжки, катание на лыжах, бег и т.д.

**Слайд 1** 2 **ПРОГУЛКА В ДЕТСКОМ САДУ: Трудовая деятельность**

Трудовая деятельность зависит от времени года. Если это зима, то попросите ребят помочь «прибраться» на участке — сгрести снег, разровнять его.

Если это теплое время года, то попросите помочь полить растения, подмести постройку, собрать листья и веточки.

Приобщение детей к трудовой деятельности — важный этап в развитии. Заставлять малышей, как правило, не приходится. Они с радостью сами берутся помогать взрослым и даже успевают устроить между собой соревнования.

*И еще один вид деятельности на прогулке, не прописанный в методических пособиях и санитарных нормах — это ОБЩЕНИЕ.*

Просто усадите детей рядом, расскажите какую-нибудь историю, задайте по ней вопросы. Рассмотрите книжки по природе, профессиях, покажите наборы картинок. Расспросите, что дети больше всего любят, как собираются проводить выходные.

Поверьте, иногда живое общение, интерес к рассказам ребенка могут быть ему приятнее и уместнее, чем даже самые увлекательные игры.

**Слайд 13** **Организация детской активности на прогулке**

1. В двигательную деятельность детей на прогулке следует включать подвижные игры и физические упражнения:

На утренней прогулке:

в младшей группе – 6 – 10 минут;

в средней группе – 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.

2. Подвижные игры можно дополнять или заменять спортивными упражнениями или в старшем дошкольном возрасте – спортивными играми, играми с элементами соревнований.

 К спортивным упражнениям относятся: катание на санках, лыжах, катание на велосипедах, самокатах.

 К спортивным играм относятся: городки, баскетбол, бадминтон, настольный теннис, футбол, хоккей; организация самостоятельной двигательной активности, характер и продолжительность зависят от индивидуальных потребностей и интересов детей, развивающей среды; индивидуальные задания (в соответствии с календарным планированием).

**Слайд 1**4 3. В зависимости от погодных условий двигательная деятельность детей на воздухе может быть различной интенсивности, чтобы дети не переохлаждались и не перегревались. Организацию двигательной активности воспитатель продумывает перед выходом на прогулку, ориентируясь на конкретные метеоусловия.

4. Не допускается длительное нахождение детей на прогулке без движений. Особого внимания требуют дети со сниженной подвижностью, малоинициативные, которых следует вовлекать в подвижные игры.

5. 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.

6. Особенности организации двигательной активности в зимний период:

 в холодный период года, воспитателю необходимо следить за тем, чтобы дети дышали носом. Носовое дыхание соответствует формированию у детей умения правильно дышать, предупреждает заболевание носоглотки;

 при низких температурах воздуха нецелесообразно организовывать игры большой подвижности, так как они приводят к форсированию дыхания, когда дети начинают дышать ртом. Не следует также в этих условиях проводить игры, требующие произнесения детьми в полный голос четверостиший, припевок, какого – либо текста.

**Слайд**  7. Организация индивидуальной работы:

 в соответствии с календарным планированием воспитатель осуществляет индивидуальную работу по познавательно – речевому, социально – личностному, физическому или художественно – эстетическому развитию детей;

 с этой целью подготавливаются все необходимые на прогулке материалы и оборудование.

8. Трудовые поручения:

 воспитатель привлекает детей к сбору игрушек;

 оказанию посильной помощи по наведению порядка на участке после прогулки;

 уходу за растениями и т.д.

9. Самостоятельная деятельность:

 В зависимости от целей и задач прогулки воспитатель готовит необходимый выносной материал, пособия для различных видов детской деятельности, соответствующий санитарно – гигиеническим требованиям.

 Воспитатель должен руководить самостоятельной деятельность детей: обеспечить им полную безопасность, научить использовать пособия в соответствии с их предназначением, осуществлять постоянный контроль деятельности детей на протяжении всей прогулки.

**Слайд 1**5 **Требования к организации прогулок за пределами участка Учреждения.**

1. Планирование прогулок за пределы участка планируются со второй младшей группы.

2. Содержание прогулок определяется программой по ознакомлению детей с окружающим.

3. При подготовке к прогулке воспитатель должен предварительно осмотреть место прогулки, маршрут исследования, согласовывать с руководителем детского сада. Маршрут движения группы должен предусматривать как можно меньшее пересечение проезжей части и, по возможности, использование только регулированных переходов.

4. Руководитель ДОУ проводит целевой инструктаж по организации прогулок и экскурсий за пределы участка детского сада со всеми работниками, сопровождающими детей, согласовывает общее количество детей, отправляющихся на прогулку. Руководитель Учреждения издает приказ об ответственности за охрану жизни и здоровья детей.

5. В случае дальней прогулки важно предусмотреть необходимое количество взрослых на 15 детей.

