

Слайд 1.

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 на улице является здоровьесберегающим видом деятельности: смена обстановки способствует улучшению эмоционального фона детей, служит профилактикой переутомляемости и восстановлению функциональных ресурсов. Прогулка способствует и умственному развитию: дети получают много новых впечатлений и знаний об окружающем мире, она дает возможность знакомить детей с родным городом, его достопримечательностями, окружающей природой, трудом взрослых и т.д.

Слайд 2

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

Слайд 3

Задачи прогулок:

- оказывать закаливающее воздействие на организм в естественных условиях;
- способствовать повышению уровня физической подготовленности детей дошкольного возраста;
- оптимизировать двигательную активность детей;
- способствовать познавательному-речевому, художественно эстетическому, социально-личностному развитию детей.

Подготовка к прогулке.

Перед выходом на прогулку воспитатель организывает с детьми проведение гигиенических процедур: чистку носа, посещение туалетной комнаты.

Одевание детей нужно организовать так, чтобы не тратить много времени и чтобы воспитанникам не приходилось долго ждать друг друга. Для этого необходимо продумать и создать соответствующие

условия. Одевать и раздевать детей младшей группы при подготовке и возвращении с прогулки необходимо по подгруппам:

- младший воспитатель выводит в приемную для одевания первую подгруппу детей, в которую включает медленно одевающихся детей, детей с низкими навыками самообслуживания;
- воспитатель проводит занятие, гигиенические процедуры со второй подгруппой и выводит детей в приемную;
- воспитатель выходит с первой подгруппой детей на прогулку, а помощник воспитателя заканчивает одевание второй подгруппы и провожает детей на участок к воспитателю.

Малышей помогает одевать младший воспитатель, давая, однако, им возможность самим сделать то, что они могут. Когда у детей выработаются навыки одевания и раздевания, то 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, нужно побуждать родителей предоставлять детям и дома больше самостоятельности.

Детей с ослабленным здоровьем рекомендуется одевать и выводить на улицу со второй подгруппой, а заводить с прогулки с первой подгруппой.

Воспитатель должен научить детей одеваться и раздеваться самостоятельно и в определенной последовательности. Сначала все они надевают колготки, штаны, кофту, затем шапку, верхнюю одежду, шарф, обувь и варежки. При возвращении с прогулки раздеваются в обратном порядке. В летний период после возвращения детей с прогулки необходимо организовать гигиеническую процедуру - мытье ног. В любое время года одежда и обувь должны соответствовать погоде на данный момент и не должны способствовать перегреванию или переохлаждению детей.

В группах *среднего и старшего* возраста воспитатель должен контролировать последовательность одевания, перед выходом на прогулку стоит обращать внимание детей на их внешний вид, помочь устранить очевидные недочеты в процессе одевания.

Образовательные задачи тоже могут решаться в этот момент: закрепляются названия одежды и ее назначение, так же как и названия отдельных деталей одежды, активизируется словарь.

Важным моментом в одевании детей на прогулку является одновременность и последовательность, т.е. дети должны одеваться по

возможности одновременно, чтобы в ожидании медлительного ребенка более быстрый не успел вспотеть.

По окончании прогулки дети собирают игрушки, оборудование. В приемной ребятам нужно аккуратно сложить и убрать свою одежду в шкафчики, переобуться, привести костюм и прическу в порядок, умыться и зайти в группу.

Обязательными составляющими прогулок самых разных видов являются:

- Совместная деятельность взрослого с детьми (*совместная деятельность взрослого с детьми в ходе прогулки проявляется особенно ярко, т. к. осуществляется тесное общение между ними во всех видах деятельности.*)
- Совместная деятельность со сверстниками.
- Самостоятельная деятельность ребенка.

Структура прогулки: (Слайд 4)

1. Наблюдение.
2. Подвижные игры.
3. Дидактические игры.
4. Индивидуальная работа с детьми по развитию движений, физических качеств.
5. Труд детей на участке.
6. Самостоятельная игровая деятельность.

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

Первое, с чем встречается ребенок на прогулке - это огромный мир природы, с которым необходимо его познакомить, помочь понять, принять, полюбить и бережно к нему относиться.

