КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ ВОСПИТАТЕЛЕЙ

«ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ПРОГУЛКИ В ДЕТСКОМ САДУ: МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ»

Подготовила: старший воспитатель
МБДОУ «Детский сад № 243 г. Челябинска»
Федорова М. С.

Значение прогулки в развитии дошкольников

Прогулка занимает важнейшее место в режиме дня детского сада. Трудно переоценить её значение: на прогулке дети активно двигаются, дышат свежим воздухом, познают окружающий мир, приучаются к труду. Всё это полезно для здоровья, физического и умственного развития детей.

Нормативные требования к организации прогулки

Согласно действующим санитарным нормам (СанПиН 1.2.3685-21):

Параметр	Норматив
Ежедневная продолжительность прогулки	Не менее 3 часов *таб. 6.7*
Количество прогулок в день	2 раза: в первую половину дня (до обеда) и во вторую половину (после дневного сна или перед уходом детей домой)
Сокращение прогулки	При температуре воздуха ниже -15°С и скорости ветра более 7 м/с *п.185*

Структура прогулки

Прогулка состоит из нескольких обязательных структурных компонентов:

1. **Наблюдение** (за живой и неживой природой, сезонными изменениями)
2. **Двигательная активность** (подвижные игры, спортивные упражнения)
3. **Трудовая деятельность** (посильные поручения, коллективный труд)
4. **Индивидуальная работа** (с отдельными детьми по различным направлениям)
5. **Самостоятельная игровая деятельность**

Важно! Последовательность структурных компонентов может варьироваться в зависимости от вида предыдущего занятия:

Ситуация	Рекомендуемая последовательность
До прогулки было занятие, требующее умственного напряжения	Начать с подвижных игр, затем наблюдение
До прогулки было физкультурное или музыкальное занятие	Начать с наблюдения или спокойной игры

Содержание прогулки по видам деятельности

1. Наблюдение

Наблюдение – основное средство познания природы. Ознакомление детей с сезонными явлениями, их последовательностью, причинами изменений позволяет формировать основы экологического мировоззрения.

Что можно наблюдать:

- Явления неживой природы (ветер, облака, солнце, осадки)
- Растительный мир (деревья, кустарники, цветы)
- Животный мир (птицы, насекомые)
- Сезонные изменения
- Труд людей

Примерная структура наблюдения:

- Проблемная ситуация или вопрос
- Рассматривание объекта

- Обсуждение, сравнение
- Художественное слово (стихи, загадки, пословицы)
- Вывод

Пример: наблюдение за рябиной осенью. Задачи: учить находить сходство и различия красной и черной рябины. Художественное слово: стихи о рябине, загадки.

2. Двигательная активность

В содержание двигательной деятельности на прогулке включаются:

- Подвижные игры (2-3 игры большой подвижности, 2-3 игры малой и средней подвижности)
- Спортивные упражнения
- Игры на выбор детей

Время проведения подвижных игр на утренней прогулке:

Возрастная группа	Продолжительность
Младший возраст	6-10 минут
Средний возраст	15-20 минут
Старший возраст	20-30 минут

Рекомендации:

- Каждый месяц разучивать 2-3 новые подвижные игры
- Выносить атрибуты спортивных игр в достаточном количестве (мячи, кегли, скакалки, обручи)
- Учитывать сезон и погодные условия

Примеры подвижных игр:

- Младший возраст: «Воробышки и автомобиль», «Солнышко и дождик», «Поезд»
- Старший возраст: «Зайцы и волк», «Мыши в кладовой», игры-эстафеты

3. Трудовая деятельность

Формы организации труда на прогулке:

- Индивидуальные поручения
- Работа в подгруппах
- Коллективный труд

Примеры трудовых поручений:

- Сбор опавших листьев
- Уборка участка от веток
- Сбор семян цветов
- Подкормка птиц зимой

4. Индивидуальная работа

На прогулке создаются уникальные возможности для индивидуальной работы:

Направление	Виды деятельности
Физическое развитие	Отработка движений: прыжки, метание, равновесие
Речевое развитие	Разучивание скороговорок, составление описательных рассказов
Познавательное развитие	Наблюдения, эксперименты, математические задания (счет предметов)

5. Самостоятельная игровая деятельность

Для организации самостоятельной деятельности необходимо создать условия:

- Выносной материал в достаточном количестве
- Оборудование для сюжетно-ролевых игр
- Природный материал (песок, вода, камешки)

Педагог может заранее спланировать самостоятельную деятельность детей с учётом темы дня .

