

# ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ПРОГУЛКИ В ДЕТСКОМ САДУ

Составила : Сенникова Т.В.



# **Прогулка является очень важным режимным моментом жизнедеятельности детей**

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

## **Задачи прогулки**

Во время прогулки в полной мере должны реализовываться образовательные задачи.

- Оздоровление детей.
- Физическое развитие.
- Развитие самостоятельности.
- Расширение кругозора.
- Ознакомление с окружающим миром.
- Воспитание эстетических чувств, культуры поведения.



## Требования безопасности при организации прогулок

Перед выходом детей на прогулку воспитатель осматривает территорию участка на предмет соответствия требованиям безопасности .

Крыльцо каждой группы и лестницы не должны быть травмоопасными ( осенью, весной и летом без предметов, в зимнее время- без наледи).в зимнее время года приказом руководителя выход всех групп осуществляется через центральный вход.

Весь выносной материал ( игрушки и инвентарь) должен быть безопасным



**При планировании** прогулки воспитатель должен учитывать множество разнообразных факторов:

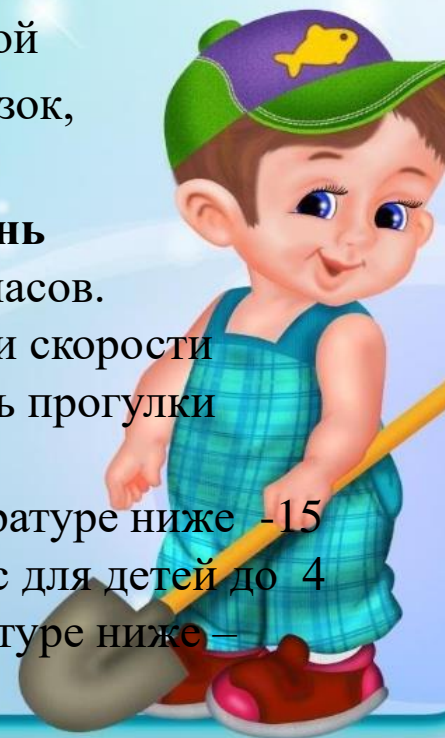
- погодные условия;
- возраст и контингент детей;
- наличие инвентаря и соответствующего оборудования;
- предыдущие занятия в группе;
- познавательные интересы детей и многое другое.

**При организации прогулки** следует соблюдать разумное чередование совместной деятельности с воспитателем и самостоятельной деятельности детей, специально организованных образовательных ситуаций и свободной игровой и практической деятельности по выбору детей, физических и умственных нагрузок, активной деятельности и отдыха.

**Прогулка организуется 2 раза в день** продолжительностью не менее 3-4 часов.

При температуре воздуха ниже – 15 и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается.

Прогулка не проводится при температуре ниже -15 С и при скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет. А для детей 5-7 лет при температуре ниже – 20С и ветра более 15м/с.



## Требования к подготовке и возвращению с прогулке

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

**Одевать и раздевать детей при подготовке и возвращении с прогулки необходимо по подгруппам:**

### Этапы подготовки к прогулке

воспитатель выводит в приемную для одевания первую подгруппу детей, в которую включает медленно одевающихся детей, детей с низкими навыками самообслуживания

помощник воспитателя проводит 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

в помощь при одевании в каждую группу раннего и младшего дошкольного возраста закрепляются сотрудники из числа рабочего и медицинского персонала ДОУ

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

## Требование к одежде детей

- в любое время года одежда и обувь должны соответствовать погоде на данный момент и не должны способствовать перегреванию или переохлаждению детей;
- при колебаниях температуры от +3 до -3°C и слабом ветре одежда детей должна состоять из трех слоев, включая белье. Верхняя одежда состоит из утепленной куртки, брюк или гамаш; на ногах утепленные ботинки;
- при температуре от -4 до -10°C детям надевают зимнюю куртку или пуховик при трех слоях одежды.
- при более низких температурах рекомендуется увеличивать количество слоев одежды до четырех или пяти в зависимости от теплозащитных свойств верхней одежды.
- в летний период во избежание перегрева детям надевают легкие головные уборы.



В уголок для родителей следует поместить **РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ЗАКАЛИВАНИЮ**, соответствующие возрасту детей и времени года. Призывайте родителей не перегревать ребенка, **одевать детей в соответствии с погодными условиями.**

# Виды прогулки (по месту проведения)



НА УЧАСТКЕ ДОО



ПЕШЕХОДНЫЕ  
ПРОГУЛКИ ЗА  
ПРЕДЕЛЫ ДОО



# Разновидности прогулок

- **Типовая** — максимально свободная деятельность детей (максимум атрибутов).
- **Комбинированная:** целевая прогулка и свободная деятельность.
- Прогулка – экскурсия - поход.
- Тематическая.
- Спортивные эстафеты.