Таким образом, основной метод обучения - это **наблюдения**. Что же такое наблюдение?

Наблюдение – это умение всматриваться в явления окружающего мира, выделять в них существенное, основное, замечать происходящие изменения, устанавливать их причины, делать выводы. Задача воспитателя - пробудить интерес, познавательную активность детей,

развить наблюдательность, желание и умение смотреть и видеть мир. Наблюдения можно проводить с целой группой детей, с подгруппами, а также с отдельными детьми.

Проводить их надо ежедневно, но каждый раз детям должны предлагаться разные объекты для рассмотрения.

Объектами наблюдений могут быть:

- Живая природа: растения, животные и птицы;
- Неживая природа: сезонные изменения и различные явления природы (дождь, снег, журчащие ручьи);
- Труд взрослых.

Виды наблюдения по времени:

- *Кратковременные* наблюдения организуются для формирования у детей знаний о свойствах и качествах предмета или явления (дети учатся различать форму, цвет, величину, пространственное расположение частей и характер поверхности, а при ознакомлении с животными и птицами - 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.

Организуя длительные наблюдения, воспитатель должен всегда соблюдать данную последовательность:

1. устанавливаются факты;
2. формируются связи между частями объекта;
3. идет накопление представлений у детей;
4. проводятся сопоставления;
5. делаются выводы и устанавливаются связи между проводимым сейчас наблюдением и проведенным ранее.

Окружающая жизнь и природа дают возможность для организации интересных и разнообразных наблюдений.

Воспитатель организует наблюдения детей за общественной жизнью и явлениями природы и за пределами участка. С этой целью организуются *целевые прогулки*.

С детьми *младшего* возраста целевые прогулки проводятся на небольшое расстояние, недалеко от детского сада. Воспитатель показывает дома, транспорт, пешеходов.

Дети *средней группы* имеют более устойчивое внимание. На прогулке детей приучают более внимательно наблюдать явления живой и неживой природы и устанавливать простейшие связи между ними, у

детей формируются конкретные представления о жизни растений и животных; интерес к труду взрослых и желание трудиться самим.

С детьми *старшей группы* проводятся целевые прогулки на другие улицы, в ближайший парк или лесок. Дети знакомятся с правилами поведения в общественных местах и правилами уличного движения. Расширяется и уточняется представление детей о явлениях в живой и неживой природе, формируется реалистическое понимание этих явлений и умение устанавливать взаимосвязь между ними. Дети могут выделять характерные признаки, анализировать и правильно передавать воспринятое словами и в рисунках. Развивается желание помогать сверстникам.

В *подготовительной к школе* группе дети под руководством воспитателя продолжают наблюдать за погодой и сезонными изменениями в жизни растений и животных. Воспитатель развивает у детей умение обобщать накопленные представления о природе, анализировать, строить выводы, развивает способность воспринимать красоту, что способствует формированию эстетического вкуса дошкольников.

Дети получают много непосредственных впечатлений об окружающем, расширяется их кругозор, углубляются знания и представления, развивается наблюдательность и любознательность. Движения на воздухе оказывают положительное влияние на физическое развитие. Длительная ходьба во время прогулки требует от детей определенной выдержки, организованности и выносливости.

Наблюдения во время проведения целевых прогулок (к перекрестку, по улицам города, к определенному объекту - школа, магазин, почта, библиотека и т.д.) должны быть яркими, интересными, содержательными, несущими в себе новизну. Этому способствуют, во-первых, сами объекты наблюдения и всплеск положительных эмоций детей при их виде. Во-вторых, образная речь взрослого, его умение использовать стихотворные тексты, загадки, пословицы и поговорки, которые воспринимаются детьми с большим интересом, обогащают их словарный запас, развивают эстетические чувства.

Приемы привлечения внимания детей к наблюдению: сюрпризные моменты, загадки, постановка познавательной задачи, проблемная ситуация.

Приемы активизации: поисковые вопросы, действия, сравнение, использование детского опыта.