Организация прогулки в разных возрастных группах

Младший возраст (3-4 года)

- Преобладают кратковременные наблюдения за яркими объектами
- Игры простые, с одним-двумя движениями
- Трудовые поручения элементарные (собрать игрушки)
- Обязателен показ и объяснение

Средний возраст (4-5 лет)

- Наблюдения становятся более длительными
- Игры с правилами, сюжетно-ролевые игры
- Трудовые поручения разнообразнее
- Дети учатся сравнивать, анализировать

Старший возраст (5-7 лет)

- Длительные наблюдения, установление причинно-следственных связей
- Сложные подвижные игры, игры-эстафеты
- Коллективный труд
- Элементы экспериментирования

Нетрадиционные виды прогулок

Для разнообразия образовательного процесса рекомендуется использовать различные виды прогулок :

Вид прогулки	Цель	Особенности
Прогулка-развлечение	Создать радостное настроение	Включает сюрпризные моменты, аттракционы
Прогулка-игра (соревнование)	Развивать двигательную активность	Эстафеты, командные игры
Прогулка-поиск	Развивать наблюдательность	Поиск клада, выполнение заданий по карте
Прогулка-путешествие	Расширять кругозор	Остановки на разных станциях с заданиями
Прогулка-наблюдение	Углублять знания о природе	Целенаправленные наблюдения
Прогулка-творческая мастерская	Развивать творческие способности	Рисование на асфальте, поделки из природного материала

Требования к выносному материалу

Выносной материал должен:

- Соответствовать возрасту детей
- Быть безопасным

- Находиться в достаточном количестве
- Обновляться в зависимости от сезона и темы недели

Примерный перечень выносного материала:

Сезон	Оборудование
Лето	Совочки, ведерки, формочки для песка, мячи, скакалки, обручи
Осень	Грабли детские, ведерки для сбора листьев, гербарные папки
Зима	Лопатки, санки, ледянки, печатки для снега
Весна	Совочки, грабли, лейки, кораблики для ручейков

Требования безопасности при проведении прогулки

1. **Ежедневно перед прогулкой** осматривать участок:
   - Отсутствие опасных предметов (битое стекло, острые палки)
   - Исправность игрового оборудования
   - Чистота песочницы
2. **Перед выходом на прогулку:**
   - Проверить, как дети одеты (соответствие погоде)
   - Напомнить правила поведения
3. **Во время прогулки:**
   - Обеспечивать постоянный визуальный контроль
   - Не допускать переохлаждения или перегрева
   - Следить за соблюдением правил безопасности в играх
4. **Окончание прогулки:**
   - Организованно завести детей в помещение
   - Проверить, все ли игрушки собраны
   - Проследить за просушиванием одежды и обуви

Методические рекомендации по подготовке воспитателя к прогулке

Для эффективной организации прогулки воспитателю необходимо:

1. **Заранее планировать** содержание прогулки с учётом:
   - Темы недели
   - Погодных условий
   - Возрастных особенностей детей

- Предшествующих занятий
2. **Готовить выносной материал** в соответствии с запланированными видами деятельности
3. **Продумывать организационный момент**, мотивацию детей
4. **Распределять внимание** между всеми детьми, особенно в процессе подвижных игр
5. **Сочетать разные виды деятельности**, не допуская переутомления или, наоборот, длительного бездействия детей

Памятка для воспитателя «Как сделать прогулку интересной»

- Каждый день находите что-то новое в знакомом окружении
- Используйте художественное слово (стихи, загадки, пословицы)
- Создавайте проблемные ситуации («Почему лужа высохла?»)
- Поощряйте детские вопросы и инициативу
- Играйте вместе с детьми, но не подавляйте самостоятельность
- Чередуйте активные и спокойные игры
- Используйте прогулку для индивидуальной работы с детьми

Заключение

Правильно организованная прогулка в полной мере реализует свои развивающие и оздоровительные функции. Она способствует не только физическому развитию детей, но и обогащению их представлений об окружающем мире, воспитанию бережного отношения к природе, развитию наблюдательности и любознательности.

Помните: **прогулка – это не перерыв между занятиями, а продолжение образовательного процесса в иной, не менее важной форме**.