

Методическая разработка
На тему: «Прогулки во 2 младшей группе в детском саду с применением
здоровьесберегающих технологий»

Подготовила: воспитатель Помогаева Л.Л.

Актуальность:

В настоящее время одной из наиболее важных и глобальных проблем является состояние здоровья детей. Вырастить здорового ребенка - вот самое главное, что необходимо сделать нам, педагогам дошкольных учреждений. Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка - это основа формирования личности.

Физическое здоровье детей неразрывно связано с их психическим здоровьем, эмоциональным благополучием. Исходя из принципа “здоровый ребенок - успешный ребенок”, считаю невозможным решение проблемы воспитания социально адаптированной личности без осуществления системы мероприятий по оздоровительной работе и физическому воспитанию детей. Поэтому в настоящее время в качестве одного из приоритетных направлений педагогической деятельности выделяется применение в условиях детского сада здоровьесберегающих технологий.

Здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду - это прежде всего технологии воспитания валеологической культуры или культуры здоровья дошкольников.

Современные здоровьесберегающие технологии, используемые в системе дошкольного образования отражают две линии оздоровительно-развивающей работы:

- приобщение детей к физической культуре
- использование развивающих форм оздоровительной работы.

Цель:

- обеспечение высокого уровня здоровья воспитанников детского сада и воспитание культуры, как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровому образу жизни человека, валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, на прогулках.

Задачи:

- осуществлять планирование прогулки с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными особенностями воспитанников;
- сохранения и укрепления здоровья детей, как физического, так и психического;
- обеспечить [детям](#) полноценный активный отдых на прогулке,
- создать эмоциональный [комфорт](#) у детей;
- стимулировать [детей к](#) включению в процесс двигательной активности;
- [развивать](#) физические качества: ловкость, выносливость, скорость, точность,

- пробуждать у детей дух соревнования, стремление к победе;
- приобщения детей к здоровому образу жизни и овладению современными здоровьесберегающими технологиями.

Прогулка - одна из сложнейших видов деятельности воспитателя, важнейший режимный момент, требующий от педагога высокого профессионализма. В процессе ежедневного проведения на прогулке подвижных игр и физических упражнений расширяется двигательный опыт детей, совершенствуются имеющиеся у них навыки в основных движениях; развивается ловкость, быстрота, выносливость; формируется самостоятельность, активность, положительные отношения со сверстниками, развиваются познавательные интересы.

Конспекты прогулок в данной методической разработке на тему: «Прогулки в детском саду с применением здоровьесберегающих технологий» ориентированы на новые подходы, которые заявлены в ФГОС: деятельностный, развивающий и личностно-ориентированный, здоровьесберегающий.

Содержание разработки соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики и обеспечивает единство воспитательных, здоровьесберегающих, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста на прогулке, в процессе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию детей.

При создании методической разработки особое внимание уделено содержанию образовательного процесса детей дошкольного возраста на прогулке, которое направлено на формирование общей культуры, развитие физических, интеллектуальных и личностных качеств, формирование разнообразных видов деятельности, обеспечивающих социальную успешность, сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста. В методической разработке «Прогулки в детском саду с применением здоровьесберегающих технологий» содержание конспектов включает в себя совокупность реализации задач образовательных областей: физическое развитие, социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, художественно-эстетическое развитие, речевое развитие. Обеспечивается разностороннее развитие детей с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по основным направлениям. Содержание образовательной области «Физическое развитие» на прогулке направлено на формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Развитие игровой деятельности детей, приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми (в том числе моральным), формирование положительного отношения к себе, формирование гендерной принадлежности является содержанием образовательной области «Социально-коммуникативное развитие».

Содержание образовательной области «Познавательное развитие» на прогулке включает развитие сенсорной культуры, развитие познавательно-исследовательской и продуктивной деятельности, формирование элементарных математических представлений, расширение кругозора. Содержание образовательной области «Речевое развитие» на прогулке направлено на развитие связной, грамматически правильной диалогической и монологической речи, развитие речевого творчества.

Методическая разработка представляет собой развернутые конспекты проведения прогулок в младшей группе на все сезоны и включает в себя разнообразие игровых упражнений для дошкольников, направленных на развитие важнейших психических процессов: воображения, мышления, памяти и внимания.

Каждая прогулка структурирована по определенному плану: самостоятельная двигательно-игровая деятельность, подвижные игры, познавательно-исследовательская деятельность, организованная физкультурная разминка. Наблюдения за явлениями природы и погоды способствуют обогащению лексического запаса детей, развитию монологической речи. Гармонично в прогулки входит художественное слово. Спортивные разминки и индивидуальные трудовые поручения развивают детей физически. Основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра. Подвижные игры, игры по желанию детей организуют детский коллектив, помогают выявить лидерские качества. Подбор подвижных игр и физических упражнений зависит от предшествующей работы в группе.

Во время прогулки можно выделить 5 основных компонентов:

1. Наблюдения за сезонными изменениями живой и неживой природе. Закреплять знания детей о времени года. Развивать наблюдательность. Во время прогулки взрослый обращает внимание детей на окружающую природу, на погодные изменения, на труд в природе. Это существенно расширяет кругозор ребенка. Ведь можно наблюдать за птицами, за опадением листьев, за цветением растений, за звуками природы. Можно выбрать один объект, например, посадить свое дерево и наблюдать за его ростом, за природными изменениями в нем (почки, листочки, листопад).
2. Трудовая деятельность. Приобщать ребенка к труду в природе – одна из задач воспитания. Какими видами труда может заниматься маленький человечек во время прогулки? Главное помнить, что труд для ребенка должен быть посильным! Это может быть подметание листьев, уборка дорожек от снега, пополнение песочницы песком, полив и окучивание растений. Трудовую деятельность на прогулке можно разделить на индивидуальную или коллективную.
3. Подвижные игры и упражнения на прогулке. Ни что так не закаляет организм ребенка, как двигательная активность на открытом воздухе. Организовать детей на подвижную игру не составит большого труда – они с удовольствием будут играть все вместе и сами предлагать различные, уже знакомые и любимые, подвижные игры.
4. Индивидуальная работа. Во время прогулки педагог проводит индивидуальную работу с детьми. В чем она заключается? Воспитатель знает, какие есть проблемы в развитии того или иного ребенка и постоянно пытается помочь ему в их решении. Можно позвать ребенка к себе и вместе с ним, например, совершенствовать какое-либо физическое движение, которое не получалось у него, заучивание стихов, беседы др.
5. Самостоятельная деятельность детей. Самостоятельная деятельность детей на прогулке также нуждается в 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 участке, собрал игрушки. Так создаются хорошие условия для всестороннего развития и воспитания детей на прогулке.

Это деятельность, где ребенок может подключить фантазию и свои интересы. Пообщаться с друзьями или побыть один. Как видим, прогулка у детишек насыщенная и интересная.