Ведущее место на прогулке отводится играм, преимущественно *подвижным*. В них развиваются основные движения, снимается умственное напряжение от занятий, воспитываются моральные качества.

Выбор игры зависит от времени года, погоды, температуры воздуха. В холодные дни целесообразно начинать прогулку с игр большей подвижности, связанных с бегом, прыжками, т.к. веселые и увлекательные игры помогают детям лучше переносить холодную погоду. В сырую, дождливую погоду следует организовать малоподвижные игры, которые не требуют большого пространства.

Во время прогулок могут быть широко использованы игры с прыжками, метанием, упражнениями в равновесии, бессюжетные народные игры с предметами, такие как «Кольцебросы», «Сбей кегли», а в старших группах - элементы спортивных игр: волейбол, баскетбол, городки, бадминтон, настольный теннис, футбол, хоккей. В жаркую погоду дети с удовольствием принимают участие в играх с водой.

В младшем возрасте рекомендуются подвижные игры с текстом (подражание действиям воспитателя. «Дедушка Мазай», «Два весёлых гуся»).

В средней группе воспитатель распределяет роли среди детей (роль водящего выполняет ребенок, который может справиться с этой задачей. «У медведя во бору», «Лиса в курятнике»).

В старшей и подготовительной группе проводятся игры-эстафеты, спортивные игры, игры с элементами соревнования.

Во время прогулки воспитателю необходимо следить за тем, чтобы все дети были заняты, не скучали, чтобы никто не озяб или не перегрелся. Тех детей, кто много бегают, нужно привлекать к участию и в более спокойных играх.

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

Заканчиваются подвижные игры ходьбой или игрой малой подвижности, постепенно снижающей физическую нагрузку. 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.

Дидактические игры и упражнения являются приемом стимуляции детской активности. Они непродолжительны, занимают по времени не более 3-5 минут. Проводятся несколько раз в течение одной прогулки.

Дидактические задания должны быть разнообразны, с использованием игровых элементов, доступны по выполнению, понятны каждому ребенку.

Виды дидактических игр:

- Игры с предметами (игрушками или природным материалом),
- Словесные игры.

Дидактическое упражнение может быть предложено детям в начале, в конце, а может вплестаться в ход наблюдения, например, «Принеси желтый листик», «Найди по листу дерево», «Найди дерево или кустарник по описанию», «Сколько воробьев у кормушки, сколько синиц?» и т.д. Проводят их со всей группой либо с несколькими детьми.

Дидактические задания могут решать одновременно несколько задач: закрепление цвета, формы, величины предметов, выполняться с использованием разных форм детской активности, например, с помощью активных движений, когда детям предлагается: «Покажи дерево. Найди такое же», или «Раз, два, три! К тополи беги». И тут же ставится другая более сложная задача: «А как ты узнал, что это тополь?»

Очень часто дидактические задания переплетаются с трудовыми поручениями. Например, собрали осенние листья, стало чисто, из листьев стали делать украшения, разобрали по форме, цвету, размеру.

Дидактические задания предоставляют детям возможность проявить собственное творческое начало, стимулирует их мыслительные операции, предлагают выполнять исследовательские действия. В ходе всей этой работы у детей происходит активное накопление чувственного опыта, развивается наблюдательность, внимание, память. Во время выполнения дидактических игр и заданий совершенствуются пространственные ориентировки каждого, идет интенсивное увеличение, обогащение словарного запаса.

После организации деятельности со всей группой и с подгруппами нужно предоставить детям возможность самореализации своих интересов и переключиться на *индивидуальные формы работы с детьми*. Это может быть работа с детьми, нуждающимися в исправлении речи, отстающими в развитии движений, недостаточно воспитанными, любознательными, малоактивными. Следует использовать беседы, разговоры с детьми, различные упражнения, дидактические игры, заучивание стихов и т.д. Важно, чтобы ребенок, с которым ведется индивидуальная работа, понимал ее необходимость и охотно выполнял предложенные задания. Для одних ребят можно организовать игру с мячом, метание в цель, для других - упражнение в

равновесии, для третьих - перепрыгивание через скакалку, перешагивание через гимнастические палки, веточки.