## Структурные компоненты прогулки

1. Разнообразные наблюдения.
2. Основные движения и подвижные игры.
3. Дидактические игры.
4. Трудовая деятельность.
5. Самостоятельная игровая деятельность детей.
6. индивидуальная работа с детьми (развитие речи, познавательное развитие).

*Каждый из обязательных компонентов прогулки занимает по времени от 7 до 15 минут в младшем возрасте и от 20 до 25 минут в старшем и осуществляется на фоне самостоятельной деятельности детей.*



# НАБЛЮДЕНИЕ



За живыми объектами



За неживыми объектами



За явлениями окружающей действительности



## Наблюдение

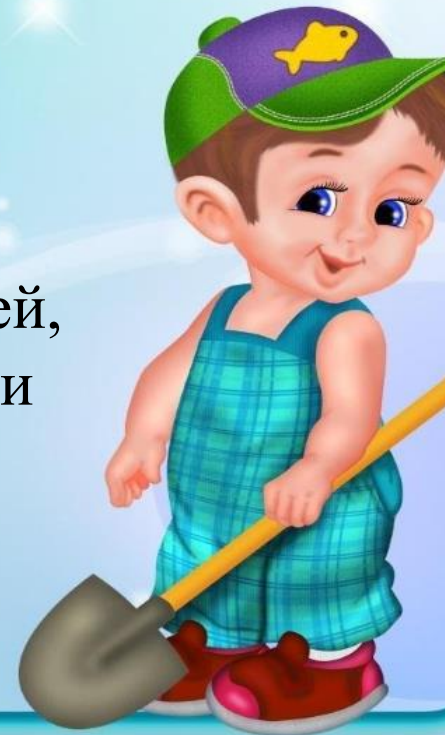
Наблюдения за природными явлениями и общественной жизнью можно проводить:

- фронтально;
- индивидуально;
- подгруппами;

Можно проводить наблюдения:

- эпизодические;
- длительные;
- обобщающие.

Воспитатель привлекает к наблюдениям детей, чтобы развить внимание, интерес к природе и общественным явлениям.



## Двигательная активность

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

***На прогулке включаем подвижные игры:***

2-3 игры большой подвижности;

2-3 игры малой и средней подвижности;

Игры на выбор детей.

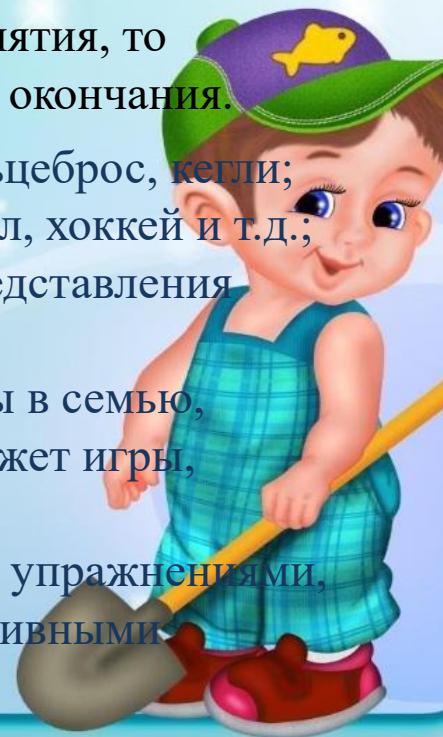
Подвижная игра может быть проведена в начале прогулки, если образовательная деятельность была связана с долгим сидением детей. Если же они идут гулять после музыкального или физкультурного занятия, то игру можно провести в середине прогулки или за полчаса до её окончания.

Использование **бессюжетных народных игр** с предметами: кольцоброс, кегли; элементы спортивных игр: городки, бадминтон, волейбол, футбол, хоккей и т.д.;

Полезные игры, при помощи которых расширяются знания и представления детей об окружающем.

Это **дидактические игры** (кубики, лото) и **ролевые игры** (игры в семью, космонавтов, больницу и т.д.). Воспитатель помогает развить сюжет игры, подобрать или создать необходимый для игры материал;

**Подвижные игры** можно дополнять или заменять спортивными упражнениями, спортивными играми, играми с элементами соревнований, спортивными развлечениями.



## Выбор игры

**ХОЛОДНАЯ  
ПОГОДА**

целесообразно  
начинать  
прогулку с игр  
большой  
подвижности,  
связанных  
с бегом,  
метанием,  
прыжками.