6. Если по каким – то причинам дети из группы остались в Учреждении, они по указанию руководителя Учреждения находятся под присмотром определенного работника, на которого возможно возложение ответственности за жизнь и здоровье детей.

7. Детей во время прогулок, экскурсий должны сопровождать не менее двух взрослых. Один из сопровождающих назначается старшим.

8. Дети строятся в колонну по два и берут друг друга за руки. Во время движения колонной в руках у детей не должно быть никаких предметов и игрушек.

9. Один из сопровождающих колонну находится впереди группы, второй – позади.

10. Каждый из сопровождающих должен иметь красный флажок.

11. Группа детей должна двигаться по тротуару или пешеходной дорожке, придерживаясь правой стороны. Если тротуар или пешеходная дорожка отсутствует, разрешается вести группу детей по левой стороне навстречу движению транспортных средств. Движение по обочине разрешается только в светлое время.

12. Перед пересечением проезжей части группу следует остановить на тротуаре, чтобы растянувшийся строй сгруппировался.

13. Пересекать проезжую часть разрешается только по обозначенным пешеходным переходам, а если их нет – на перекрестках по линии тротуаров или обочин.

14. На регулируемом переходе пересечение проезжей части разрешается только по разрешающим сигналам светофора. В случае смены сигналов до окончания пересечения группой проезжей части сопровождающие остаются на ней до окончания движения группы и покидают проезжую часть после последней пары детей.

15. При пересечении проезжей части на нерегулируемых перекрестках и пешеходных переходах группу следует остановить на тротуаре. Перед началом перехода сопровождающие должны выйти на обе стороны проезжей части с поднятыми красными флажками, чтобы привлечь внимание водителей, и только убедившись, что их сигналы восприняты, старший сопровождающий разрешает переход. Сопровождающие покидают переход после последней пары детей.

16. Пересечение проезжей части вне обозначенных пешеходных переходов или перекрестков разрешается только как исключение, в одном случае: вне населенных пунктов при отсутствии в зоне видимости перехода или перекрестка. Пересекать проезжую часть разрешается под прямым углом к краю проезжей части и только на участках без разделительной полосы и ограждений, там ,где она хорошо просматривается в обе стороны. Перед началом пересечения группой проезжей части сопровождающие выходят на нее, становятся с поднятыми красными флажками лицом навстречу движению транспортных средств. Убедившись в безопасности перехода, старший сопровождающий подает команду, разрешающую начало перехода.

17. Необходимо избегать прогулок по улицам с большим движением.

18. По окончании прогулки, экскурсии, проверить количество воспитанников, сообщить руководителю о возвращении.

**Слайд 1**6 **Требования к организации прогулки в помещениях Учреждения в актированные дни или при неблагоприятных погодных условиях.**

1. В зимний период, в соответствии с графиком определения погодных условий, для установления возможности отмены прогулок на улице с воспитанниками ДОУ, утвержденным приказом заведующей ДОУ исключается или сокращается время пребывания детей на свежем воздухе.

2. В дни сокращения времени или отмены прогулок на свежем воздухе необходимо компенсировать недостаток двигательной активности детей хорошо продуманной организацией динамической (двигательной) прогулки в помещениях учреждения, в соответствии с графиком прогулок в актированные дни.

3. В содержание прогулки в групповых и функциональных помещениях должны быть включены все структурные элементы (см. выше) с учетом имеющихся условий.

4. Организация прогулки при сниженной температуре в прогулочной зоне Учреждения с детьми раннего возраста:

 для наблюдения за изменением температуры необходимо наличие термометра: на высоте 80 см от пола;

 на прогулку и с прогулки детей сопровождает помощник воспитателя;

 в начале прогулки воспитатель организует подвижные игры с большей двигательной активностью для поддержания положительно – эмоционального тонуса, в которых все дети участвуют одновременно или подгруппами, далее – игра средней подвижности;

 в заключении прогулки воспитатель организует спокойные игры или самостоятельную деятельность детей.

**Слайд 17** **Требования к продолжительности прогулки.**

**Режим длительности проведения прогулок на улице.**

СаНПиН пункт: 11.5. Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3 - 4 часа. Продолжительность прогулки определяется дошкольной образовательной организацией в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15 °C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать.

11.6. Рекомендуется организовывать прогулки 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Группа | Температура воздуха | Сила ветра |
| 1 младшая | До - 15  От - 12 | Тихо  До 5 м/с |
| 2 младшая | До - 20  От - 18 | Тихо  До 5 м/с |
| Средняя | До - 25  От - 20 | Тихо  До 7 м/с |
| Старшая и подготовительная | До - 24  До - 30  От - 25  До - 29 | До 2 м/с  Тихо  До 10 м/с  До 3 м/с |