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.

Большое воспитательное значение имеет **трудовая деятельность на прогулке**. Важно, чтобы для каждого ребенка задания были посильными, интересными и разнообразными, а по длительности не превышали 5-20 минут (в зависимости от характера труда и возраста воспитанников).

Формами организации труда детей являются:

- Индивидуальные трудовые поручения;
- Работа в группах;
- Коллективный труд.

Индивидуальные трудовые поручения применяются во всех возрастных группах детского сада. 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. Работа организуется как «труд рядом», при этом дети не испытывают никакой зависимости друг от друга. Малыши пока еще выполняют поручения только при условии, что взрослый рядом, что он всегда поможет, поощрит, подбодрит улыбкой, словом, ласковым жестом. Совместные со взрослым дела, близость к взрослому, его оценка, поощрение составляют стержень активности младших дошкольников. Гордость за достигнутый результат повышает самооценку каждого малыша. Воспитатель привлекает детей к сбору игрушек, оказанию посильной помощи по наведению порядка на участке после прогулки, уход за растениями и т.д.

У детей старшего возраста индивидуальные поручения становятся длительными, например, собрать и оформить гербарий.

В средней группе одновременно могут работать **две подгруппы** и выполнять разные трудовые поручения. Воспитателю необходимо дать объяснение всего задания - последовательных этапов труда - и проявлять внимание к качеству выполняемой детьми работы.

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. Необходимо сформировать у воспитанников умение принять трудовую задачу,

представить результат ее выполнения, определить последовательность операций, отобрать необходимые инструменты. Дети способны самостоятельно заниматься трудовой деятельностью (при небольшой помощи воспитателя).

Детей старшего возраста привлекают к сбору семян с клумбы, осенних листьев для гербария и украшения групповой комнаты, поддержанию порядка на прогулочном участке и верандах. Для успешного решения задач по развитию самостоятельности 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 (например, уборка опавших листьев на прогулочном участке) 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 так же следует подводить к пониманию того, что нужно делать не только интересную работу, но и необходимую. В процессе ее выполнения важно сформировать положительное отношение, уважение к труду взрослых, желание включиться в трудовой процесс, а затем проявлять самостоятельность, инициативу.

Включение детей в выполнение первых трудовых поручений обогащает каждого из них. Они учатся уважать и ценить труд других людей и приходить к ним на помощь, познают правила выполнения трудовых заданий, приобретают навыки пользования орудиями труда, к тому же учатся бережно обращаться с инвентарем. При выполнении трудовых действий, успешно формируются такие личностные качества, как уверенность в собственных силах, самостоятельность, инициативность, умение довести начатое дело до конца. Формируются положительные взаимоотношения со сверстниками.

Важный компонент прогулки - это *самостоятельная деятельность детей*, это и организованные детьми сюжетно-ролевая, и подвижная игра. Для того, чтобы дети могли себя занять, необходимо иметь различное оборудование: полифункциональный материал, игрушки, спортивный инвентарь, материал для игр с песком или снегом, атрибуты к подвижным и спортивным играм... Во время самостоятельной игровой деятельности дети отражают впечатления, полученные в процессе занятий, экскурсий, в повседневной жизни, усваивают знания о труде взрослых.

Виды прогулок (по месту проведения): Слайд 5

- На участке детского сада.

Здесь проводятся прогулки ежедневно, с соблюдением компонентов (структуры) прогулки, реализуются все основные педагогические задачи. Разнообразить занятия на площадке группы можно различными заданиями, новыми играми, использованием непривычных выносных материалов.

- За территорией д/с.

С воспитанниками должен быть проведён инструктаж о плане маршрута и соблюдении мер безопасности во время его прохождения. Целью прогулок в ближайшие парки и скверы служат наблюдения за представителями растительного и животного мира (птиц, животных, различных деревьев, цветов) и за жизнью людей (работой, занятиями спортом и др.). Если ребятам предстоит пересечь проезжую часть, чтобы дойти до места прогулки, следует накануне повторить с воспитанниками правила поведения пешеходов (где разрешено переходить дорогу и как это делать).