**СЫРАЯ,  
ДОЖДЛИВА  
Я ПОГОДА**

следует  
организовывать  
малоподвижны  
е игры, которые  
не требуют  
большого  
пространства

**ТЕПЛАЯ  
ПОГОДА**

следует  
проводить  
игры с  
прыжками,  
бегом,  
метанием,  
упражнения  
на равновесие

**ЖАРКАЯ  
ПОГОДА**

Проводятс  
я игры с  
водой



# Подвижная игра

**Младший возраст – 6-10 минут**

рекомендуются игры с текстом  
(подражание действиям воспитателя).



**Старший возраст –**

**20-25 минут**  
проводятся игры-эстафеты,  
спортивные игры, игры с  
элементами соревнования.

**Средняя группа – 10-15 минут**

воспитатель распределяет роли среди детей (роль  
водящего выполняет ребенок, который может  
справиться с этой задачей).

Каждый месяц разучивание 2-3 п/и (повтор в течение  
месяца и закрепление 3-4 раза в год)

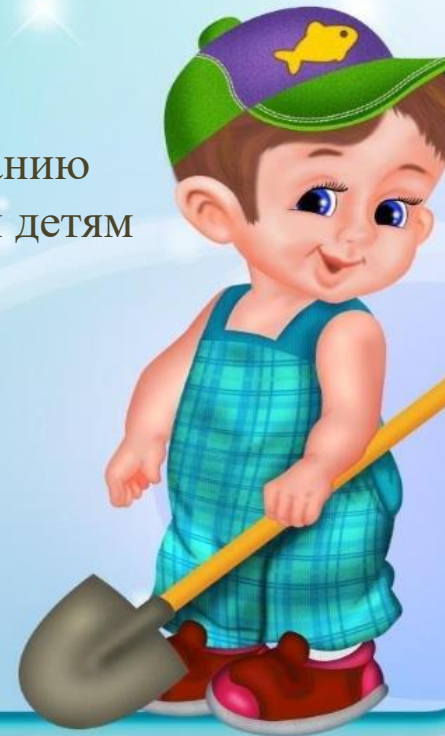


## Трудовая деятельность

Содержание и формы ее организации зависят от погоды и времени года:

- осенью дети собирают семена цветов, урожай на огороде, подметают дорожки от листьев;
- зимой могут сгребать снег, делать из него разные сооружения, сгребать снег к корням деревьев и кустарников, посыпать песком дорожки;
- Весной дети могут убирать старую листву, подметать дорожки, веранду, заниматься посадкой овощей, цветов;
- Летом дети помогают приводить песочницу в порядок, пропалывать клумбы, грядки;

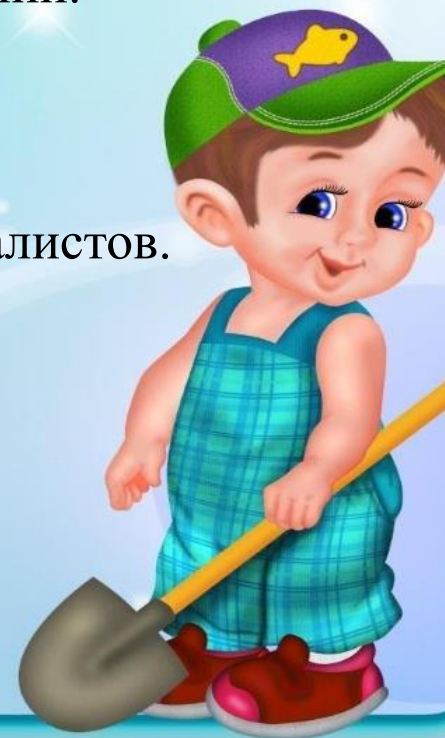
Воспитатель может привлекать детей к сбору игрушек, оказанию посильной помощи по наведению порядка на участке, помощи детям младших групп и.т.д.



## Индивидуальная работа с детьми

Воспитатель в соответствии с планированием (на основании результатов диагностики детей) проводит индивидуальную работу по познавательному-речевому, социально-личностному, физическому или художественно-эстетическому развитию детей.

- Разучивание, закрепление физкультурных упражнений.
- Заучивание, повторение стихотворений, пословиц, поговорок, чистоговорок.
- Отработка звукопроизношения.
- Беседы, упражнения по рекомендации узких специалистов.
- Закрепление изученного ранее материала.



## БЕЗОПАСНОСТЬ

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

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

Воспитатель следит за тем, чтобы все дети были заняты, не скучали, чтобы никто не озяб или не перегрелся. Тех детей, кто много бегает, он привлекает к участию в более спокойных играх.



На прогулку выходи,  
Свежим воздухом дыши.  
Только помни при уходе:  
Одеваться по погоде!