Виды прогулок (по содержанию): Слайд 6

Традиционно-тематические, которые построены по принципу доминирования вида детской деятельности или являются продолжением темы дня в образовательном процессе.

Инновационные-тематические прогулки представляют собой не что иное, как создание и последующее внедрение принципиально нового компонента, вследствие чего происходят качественные изменения среды. Такие прогулки можно проводить на территории и за территорией детского сада. К ним можно отнести:

- Прогулки-походы.
- Развлекательные прогулки с персонажем.
- Прогулки-события (на территории и за территорией д/с).
- Прогулки - трудовые акции.
- Спортивные прогулки.

Прогулки-походы представляют собой организованный вид деятельности, в ходе которого решаются оздоровительные задачи, совершенствуются двигательные навыки и физические качества детей, удовлетворяются их познавательные потребности, воспитывается любовь и эстетическое отношение к природе. Проводить их следует с детьми старшего дошкольного возраста. Оптимальное количество таких прогулок две-три в год. Если проводить их чаще, то эти прогулки могут утратить свою привлекательность, у детей снизится к ним интерес.

Слайды 7, 8

Развлекательные прогулки с персонажем направлены на создание позитивного эмоционального фона, эмоциональную и психологическую разгрузку детей, удовлетворение их потребности в двигательной активности. Персонаж помогает заинтересовать всех детей группы, привлечь их к совместной игровой деятельности, наблюдениям, труду.

Слайды 9, 10

Прогулка-событие посвящается определенной теме (Дню Космонавтики, Дню защитника Отечества, Дню Победы, Дню города, Дню знаний и др.) или событию в детском саду (установили новый игровой комплекс, спортивное оборудование, обновили песок в песочницах и др.). Прогулка-событие помогает воспитателю подчеркнуть важность события, уточнить знания детей, выяснить характер восприятия определенной темы. (*Слайды 11-21*)

В прогулках - трудовых акциях преобладают трудовые поручения, воспитанники приобщаются к разным формам труда в соответствии с сезоном и погодными условиями. У детей формируется понимание, что труд на природе - это не игра или развлечение, а серьезное занятие. На таких прогулках дети учатся трудиться коллективно, сообща. (*Слайды 22-30*).

Спортивная прогулка - особый вид прогулки, в которой используются разнообразные элементы детской деятельности спортивной тематики.

Цели и задачи спортивной прогулки предусматривают укрепление здоровья, профилактику утомления, физическое и умственное развитие, оптимизацию двигательной активности детей. Акцент в таких прогулках делается на формировании физических качеств, воспитании интереса к спорту и здоровому образу жизни. (*Слайд 31*)

В ходе спортивной прогулки следует чередовать задания с высокой двигательной активностью и игры малой подвижности, командные игры и подгрупповые, индивидуальные упражнения.

Организация спортивной прогулки предполагает знакомство воспитанников с различными видами спорта, спортсменами. Возможна экскурсия или целевая прогулка на стадион (городской, школьный, дворовый). Наблюдение за тем, как занимаются спортсмены или школьники, поможет вызвать у дошкольников интерес, желание заниматься спортом. (*Слайды 32-35*)

Спортивная прогулка не может быть насыщена только двигательными видами деятельности. Рекомендуется подбирать задания познавательного характера и спортивной направленности. Например, дидактические игры: «Летние и зимние виды спорта», «Какой вид спорта здесь лишний?», «Узнай по силуэту», «Какие виды спорта с мячом вы знаете?», игры на внимание «Верно ли исходное положение при метании, беге?», на

воображение «Изобрази вид спорта». Также можно включать литературные задания (загадки, считалки, стихи)...

*Итак, прогулка - это каждый раз открытие, это свободное детское время, общение с миром, друг с другом... (Слайды 36-38)
Основная задача педагогической работы воспитателя на прогулке состоит в обеспечении активной, содержательной, разнообразной, интересной для детей деятельности, которая поможет осуществлять задачи всестороннего развития и сохранения жизни и здоровья воспитанников. (Слайд 39)*